

あなたのまちで

災害 図上訓練



DIG

ディグ

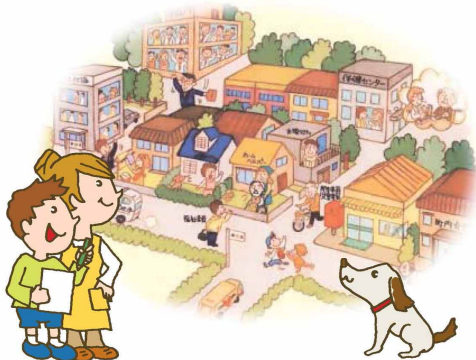
をやってみよう!



阪神・淡路大震災では、救助された約3.5万人のうち約2.7万人が、警察、消防、自衛隊ではなく、近隣住民によって救助されました。東日本大震災においては、町内会による安否確認の取り組みで、住民の安全をいち早く確認できた地域がありました。

いざというときに、**自助** (自分の命は自分で守る) と **共助** (自分たちの地域は自分たちで守る) を行うためには、日ごろから防災意識を高め、**住民がたすけあえる地域づくり** をすることが大切です。

DIG は、災害発生を想定して、普段は意識しない地域の防災課題に気づき、自分の生活のあり方や、地域の人々との関わり方について見直すことにつながります。



DIG (ディグ) とは?

DIG とは、地域で地震など大きな災害が起きた場合を想定し、みんなで対応を考え、大きな地図に書き込みを加えながら、ワイワイ楽しく議論する防災訓練のひとつです。

Disaster (災害)、**I**magination (想像)、**G**ame (ゲーム) の頭文字を取って名付けられました。

dig (動詞) には、「掘り起こす、探求する、理解する」という意味があり、「防災意識を掘り返す」「地域を探求する」「災害を理解する」という意味も重ねて名付けられています。



避難所には何を持って行く?



高齢者がいるお宅には緑のシール



グループごとに異なる避難経路

DIG の 4 つの特徴

1 全員参加で楽しく議論

参加者が大きな地図を囲み、議論を交わしながらすすめます。

2 簡単で安上がり

決まったルールがなく簡単で、経費もほとんどかかりません。

3 「わがまち」の防災マップが完成

地図に書き込みをすることで、地域の防災マップができあがります。

4 地域の防災力と連帯感が向上

日ごろ気づかなかった地域の防災対策が明らかになり、参加者の防災意識と連帯感が向上します。



ここではDIGの一例をご紹介しますが、DIGに決まったルールはありません。あなたのまちにあったDIGを見つけてください。

◆用意するもの (グループごと)

- 町内周辺の地図 (住宅地図を拡大したもの・90×120cm程度)
- 透明ビニールシート (地図にシートを被せれば何回でも使えます)
- 模造紙
- 油性マジック (色分けできるように8色以上、太めのもの)
- ふせん紙 (7.5×5cm程度・一人につき約20枚)
- ペンまたは鉛筆 (ふせん紙の記入等に使用・一人につき1本)
- 丸形シール (4色以上・各1シート・直径1cm程度)
- テープ (地図と透明ビニールシートの固定に使用)

1 「DIG」の説明

講師がDIGの概要を簡単に説明します。

- 災害発生を具体的に想定する。
- 参加者が地図を囲み、地域の防災施設の位置や災害時要支援者のいる住宅を確認し、議論を交わす。
- 地図に書き込みをすることで、地域の防災マップができあがる。
- 災害時要支援者への対応等、日ごろ気づけなかった地域の防災上の課題に気づく。
- 参加者の防災意識と連帯感の向上を目指す。

◆講師の依頼

行政や消防の関係者など防災の知識がある方に、助言をもらいながらDIGを行うとより効果的です。市区町村や総合振興局・振興局 (旧：支庁) の防災担当部署へお問い合わせください。

2 グループ分け

事前にグループ分けをしても良いですが、**簡単なゲーム**でグループ分けをすると、参加者の緊張をほぐすのに効果的です。

(簡単なゲームの例) お誕生日ゲーム

参加者全員に誕生日順に輪になってもらいます。その際、声を出さずに身振り手振りで誕生日を確認しあいます。輪ができたなら、グループ番号を言ってもらい、グループ分けが完了です。(5グループなら12345、12345、12……)



3 自己紹介

DIGは、参加者同士が楽しく意見を出し合うことが大切なので、発言しやすい雰囲気づくりをします。自己紹介では、名前だけではなく「私は避難所で何ができるか」「私はこんなことをしています」等、話題を増やして、グループ内の緊張感が解けてから、グループのリーダーを決めます。



4 被害状況の説明

参加者が被害の状況をイメージしやすいように、具体的な災害を想定します。

例) 「2012年1月17日午前5時46分、〇〇沖でマグニチュード8.0、震度6強の地震が発生しました」

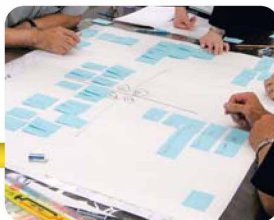
- (その他の想定例)
- ・自分と家族は無事
 - ・室内は家具等が倒れ散乱している
 - ・電気、水道、ガス、電話はストップ
 - ・津波の心配がある
 - ・火災の発生も予想される
 - ・自宅の周辺で倒壊している建物がある …等



5 災害発生時「あなたなら、どうする？」

次の①～④について、各自がふせん紙に書きます。

- ① 災害発生直後、あなたは何をしますか？
- ② 災害発生から3時間後、あなたは何をしていますか？
- ③ 避難をすることになった。あなたは家で何をしていますか？
- ④ 避難場所に行くとき、あなたは何を持っていくか？



6 話し合い ①

模造紙に線を引いて四等分し、①～④の番号を振ります。

⑤ で書いた各参加者のふせん紙の内容をグループで話し合いながら模造紙に貼ります。同じ意見のふせん紙は上に重ねていきます。

●避難の心得●

災害時は身を守るため、安全な場所に早めに避難しましょう。

- ・避難の勧告や指示があった場合は、速やかにその指示に従いましょう。

避難勧告 / 安全のため、早めの避難をうながすときにされる

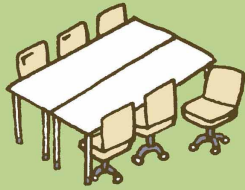
避難指示 / 著しい危険が切迫しているときにされる

- ・外出中の家族のために行先メモを玄関などに貼っておきましょう。
- ・避難の前に、ガスの元栓は閉め、電気のブレーカーを切りましょう。
- ・徒歩で避難し自動車は使わないようにしましょう。
- ・隣近所の人たちと声を掛けあって集団で避難しましょう。
- ・高齢者や身体の不自由な方を地域ぐるみで支援しましょう。
- ・ラジオやテレビで正しい災害情報を得ましょう。

◆会場準備

1グループ6名程度で、横長の会議用机2本を並べます。机に地図を広げて、その上に透明ビニールシートを被せて固定します。さらに、その上に模造紙を載せます。

※参加者にも準備作業を手伝ってもらいましょう



北海道町内会連合会 2つの助成事業 ～安心・安全な地域づくりを推進～

- ひとりの不幸もみのがさない住みよいまちづくり全道運動
- 災害に強いまちづくり全道運動

阪神・淡路大震災の避難所では、日ごろの町内会活動が活発な地域ほど、円滑な運営がなされ、被災者の生活をささえました。北海道町内会連合会では、「ひとりの不幸もみのがさない住みよいまちづくり全道運動」を通じて、日ごろの住民たすけあい活動を応援し、「災害に強いまちづくり全道運動」を通じて、住民による自主防災活動を推進し、行政や地域の団体と連携した安心・安全な地域づくりを推進しています。

7 災害発生時の行動について助言

5 6で参加者が考えた災害発生時の行動について、講師が防災の専門家の立場で助言をします。

- 災害用伝言ダイヤル（171）の活用法
- 市区町村が出す「避難勧告」と「避難指示」への対応
- 避難時にしておくこと
- 避難時に持参すると特に役立つもの
- 災害時要援護者への対応 ……等



あの家には足の不自由な方が住んでいたわ！

8 地図への書き込み

地域の防災施設 をマジックで色分けして記入します。

- 自宅 ■ 避難場所 ■ 医療機関 ■ コンビニ・ドラッグストア・ホームセンター
- 公的機関（警察・消防等） ■ 幹線道路（緊急車両通行路） ■ 河川・湖沼 ■ 消火栓等

災害時要援護者がいる住宅 に丸形のシールを色分けして貼ります。

- 高齢者 ● 障がい者 ● 外国人 ● 乳幼児・妊婦 等

その他、地域で起こりうる被害を書き加えます。

- ・ 土砂崩れ ・ 河川氾濫 ・ 大規模火災 ・ 建物崩壊 等



9 話し合い ②

自宅から避難場所までの避難経路を書き込みます。その際、シールを貼った災害時要援護者の避難についても話し合います。交通渋滞や道路寸断などの悪条件も追加して行くと良いでしょう。書き込まれた地図を見ながら、全員で話し合います。

- 地域で起こりうる被害とその対応策
- 自分はどういう行動をとるべきか
- 地域住民として何ができるか
- この地域には何が必要か



10 成果の発表

作成した地図と話し合った内容をグループごとに発表します。

他のグループの発表を聞くことで、さらに深く防災活動のあり方を考えることにつながります。

また、全グループが同じ地図でDIGを行った場合は、透明ビニールシートを他グループと重ね、その違いを見てみましょう。



● DIG体験者の声 ●

- ◎ 避難時には近隣への声かけ、避難先等のメモを残すことが大切だとわかった。
- ◎ 身体の悪い人への気配りを体験できた。
- ◎ 日常の注意点、隣近所とのふれあい、命の大切さがわかった。
- ◎ 地域のみなさんとの連携を大切にしていきたい。
- ◎ 避難所を覚えていないことがわかった。
- ◎ 地域を知ることの大切さがわかった。
- ◎ 友人や他の地域の人にもDIGを体験してほしい。
- ◎ 町内会の役員を務めているのに、いざとなったら我が身のことしか考えないことに気付かずしかった。

11 DIG全体について講評

全体のまとめとして、話し合いの様子や発表の内容について、講師がコメントします。



わが家で災害に備える

～あわてないための日ごろの備え～

●家族で防災会議

いざという時にあわてないように、家族で定期的話し合い、災害に備えましょう。

■家族の役割分担

(災害時の役割を決めておく)

- ・地震時の避難口の確保は？
- ・避難時の火の元確認は？
- ・非常持出袋の持ち出しは？**すぐに持ち出せる場所にあるか？**
- ・子ども、お年寄りの手助けは？
- ・初期消火の担当は？**消火器はすぐ取り出せる場所にあるか？**



■家族との連絡方法・集会場所の確認

- ・災害で家族がバラバラになった時の連絡方法、集会場所を決めておく。
- ・集会場所は複数指定して、優先順位を決めておく。

■避難所までの経路の確認

- ・地域の防災訓練に積極的に参加して、避難所までの道を確認する。

覚えておきたい 災害時の連絡手段



災害用伝言ダイヤル「171」

災害用伝言ダイヤルは、大規模災害発生時に電話が殺到してつながりにくくなった場合でも、被災地の家族や親戚等の安否を確認できるNTTのサービスです。

- 被災者は、「171+1+自宅の電話番号」で安否を録音
- 伝言を聞くときは、「171+2+被災者の自宅の電話番号」で再生

携帯電話の 災害用伝言板サービス

災害用伝言板は、大規模災害発生時に携帯電話を利用して、文字により被災者の安否を確認できるサービスです。各社のインターネット接続サービスのトップページから「災害用伝言板」を選択

●伝言を残すとき

「登録」→「無事です」「被害があります」「自宅にいます」「避難所にいます」から選択+コメント(100文字まで)

●伝言を見るとき

「確認」→被災者の携帯電話番号→「検索」
確認は他社の携帯電話やパソコンからも可能

釜石市の事例 多くの子どもの命を救った「津波てんでんこ」の教え

東日本大震災で被災した岩手県釜石市では、「津波てんでんこ」の言い伝えによって、小中学生のほとんどが津波から逃れて、無事に避難することができました。

「てんでんこ」とは「てんでんばらばらに」のことで、自分の責任で早く高台に逃げろ」という意味です。釜石東中学校の生徒約200人は、地震発生後すぐに校庭に出て、教師の指示を待たずに高台へ向かって走りました。途中、隣接した鶴住居小学校の児童約350人も合流して、小学生の手を引ながら、学校から1km離れた高台の老人福祉施設へ避難することができました。

仙台市の事例 玄関先の「黄色いハンカチ」で無事を確認

仙台市太白区鉤取ニュータウン町内会では、災害発生時に家族の無事を知らせる合図として、玄関先に「黄色いハンカチ」を掲げるようルールを決めていたおかげで、東日本大震災発生後35分で129全世帯、約400人の無事を確認することができました。



3月11日午後2時46分の地震発生後、8割の世帯が「黄色いハンカチ」を玄関先に掲げ、家族全員の無事を知らせました。残り2割の世帯は、町内会役員が手分けして回って歩き、午後3時20分頃までに町内会員にけが人等がないことを確認することができました。
(仙台市ホームページより)

これだけは揃えたい 非常持出品・備蓄品

災害に備える非常用品は、緊急避難のときに持って逃げる「非常持出品」と災害後の生活を支える「非常備蓄品」に分けて備えましょう。

■非常持出品 リュックサックに入れて、目につきやすい場所に

- ・貴重品/現金(小銭)、印鑑、預金通帳、保険証、免許証、住所録などのコピー
 - ・携帯ラジオ/小型でFMとAM両方聴けるものが良い。予備電池も忘れずに
 - ・照明器具/懐中電灯、予備電池、ろうそく、ライター、マッチ
 - ・救急・衛生用品/絆創膏、消毒薬、包帯、常備薬、ティッシュペーパー、石鹸、生理用品、赤ちゃんがいる場合は紙おむつなど
 - ・非常食・水/カンパン、缶詰、ビスケット、ミネラルウォーター、赤ちゃんがいる場合は粉ミルクなども
 - ・道具類/缶切り、柱抜き、ナイフ、割り箸、ビニール袋、ヒモなど
 - ・衣類/下着、セーター、ジャンパー、タオル、軍手、雨ガッパなど
- ※非常持出品は10~15Kgが目安。半年に一度は点検を。



■非常備蓄品 最低でも3日分は用意しておきましょう

- ・飲料水/水は一人一日3リットル
 - ・食料品/米、レトルトパック食品、カップめん、菓子類など
 - ・燃料/卓上コンロ(予備のガスボンベ)、固形燃料
- ※備蓄品は定期的な入れ替えが大切。頑丈なコンテナなどにまとめ物置などに置く。



■消火・緊急用具 火災や家屋の倒壊などにも備えましょう

- ・消火器、三角バケツ、風呂などの水の汲み置きなど
 - ・バール、スコップ、のこぎり、車のジャッキなど
- ※消火器の使い方を覚えておきましょう。

●もしもの時の「安心カード」

もしもの時のための「安心カード」を備えると、緊急時につけつけた救急隊員等が「安心カード」から医療情報を確認して、迅速な対応をとることができます。

町ぐるみで消防等と連携しながら展開することでより効果的にすすめることができます。

■安心カードに記入する内容

- ・名前 _____
- ・住所 _____
- ・電話番号 _____
- ・生年月日 _____
- ・血液型 _____
- ・医療情報
(かかりつけの病院、今かかっている病状、常用している薬、アレルギー)
- ・緊急連絡先など _____

■備えておく場所

- ・必要な情報を記入した安心カードを専用の容器に入れ、冷蔵庫のドアポケットに保管します。
- ・冷蔵庫のドアと玄関の内側に、目印となるシールを貼り、救急隊員等に安心カードを保管していることを知らせます。
- ・その他、冷蔵庫のドアに直接貼り付けたり、電話の側に備える方法、携帯用のカードを作成し外出時に身につける活用方法もあります。

■情報の更新

- ・安心カードに記入した情報に変更が生じた場合は、随時書き換えをします。
- ・定期的に内容を見直しましょう。

※本パンフレットは、平成24年8月3日に本会が主催した町内会活動実践者研修会(講師:北海道教育大学札幌校 佐々木貴子教授)の内容に沿って作成しています。ご紹介したのはDIGの一例です。DIGをより詳しく知りたい方は、「静岡県地震防災センター」のホームページ等が参考になります。

■発行日/平成24年9月1日

■発行/一般社団法人 北海道町内会連合会

〒060-0002 札幌市中央区北2条西7丁目 北海道社会福祉総合センター
TEL 011-271-3178 FAX 011-271-3956
http://www.d-choren.or.jp/ E-mail: info@d-choren.or.jp