長等学区自主防災研修会の概要



災害時には、情報の収集、ライフライン（水道・電気・ガス・下水）や物流網の途絶に備えた食料や物資の事前準備が必要になります。研修会ではこの２点について学区自主防災会から説明しましたので、その概要を紹介します。研修会当日の配布資料はまち協ホームページから閲覧できます。「ながらまち協防災研修」（または、まち協 HP→最近の活動→防災研修資料）を検索して、防災アプリの情報や防災備蓄のリストなどご活用ください。

Ⅰ　災害時の情報収集と見極め力～デジタル時代に求められる地域防災力～

長等学区自主防災会・防災士　竹内　義博

近年、スマートフォンやインターネットの普及により、私たちは災害時にもさまざまな情報を瞬時に入手できるようになりました。一方で、誤った情報が拡散されたり、大規模災害によって通信手段そのものが使えなくなったりする危険性もあります。

今回の研修では、災害時に正しい情報を入手する方法と、情報を見極めることの重要性、そしてデジタル機器が使えなくなった場合の備えについて、具体的な事例を交えながら考えました。

災害時に怖いのは「間違った情報」



2024 年 1 月に発生した能登半島地震では、SNS 上に多数の救助要請が投稿されました。しかし、その中には、過去の画像を流用したものや、実在しない住所を記載した偽の救助要請も含まれていました。

このような偽情報が拡散されると、本当に救助を必要としている人の情報が埋もれ、救助活動に支障をきたすおそれがあります。

また、災害時の誤情報は、住民の不安を増大させるだけでなく、不要な避難や買い占めを誘発したり、行政や消防への問い合わせを集中させたりする可能性があります。特定の国籍や地域の人々に対する根拠のない情報は、差別や偏見にもつながります。

研修では、実際の SNS 投稿を模した画像を使い、情報の真偽を考える機会を設けました。例えば、「今夜 21 時から大停電が予定されている」「外国人グループが避難所で窃盗を働いている」といった投稿です。こうした情報を目にしたとき、私たちはつい家族や知人に知らせたくなります。しかし、善意による情報の拡散が、かえって被害を広げてしまうこともあります。

大切なのは、情報をすぐに信じたり拡散したりせず、発信元を確認し、自治体などの公式発表や複数の報道機関の情報と照らし合わせることです。

防災アプリを上手に活用する

災害時の情報収集には、スマートフォンの防災アプリが役立ちます。研修では、「大津市防災ナビ」「Yahoo!防災速報」「NHKONE ニュース・防災」などを紹介しました。

（資料 P2）※ 資料では「NHKONE ニュース・防災」は旧名称・旧ＱＲコードになっていますので、次ページのＱＲコードをお使いください。　ながらまち協防災研修　検索

大津市防災ナビでは、避難所や避難場所の確認、現在地からの経路案内、家族間の安否登録・確認などができます。また、Yahoo!防災速報では、緊急地震速報や大雨、避難情報などを通知で受け取ることができます。これらのアプリを日頃から利用し、使い方に慣れておくことが大切です。ただし、通知が多すぎることで重要な情報を見落としたり、スマートフォンの電池が切れた

りする可能性もあります。便利な機能であっても、過信しないことが重要です。

Yahoo!防災速報

大津市防災ナビ
iPhon 用　Android 用

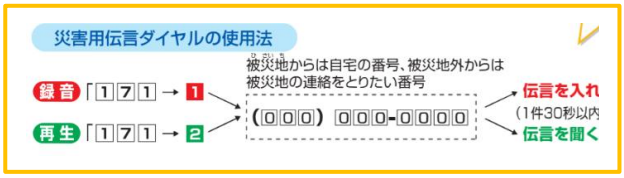
NHKONE ニュース・防災
iPhon 用　Android 用

スマートフォンが使えなくなったら

「災害時には電話よりインターネットの方がつながりやすい」といわれることがあります。しかし、大規模災害では停電や通信基地局の被災、通信の集中などによって、電話もインターネットも使えなくなる可能性があります。スマートフォンが故障したり、避難中に紛失したりすることも考えられます。そのため、モバイルバッテリーや携帯ラジオを備えるとともに、通信手段が使えない状況を想定しておく必要があります。

特に重要なのが、家族間での事前の取り決めです。災害が発生したとき、どこに集合するのか、何時に集まるのか、集合場所に行けない場合はどうするのか。こうしたことを日頃から家族で話し合っておけば、連絡が取れなくなった場合にも、落ち着いて行動しやすくなります。また、家族の電話番号や集合場所、市外の親戚の連絡先などを紙に書き、財布や防災リュックに入れておくことも有効です。（資料 P5～6）ながらまち協防災研修 検索

災害用伝言ダイヤル「171」や Web171 についても、事前に使い方を確認しておきたいものです。



地域で支え合うために

大規模災害では、行政や消防による支援がすぐには届かないことも考えられます。そのようなときに重要になるのが、日頃からの地域のつながりです。近隣住民同士で安否を確認する方法や、自治会の掲示板を利用した情報共有など、インターネットに頼らない連絡体制を整えておくことも自主防災会の大切な役割です。特に、高齢者や一人暮らしの方など、支援を必要とする人への声かけについて、日頃から地域で話し合っておく必要があります。

災害時には、デジタルとアナログ、それぞれの長所を生かすことが大切です。今回の研修をきっかけに、まずは各家庭で集合場所や連絡方法を確認し、地域でも情報共有の方法を話し合っていただければと思います。（資料 P3～P6）ながらまち協防災研修 検索

防災力とは、正しい情報を選ぶ力と、いざというときのための事前の取り決めです。

Ⅱ　家庭での防災備蓄～家族みんなで考えよう～

長等学区自主防災会・防災士　樋本　伸夫

１．長等の自然災害

長等学区は他地域と比べると近年大きな災害はないが、過去に被害もあり安心できません。１３年前の台風１８号による大雨（わが国初の大雨特別警報発令）では広範囲で浸水被害があり、その４年後には台風で多くの樹木が倒壊しました。最近はゲリラ豪雨の可能性もあり、一方で地震の心配もあります。長等学区でも、琵琶湖西岸断層帯地震や南海トラフ巨大地震による被害が想定されています。（資料 P7・P9）ながらまち協防災研修 検索



２．災害への心構え

災害時に被害を少なくするには心と物の準備が必要です。

〈心の準備〉自治会や家族内で避難時期・避難場所・連絡方法を共有

〈物の準備〉ライフライン等の途絶を前提とした物資の備蓄・非常持出品の用意、家具の転倒防止

３．大津市の災害用物資備蓄状況

食料品や資機材などの備蓄が進められていますが、大規模な災害が発生し、在宅も含めた避難者が多くなると備蓄量は十分とはいえません。（資料 P10）ながらまち協防災研修 検索

４．避難所等での避難と在宅避難

避難所等に行くのは家にいては危険なとき（浸水、土砂崩れ、家屋倒壊、火事など）です。避難所の収容者数には限界があります。

・在宅避難者…家に居られるが、ライフラインや物流網の途絶等により通常の生活ができない。（断水、停電、ガス使用不可、下水使用不可、買い物不可）

ライフライン等の途絶を前提とした物資の備蓄、非常持出品の用意が必要です。

５．自宅での備蓄品　⇒リストでチェックし準備を！（資料 P11）ながらまち協防災研修 検索

①食料品

水(1 人 3ℓ/日)、缶詰、ご飯類(レトルト、アルファ化米)、カップ(袋)麺、缶入りパン、クラッカー、ビスケット、羊羹など（アルファ化米はお湯で戻して１５分）

備蓄量は以前は３日分と言われていましたが、今は７日分が望ましいとされています。

→災害用は消費（賞味）期限が長い（３～１０年）が、保管場所が必要でしまい忘れの恐れもあります。また、値段も割高です。

→それ以外の食料品（消費(賞味)期限が短いが、それでも半年から１年あるもの）を期限前に消費し買い足していく方法（ローリングストック）もあります。

②食料品以外

ポリタンク…給水用、調理器具…カセットコンロ・カセット、食器…紙皿、紙コップ、割りばし、ラップ（紙食器の洗浄不要）、照明…懐中電灯、ランタン、暖房…カセットストーブ・カセット、トイレ(袋)…便器が使えれば袋のみで可（断水・下水あふれ）、携帯ラジオ(電池) 、蓄電器・モバイルバッテリー

６．非常用持出袋　⇒リストでチェックし準備を！（資料 P12）ながらまち協防災研修 検索

避難所に行く場合は最低限のものを持ち出します。常備薬や日用品、それに当座の水や食料などを用意しておくことが必要です。

セットになっている商品もありますが、自分で必要と思う物を準備する方法もあります。品物を絞って家族で手分けして準備しましょう。

７．まとめ

リストを参考にご家族で相談して、自分たちが必要な物資の準備をお願いします！

親子防災体験研修会

９月２３日(水・祝)に大津市中消防署で、学区内の親子世帯を対象とした防災体験研修会を行いました。

運営側も含め 29 名が参加し、中消防署の指導による消火、応急手当のほか、段ボールベッドや簡易トイレの組み立ても体験しました。



