●発　行　平成31年2月

●制　作　豊田市 地域振興部 市民安全室 防災対策課
　　豊田市自主防災会連絡協議会

●協　力　認定NPO法人 愛知ネット
　　社会福祉法人 豊田市社会福祉協議会
　　豊田市消防団
　　豊田市消防本部 予防課
　　豊田市防災学習センター
　　国立研究開発法人 防災科学技術研究所

●問合せ　豊田市 地域振興部 市民安全室 防災対策課
　　地域防災推進担当（☎0565-34-6750）

引継ぎ用

自主防災組織の担当者が交代する際は、本書を引き継いでご活用ください。

はじめてでもよくわかる！

自主防災組織のための

防災訓練マニュアル

備えを最大限に、被害は最小限に。

豊田市

豊田市自主防災会連絡協議会

もくじ

第1章 自主防災組織について

❶自主防災組織の役割 …… 3
❷自主防災組織の活動 …… 3
❸活動の考え方 …… 4
❹活動の進め方 …… 4
❺活動における連携と協力 …… 5
❻防災訓練における〝知の統合〟の例 …… 5

第2章 防災訓練マニュアルについて

❶防災訓練とは？ …… 6
❷防災訓練マニュアルの目的 …… 6
❸防災訓練マニュアルの活用 …… 7

第3章 防災訓練について

❶訓練の計画 …… 8
❷訓練の準備 …… 10
❸訓練の実施 …… 14
❹訓練の振り返り …… 20

第4章 防災訓練の効果的な実施について …… 22

第5章 防災訓練の訓練種目について

訓練種目一覧表 …… 24
図上訓練：災害図上訓練（DIG）／避難所運営ゲーム（HUG）／クロスロード …… 26
初動期対応訓練：シェイクアウト …… 28
初動期対応訓練：地震体験（防災指導車「防サイ君」） …… 29
初動期対応訓練：初期消火（水消火器） …… 30
初動期対応訓練：初期消火（バケツリレー） …… 31
初動期対応訓練：煙道体験（煙脱出体験） …… 32
初動期対応訓練：土のう作り・積み上げ …… 33
情報収集・伝達訓練：情報収集 …… 34
情報収集・伝達訓練：安否確認 …… 35
情報収集・伝達訓練：119番通報 …… 36
情報収集・伝達訓練：災害用伝言ダイヤル「171」 …… 37
救出・救護訓練：資機材取扱い …… 38
救出・救護訓練：応急手当講習（豊田市消防本部の応急手当講習） …… 40
避難誘導訓練：危険箇所の確認（自主防災マップの活用） …… 42
避難誘導訓練：災害時要配慮者避難支援（①車いす利用者②視覚障がい者など③高齢者④妊婦） …… 44
避難所運営訓練：間仕切りの設置 …… 46
避難所運営訓練：災害用便槽の設置（マンホールトイレの設置） …… 46
避難所運営訓練：炊き出し（給食） …… 47
避難所運営訓練：PHVによる外部給電 …… 48
避難所運営訓練：避難所運営訓練のポイント …… 49

第6章 豊田市防災学習センター …… 50

訓練種目のアイコンについて

各訓練種目（P26～P49）の特徴を下記のアイコンでご案内しています。訓練実施の参考にしてください。

消防団から指導協力が得られる訓練種目です。

子どもたちも参加できる訓練種目です。（一部条件あり）

豊田市などからの支援が得られる訓練種目です。

第1章 自主防災組織について

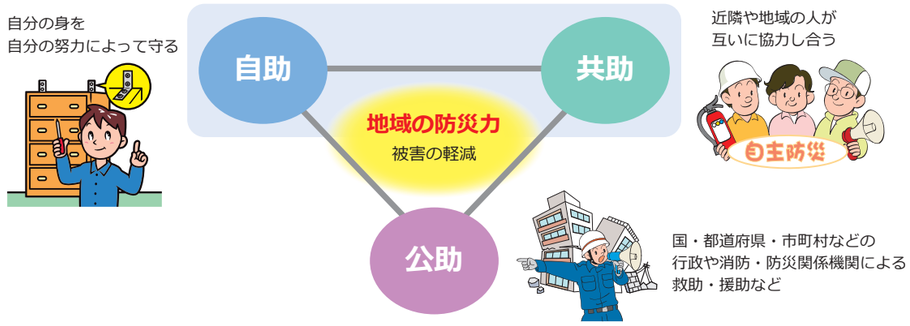
1 自主防災組織の役割

自主防災組織とは、地域の防災力を高め、起こりうる災害に対して自分たちの地域を自分たちで守るために、自主的に結成して防災活動を行う組織です。

ひとたび大規模な災害が発生したときには、国、都道府県、市町村などの行政や消防・防災関係機関の対応（公助）だけでは限界があり、被害が拡大する恐れがあります。このため、自分の身は自分の努力で守る（自助）とともに、普段から顔を合わせる近隣や地域の住民が、互いに協力し合いながら活動に取り組むこと（共助）が必要です。そして「自助」「共助」「公助」が効果的につながることにより、地域の防災力が高まり、被害の軽減を図ることができます。

自主防災組織は、地域において「自助」と「共助」を推進する役割を担います。

「自助」「共助」「公助」のつながり



2 自主防災組織の活動

自主防災組織の活動は、平常時と災害時で区別されます。

平常時は、防災知識の普及・啓発、災害危険箇所の把握、防災訓練の実施、資機材などの備蓄・管理などに取り組みます。また災害時には、初期消火、避難誘導、情報収集・伝達、救出・救護、給食・給水、避難所運営などを展開します。

災害の発生にともなう地域の危険を想定し、自治区や消防団などと連携を図りながら、住民を守るために組織的な活動に取り組み、〝地域の防災力を育む〟ことが求められています。

自主防災組織の活動内容

自主防災組織の活動	平常時	●防災知識の普及・啓発 ●災害危険箇所の把握 ●防災訓練の実施 ●資機材などの備蓄・管理 など	災害特性や被害想定をもとに、家庭や地域の防災対策を推進する活動
	災害時	●初期消火 ●避難誘導 ●情報収集・伝達 ●救出・救護 ●給食・給水 ●避難所運営 など	発災時に、地域や住民を守り、被害を軽減するために必要な対応

3 活動の考え方

この「防災訓練マニュアル」は防災訓練に特化した内容を掲載していますが、自主防災組織の活動には、防災訓練のほかにも講演会（セミナー）、防災マップの作成、啓発展示など数多くあります。これらの活動を行うための基本的な考え方をご紹介します。

活動の考え方

自分たちの住む地域では

考える順番

① どのような災害（種類・規模）が起こるのか？
② 災害が発生したら、どれくらいの被害が生じるのか？
③ 被害に対して、地域のどこが（何が）弱いのか？
④ 地域の弱さに対して、どのような対応が必要なのか？
⑤ 対応するために、必要なことは何（人・物）か？
⑥ 対応に必要なことは、今どうなっている（現状）のか？

検証

地域で起こる災害と被害を具体的に考えた上で、地域の脆弱性（弱さ）に対して必要な対策を一つずつ講じながら検証していくことが重要です。

自主防災活動

防災訓練

講演会（セミナー）

防災マップ作成
など

4 活動の進め方

上記の考え方をもとに、「災害の認知」→「課題の検討」→「対策の検証」の循環で自主防災組織の活動を進めていきましょう。

活動の進め方

災害の認知
・ハザードの理解
・被害想定

専門家の情報・資料を活用しましょう
地域防災計画、ハザードマップ、被害想定資料など、さまざまな情報を活用

課題の検討
・リスクの評価
・対策の構築

地域の目線で課題を考えましょう
地域で起こりうる災害に対して地域が直面する課題や問題

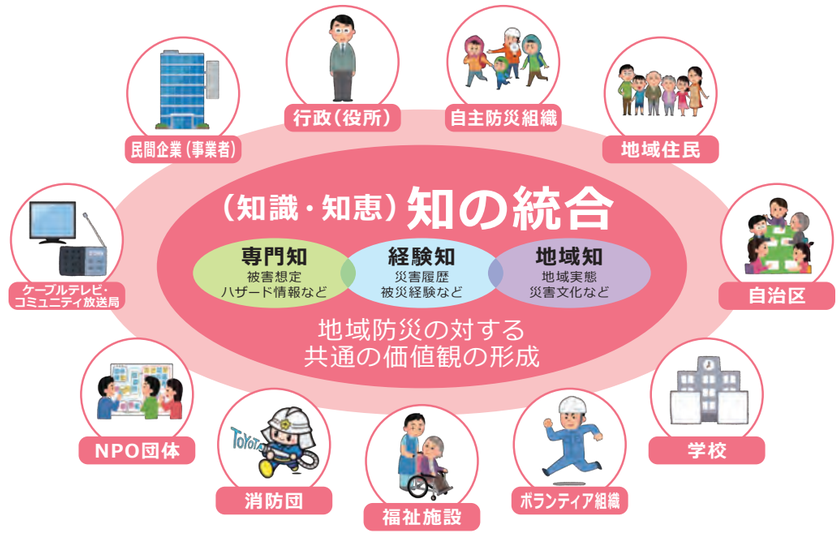
対策の検証
・防災訓練
・地域共有

実践的な対策を検証しましょう
地域の様々な関係者の共働、平時の社会資源を活用した対策の地域共有

5 活動における連携と協力

自主防災組織だけでなく、住民や地域で活動する様々な団体との連携や協力が必要です。相互の連携と協力を形にする重要なポイントの一つが、様々な団体が持つ地域防災に関する知識・知恵（専門知・経験知・地域知）を共有・統合し、"共通の価値観"を形成することです。これによって、複数の視点から災害時の課題と対策についてアイデアが引き出され、地域に真に必要な活動が展開しやすくなります。

活動における連携と協力



6 「知の統合」による防災訓練

防災訓練においても、地域内の連携と協力を通じた「知の統合」を推進することができます。様々な地域の関係者の視点を取り入れることで、地域の実情に合った訓練内容となり、実施の効果も高まります。

「知の統合」による防災訓練

第2章 防災訓練マニュアルについて

1 防災訓練とは？

防災訓練とは、災害の発生に備えて事前に訓練することです。地域の危険を把握し、災害が発生した時に住民が適切な行動をとり、被害を軽減できるように取り組みます。

主な防災訓練としては、「個別訓練」「総合訓練」「体験イベント型訓練」「図上訓練」の4種類があります。

それぞれの地域の課題や目的に合ったやり方で、無理なく継続して実施することが大切です。

主な防災訓練の種類

個別訓練

避難訓練

消火訓練

情報収集・伝達訓練

救出・救護訓練

給食・給水訓練

避難所開設・運営訓練

災害の発生に備えた個別の訓練

総合訓練

個別訓練によって習得した知識・技術を総合して行う訓練

体験イベント型訓練

防災と直接には関係しないイベントなどに防災要素を組み込んで行う訓練
（例：防災運動会など）

図上訓練

災害に対するイメージトレーニング
（例：避難所運営ゲームなど）

2 防災訓練マニュアルの目的

この「防災訓練マニュアル」は、自主防災組織が中心となり、地域の様々な関係団体と協力して取り組む防災訓練についてまとめたマニュアル（手引書）です。

地域の実情を捉えた効果的な防災訓練の実施によって、災害時の被害の軽減を図ることを目的としています。地域の災害特性や被害想定に合わせた防災訓練の計画、準備、実施、振り返りについて、効果や効率を高めるポイントとともに掲載しています。はじめて防災訓練を実施する場合はもちろん、現在の防災訓練の見直しや発展においても活用することができます。

また、地域に限らず、事業所や学校などが主体となって実施する防災訓練にも活用してください。

3 防災訓練マニュアルの活用

防災訓練マニュアルの活用については、下記をご確認ください。

1 訓練の計画

訓練の計画については、P8～P9をご確認ください。

活用項目

- 災害特性と被害想定の確認
- 目的の設定
- 担当者の打ち合わせ
- 日時と場所の決定
- 種類と種目の決定
- 当日のスケジュールの決定

2 訓練の準備

訓練の準備については、P10～P13をご確認ください。

活用項目

- 資機材の確認と点検
- 「自主防災訓練実施届出書」の記入と提出
- 実施に向けた調整と地域住民への広報
- 豊田市自主防災事業補助金交付制度の活用

3 訓練の実施

訓練の実施については、P14～P19をご確認ください。

活用項目

- 被害の想定（地震・風水害・土砂災害）
- 訓練の実施例
- 訓練種目の実施

4 訓練の振り返り

訓練の振り返りについては、P20をご確認ください。

活用項目

- 参加者への聞き取り
- 感想や意見の集約
- 評価や改善点のまとめ

第3章 防災訓練について

1 訓練の計画

何事もまずは計画からはじまります。下記の手順を参考に取り組んでみましょう。

訓練の計画

手順1 災害特性と被害想定を確認する

Point 自主防災組織や自治区で作成した「自主防災マップ」、豊田市が発行する「ハザードマップ」、「防災カルテ（基礎版）」、「とよたiマップ（防災マップ）」などで地域の災害特性と被害想定を確認しましょう。（P9）

危険は？被害は？

地震

風水害

土砂災害

手順2 目的を設定する

Point 災害特性と被害想定を確認した後で、地域でどのような対策や対応ができるか検討し、訓練の目的を設定しましょう。

手順3 担当者を決め、打合せを行う

Point 担当者の人数は訓練の規模に応じて決めましょう。
様々な視点で考えるために、女性や若い世代を含めましょう。

手順4 日時と場所を決定する

Point 地域行事の予定と調整し、訓練の日時と場所を決定しましょう。「防サイ君」（地震体験車）の当選で日時を決める場合は、申込などについて事前に確認しておきましょう。（P29）

担当者で打合せ

話し合う
雰囲気づくりが大切

手順5 種類を決定する

Point 訓練の種類（個別訓練・総合訓練・体験イベント型訓練・図上訓練）（P6）を決定しましょう。
※地域の実情や都合を考慮し、無理のない範囲で検討しましょう。

手順6 種目を選定する

Point 訓練の目的に応じて、実施する訓練種目を選定しましょう。（P24～P49）

必要な訓練は？

実施する訓練種目を
選定

手順7 当日のスケジュールを決定する

Point 3時間、半日、一日など実施時間を決定し、当日のスケジュールを組み立てましょう。大人数の参加が見込まれる場合は、訓練種目の数や要する時間を考慮しましょう。

災害特性と被害想定の確認方法

1 自主防災マップ

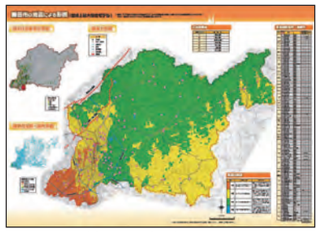
地域の防災力を高める手段として、自主防災組織や自治区などが主体となって作成したマップです。災害の特性に応じて必要な防災情報を記載してあり、災害発生時の危険、避難場所、関係設備（消火栓、防火水槽、AEDなど）が確認できます。

※豊田市内の267団体で作成されています。（平成31年2月現在）

2 ハザードマップ（地震・洪水・土砂災害・ため池）

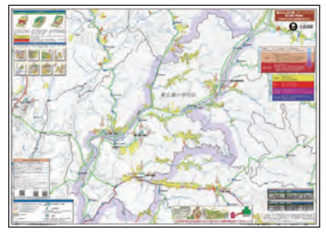
豊田市が災害に関する調査や情報をもとに作成したハザードマップは、災害時の被害予測がまとめられています。地震・洪水・土砂災害・ため池の4種類が存在し、豊田市のホームページ上で閲覧することができます。

地震のハザードマップについては市域全体、洪水・土砂災害・ため池のハザードマップについては地区ごとに範囲が分かれており、被害の程度や豊田市の緊急避難場所・避難所などが記載されています。



地震ハザードマップ

洪水ハザードマップ

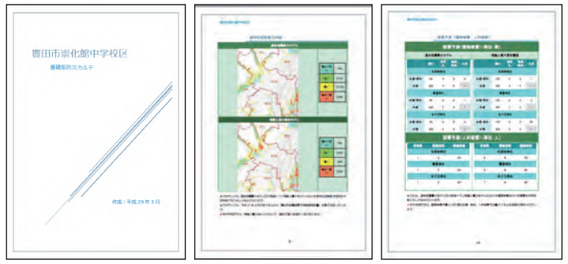


土砂災害ハザードマップ

3 防災カルテ（基礎版）

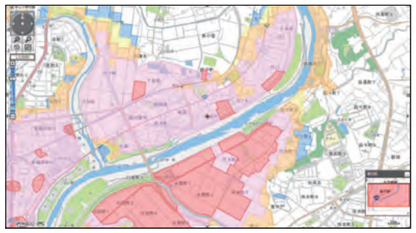
豊田市内の28地区の中学校区ごとに災害特性や危険箇所などを取りまとめたカルテです。基礎版では、中学校区ごとの災害に対する脆弱性や現在の防災力を把握することができます。

地域が主体となった防災活動を促進するための基礎資料としており、豊田市のホームページ上で閲覧、印刷することができます。



4 とよたiマップ（防災マップ）

豊田市に関する様々な地図情報を分かりやすく提供するウェブサービスです。「防災マップ」を選択すると、地図上に浸水想定、土砂災害警戒区域、震度想定、緊急避難場所・避難所など防災に関する様々な情報を重ねて表示することができます。パソコンやスマートフォンなどで閲覧できます。



2 訓練の準備

計画ができたら、下記の手順を参考にして準備を進めましょう。

訓練の準備

手順1 使用する資機材を確認する

Point 使用する資機材などは実施する訓練種目に応じて確認しましょう。（P26～P49）

手順2 使用する資機材を点検する

Point 自主防災倉庫などに収納されている資機材を確認し、正常に使用できるか点検しましょう。

資機材の点検

定期的に
資機材を点検

手順3 正常に使用できない資機材は修理し、不足する資機材は購入または借用する

Point 資機材の修理や購入する場合は、「豊田市自主防災事業補助金」の活用（P11）を検討しましょう。また、借用する場合は、事前に借用先の機関・団体へ連絡し、借用と返却の時期と使用目的を伝えましょう。

手順4 「自主防災訓練実施届出書」を記入し、提出する

Point 「自主防災訓練実施届出書」は、自治区運営の手引きや豊田市のホームページに掲載されています。必要事項を記載し、期限までに豊田市防災対策課もしくは各支所へ提出しましょう。

※指導員の派遣、資機材の貸出、訓練災害補償制度の適用などのために必要です。

自主防災訓練実施届出書

訓練の日時や内容を
記入して提出

「自主防災訓練実施届出書」の提出から訓練実施までの流れ

手順5 実施に向けた調整と地域住民への広報を行う

Point 訓練の実施に向けて、関係者と調整を進めましょう。
また、地域住民の参加を促すために、チラシの配布など積極的な広報活動を行いましょう。

地域住民の参加を促進

住民に積極的な
参加を呼びかけ

豊田市自主防災事業補助金交付制度の活用

自主防災組織が訓練の実施に向けた準備において新たな資機材の購入や既存の資機材の修繕が必要な場合は、「豊田市自主防災事業補助金交付制度」の「防災資機材整備及び組織運営事業」が活用できます。

申請書類は、自治区運営の手引きや豊田市のホームページに掲載されています。

豊田市自主防災事業補助金交付制度

1 目的

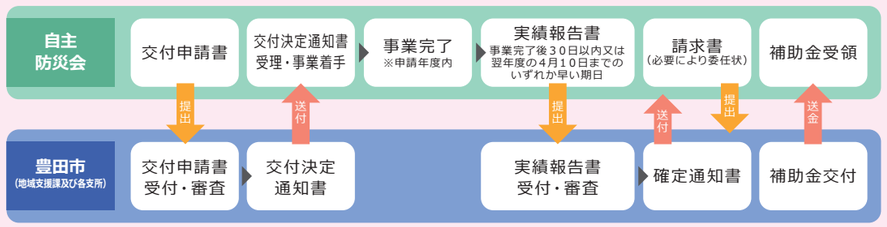
自主防災組織が行う防災活動に必要な事業に対し、予算の範囲内で補助金を交付し、自主防災組織の育成強化を図る。

2 補助事業

防災資機材整備及び組織運営事業	説明	防災活動上必要な資機材の購入、自主防災組織を運営するのに必要な経費、修繕費	
	事業内容	・防災用資機材として防災倉庫に保管する備蓄品に限る。 ・防災訓練での使用は可、参加賞などで配布を目的とするものは不可。 ・ほかの補助事業と重複する事業や、事業内容に掲載されていない防災資機材などは原則補助不可。 ・限度額内で年度内に複数回申請可。	
	防災活動上必要な資機材の購入	初期消火器具	街頭用消火器、消火器格納庫、消火栓ボックス（上水道に限る） バケツ、ホース、小型動力（エンジン）ポンプ
		情報連絡用具	メガホン、トランシーバー、ラジオ、雨量計
		避難・救助救出用具	チェーンソー、エンジンカッター、のこぎり、ペンチ、ボルトクリッパー、斧、スコップ、つるはし、バール、ハンマー、掛矢、なた、鍬、救助工具セット、ジャッキ、折たたみ梯子、一輪車、リヤカー、テント（名入れ）、救助用ボート、防災用トイレ、土嚢袋、発電機、燃料用携行缶、コードリール、強力ライト、投光器 ロープ、ビニール（防水）シート、トラ柵、丸太、番線、三角コーン
		救護用具	担架、毛布、救急セット
		食給水用具	かまど、ハソリ、鍋、受水槽、釜、ポリタンク、コンロ、備蓄用燃料（ガソリン缶詰め、炭）、備蓄用非常食・飲料水
	自主防災組織を運営するのに必要とする経費	防災訓練 報償費	・講演などにおける講師謝礼、出演料及び講師の旅費。 ・手土産、お茶代は除く。
		防災訓練 燃料費	工具、器具及び備品などの燃料に係る経費。
		防災訓練 印刷製本費	チラシ、リーフレットなど、無料で配布する印刷物の場合は、単価100円（消費税含む）を限度とする。
		防災訓練 使用料	機械等の借上げ及び施設、物品などを使用する経費。
		防災訓練 消火器の詰替費用	初期消火訓練用　※ただし消防署から貸与する水消火器の使用を推奨
		その他	ヘルメット（名入れ）、腕章（名入れ）、ベスト（名入れ）、標旗、救命胴衣
	修繕に要する経費	【修繕費】自主防災事業補助金で整備された倉庫又は資機材に限る。	
	補助率	1／2以内	限度額　20万円＋（世帯数×100円）

※事業の算出額に1,000円未満の端数が生じた場合はその端数を切り捨てる。
※処分費、撤去費は対象外とする。

3 事務手続き



4 申請書提出先

・挙母地区は豊田市 地域支援課
・挙母地区以外は豊田市の各支所

1 「自主防災訓練実施届出書」の記入例

届出者（豊田市防災対策課からの通知文書や連絡を受け取る人）の住所・氏名・連絡先を記入

・届出日
・自主防災会名
・実施日
・実施時間
・実施場所
・参加予定人数
を記入

※訓練実施日の１か月前までに提出してください。
※ＰＨＶによる給電を行う場合は３か月前まで

豊田市長　様

届出者住所氏名（連絡責任者）
〒 471 － 8501
豊田市
西町3丁目60番地
豊田 太郎 様
連絡先
※携帯電話等、緊急時に連絡の取れる番号
090 － 1234 －5678

自主防災訓練実施届出書

届出日	2019 年 9 月 19 日（木）
自主防災会名	豊田町 ☑自主防災会　□防災会
実施日	2019 年 10 月 19 日（土）
実施時間（２４時間表示）	10 ：00 ～ 13 ：00
実施場所	豊田町グラウンド
参加予定人数	50 名

※ 該当する□に✔を付け、必要事項を記入してください。
※ **指導員の派遣が必要な訓練を実施する場合は、実施場所のわかる地図等を添付してく**
指導員の派遣については、ご希望に添えない場合がありますので予めご了承ください。

指導員などの派遣を希望する場合は選択

実施する訓練項目を選択

・必要な資機材の数
・訓練内容
・受講内容
などを選択して記入

訓練項目	指導員派遣	資機材の貸出・内容
□① 学習会（啓発ビデオ、ＤＶＤ）		□ＤＶＤ　本　□ＶＨＳ　本
☑② 初期消火訓練		☑水消火器 5 本　☑標的 1 個
□③ 防災用資機材取扱い		
☑④ 炊き出し訓練		非常食の配布は廃止しました
□⑤ 避難訓練等		□避難訓練　□煙道体験
□⑥ 情報伝達訓練		
☑⑦ 応急手当指導等 ※指導員及び資機材が必要な場合は、事前に申請が必要です。 （依頼先消防署：　）	訓練実施日の前月の15日までに近くの消防署に『応急手当講習等受講申請書』を提出	□普通救命講習（３時間以上） ☑救命入門コース（45 分または 90 分） □その他の応急手当講習 （　）
☑⑧ 地震体験（防サイ君） ※事前に予約が必要です。	車両及び指導員を派遣します	※防サイ君の予約は、消防本部予防課（35-9704）までお問合せください。
□⑨ 防災セミナー（30 分以上）	□必　要　□不　要	内容『　』
□⑩ その他（防災ゲーム等）	□必　要　□不　要	内容『　』
□⑪ ＰＨＶによる給電 ※実動３時間以内	車両及び指導員を派遣します	内容『　』 ※煙道体験のスモークマシーン、電気ポット、ＤＶＤプレーヤー等への給電

訓練内容に関する調整状況や補足説明などを記入

特記事項 応急手当指導については、中消防署へ事前予約済。

※タイムスケジュールを記入するか、計画書を添付してください。

10 :00	10 :30	11 :00	12 ~~:30~~ 00	13 :00	:30
初期消火訓練	地震体験	応急手当指導	炊き出し訓練	訓練終了	

※ 以下は記入不要

派遣指導員		
●消防本部・消防署	□派遣有り（　）（　）	□派遣無し
●消防防災専門指導員	□派遣有り（　）	□派遣無し
●防災対策課	□派遣有り（　）	□派遣無し

記入不要

訓練時間と当日のスケジュールを記入

2 「自主防災訓練実施届出書」の提出前の事前確認

Ⅰ 自主防災訓練実施届出書の提出及び訓練実施における注意点

		確認欄
1	訓練中のケガなどに対して保険が適用されますので、自主防災訓練実施届出書を必ず提出してください。	
2	自主防災訓練実施届出書は、訓練実施日の１か月前までに豊田市防災対策課または各支所に提出してください。	
3	ＰＨＶによる外部給電を実施する場合は、車両及び指導員手配の都合上、３か月前までに提出してください。	
4	指導員の派遣が必要な訓練を行う場合は、実施場所のわかる地図などを添付してください。	
5	指導員の派遣が必要な場合は、駐車場の確保をお願いします。	
6	訓練のタイムスケジュールまたは計画書を添付してください。	
7	訓練は、地域の消防団や自主防災リーダー養成講座修了者に積極的に指導を依頼してください。	
8	借用した資機材は、訓練終了後、洗浄などを行ってから返却してください。	
9	訓練実施日の概ね２週間前までに、指導員や貸出などについて記載した通知書を送付します。	
10	雨天などで訓練を中止する場合は、必ず中止の連絡をしてください（連絡先は通知書に記載）。	

Ⅱ 訓練項目に関する詳細事項など

1 学習会・啓発ビデオ・ＤＶＤ〔自主防災組織が行う学習会、啓発ビデオ上映など〕

啓発用ビデオ・ＤＶＤを用意しています。豊田市防災対策課へご相談ください。

2 初期消火訓練（消火用資機材の取り扱い確認・水消火器を用いた消火訓練など）

①水消火器及び標的を貸出します。訓練実施日の前日に地区を管轄する消防署【足助・北（藤岡小原分署含む）・中・南消防署】へ取りに行ってください。※水の充填は各自主防災組織で行ってください。

②指導員の派遣は行いません。地域の消防団や、自主防災リーダー養成講座修了者へご依頼ください。

3 防災用資機材取扱い〔防災用資機材の取扱い確認、点検など〕

①エンジン付きの資機材は、操作確認を兼ねて、年２～３回はエンジンの始動を行ってください。

②消火栓を使用した訓練は、水質管理上行わないでください。

③防災用資機材は、「豊田市自主防災事業補助金交付制度（P11）」で購入できます。

4 炊き出し訓練〔給食・給水訓練など〕

給食・給水用具（かまど、ハソリなど）や備蓄用の非常食は「豊田市自主防災事業補助金交付制度（P11）」で購入できます。

5 避難訓練など〔煙道体験、防災マップを用いた避難訓練など〕

①スモークマシン及び煙道テントを貸出します。訓練前日に地区を管轄する消防署【足助・北（藤岡小原分署含む）・中・南消防署】へ取りに行ってください。

②指導員の派遣は行いません。地域の消防団や自主防災リーダー養成講座修了者へご依頼ください。

6 情報伝達〔自治区放送施設を用いた情報伝達訓練・自主防災組織の連絡網の確認など〕

防災行政無線を使用する場合は、豊田市防災対策課へご相談ください。

7 応急手当指導など〔普通救命講習・心肺蘇生・ＡＥＤ・止血法など〕

①指導員が必要な場合は、訓練実施日の前月の15日までに、お近くの消防署・分署・出張所へ申請してください。

②他の講習との重複など、指導員が派遣できない場合がありますので、早目にお申込みください。

③緊急出動により、当日、指導員が派遣できない場合がありますので予めご了承ください。

8 地震体験（防サイ君）〔地震体験車による地震体験〕

①事前予約が必要です。詳細については、豊田市消防本部予防課(☎0565-35-9704)へお問合せください。

②必ず車両の配置図を添付してください。

③小雨でも中止となる場合があります。

9 防災セミナー〔消防団員・消防防災専門指導員などによる防災啓発セミナーなど〕

①防災専門指導員などを講師として派遣します。

②講師の派遣が必要な場合は、30分以上のセミナーを企画してください。

10 その他〔「防災ゲーム」の実施など上記以外の訓練〕

「防災ゲーム」にはHUG（ハグ）、DIG（ディグ）、クロスロードなどがあります。指導員の派遣やゲームの貸出しが必要な場合は、豊田市防災対策課へご相談ください。

11 ＰＨＶによる給電訓練　〔プラグインハイブリット車の外部給電機能を用いた資機材などへの給電〕

①車両及び指導員手配の都合上、3か月前までにご提出ください。

②給電に使用する資機材は、各自主防災組織でご用意ください。

3 訓練の実施

計画と準備ができたら、いよいよ訓練の実施となります。
「地震」「風水害」「土砂災害」の災害特性に分けて、訓練の実施例をご紹介します。

訓練の実施【地震編】

(1) 被害の想定

地震

震度5弱～6強（豊田市内の理論上最大想定）の地震の揺れにより、家具などの転倒・落下、家屋の倒壊、火災の発生、山体崩壊などの被害を想定した訓練を実施しましょう。

(2) 訓練の実施例

総合訓練・3時間コース

時間	内容	説明
9:00～9:30	**会場準備**	会場設営、資機材などの準備
9:30～9:45	**参加者来場** **（自主防災マップなどの活用）**	自主防災マップなどを活用し、 参加者各自で避難経路を確認しながら来場
9:45～10:00	**安否確認**	安否確認を兼ねた参加者の人数報告
10:00～10:15	**訓練の説明**	訓練の目的や内容の説明
10:15～11:30	**訓練種目の実施（例）** ①地震体験（防サイ君） ②初期消火（消火器） ③応急手当講習 ④災害時要配慮者の避難支援 ⑤炊き出し など	地震の発生を想定した内容の 訓練種目を実施 ※訓練時間の長短は、実施する訓練種目の数などで調整可能
11:30～11:45	**試食**	炊き出し訓練の食事を試食
11:45～12:00	**講評、連絡**	訓練の振り返り、事務連絡
12:00～12:30	**片付け、解散**	片付けは参加者も手伝う

(3) 訓練種目の実施

地震発生

被害の想定など		対策となる訓練種目	
●家具などの転倒・落下 ●建物の倒壊		身の安全を確保 / 初動期対応	●シェイクアウト（P28） ●地震体験（防サイ君）（P29） 地震の揺れから身を守ります。
●火災の発生			●初期消火（水消火器）（P30） ●初期消火（バケツリレー）（P31） 地震により発生した火災を消火します。
●山体崩壊 ●土砂災害の発生			●被害想定の事前確認（P9） 地震発生時の被害想定を事前に確認します。
●被害の状況確認 ●家族や近所の安否確認		被害と安否の確認 / 情報収集・伝達	●情報収集（P34） ●安否確認（P35） ●119番通報（P36） ●災害用伝言ダイヤル「171」（P37） 周囲の被害状況の確認をし、地震に関する正確な情報を集めます。また、家族や近隣住民の安否も確認します。
●家具の転倒や家屋の倒壊による負傷者の発生 ●負傷者の応急手当		救出・応急処置 / 救出・救護	●資機材取扱い（P38～P39） ●応急手当講習（P40～P41） 可能な範囲で救出活動を行い、負傷者には応急手当を施します。
●避難の準備 ●避難の開始		避難行動 / 避難行動・誘導	●災害図上訓練（DIG）（P26） ●危険箇所の確認（自主防災マップの活用）（P42～P43） ●災害時要配慮者の避難支援（P44～P45） 事前に避難経路の安全確認と共有に努め、避難所への避難を開始します。また、高齢者や障がい者などの災害時要配慮者の避難支援についても確認します。
●避難所の開設 ●避難所の運営		避難所運営 / 避難所開設・運営	●避難所運営ゲーム（HUG）（P26） ●間仕切りの設置（P46） ●災害用便槽の設置（P46） ●炊き出し（給食）（P47） ●PHVによる外部給電（P48） 避難所の円滑な開設と運営について確認します。

訓練の実施【風水害編】

(1) 被害の想定

風水害

台風や長期の降雨による河川の外水氾濫、集中豪雨による内水氾濫などの浸水被害、強風による建物の損壊など、風水害における被害を想定した訓練を実施しましょう。

(2) 訓練の実施例

総合訓練・3時間コース

時間	内容	説明
9:00～9:30	**会場準備**	会場設営、資機材などの準備
9:30～9:45	**参加者来場** **（自主防災マップなどの活用）**	自主防災マップなどを活用し、 参加者各自で避難経路を確認しながら来場
9:45～10:00	**安否確認**	安否確認を兼ねた参加者の人数報告
10:00～10:15	**訓練の説明**	訓練の目的や内容の説明
10:15～11:45	**訓練種目の実施（例）** **①土のう作り・積み上げ** **②資機材取扱い** **③災害時要配慮者の避難支援** **④避難所開設・運営** **（間仕切りの設置など）** **など**	風水害の発生を想定した内容の 訓練種目を実施 避難所設営訓練は屋内で実施 ※訓練時間の長短は、実施する訓練種目の数などで調整可能
11:45～12:00	**講評、連絡**	訓練の振り返り、事務連絡
12:00～12:30	**片付け、解散**	片付けは参加者も手伝う

(3) 訓練種目の実施

被害の想定など		対策となる訓練種目
●台風の接近 ●雨雲の発達	台風接近 雨雲発達 台風・大雨情報の収集	情報収集・伝達 ●被害想定の事前確認（P9） ●情報収集（P34） 台風や大雨についての気象情報を事前に収集します。
●避難の準備 ●避難の開始	避難行動	避難行動・誘導 ●災害図上訓練（DIG）（P26） ●安否確認（P35） ●危険箇所の確認（自主防災マップの活用）（P42～P43） ●災害時要配慮者の避難支援（P44～P45） 安全な避難経路を確認し、避難が必要な場合は、風水害の影響を受ける前に避難所への避難を開始します。特に、避難に時間を要する高齢者や障がい者などの災害時要配慮者の避難に配慮します。
●河川の増水 ●住居の浸水	身の安全を確保	初動期対応 ●土のう作り・積み上げ（P33） できるだけ大雨が降る前に土のうを作り、浸水が想定される場所に積み上げるなど対策します。
	風水害発生	
●建物の損壊 ●負傷者の発生	救出・応急処置	救出・救護 ●資機材取扱い（P38～P39） ●応急手当講習（P40～P41） 可能な範囲で救出・救護活動を行い、負傷者には応急手当を施します。
●避難所の開設 ●避難所の運営	避難所運営	避難所開設・運営 ●避難所運営ゲーム（HUG）（P26） ●間仕切り設置（P46） ●災害用便槽の設置（P46） ●炊き出し（給食）（P47） ●PHVによる外部給電（P48） 避難所の円滑な開設と運営について確認します。

訓練の実施【土砂災害編】

(1) 被害の想定

土砂災害

土砂災害は、地震や長期の大雨、集中豪雨にともなって突発的に発生する災害です。土石流、がけ崩れ（急傾斜地の崩壊）、地すべりの3種類に分類されます。正確な被害予測は難しく、対応の緊急性が高いため、土砂災害の危険性が高い地域では、早目の避難を意識した訓練を実施しましょう。

(2) 訓練の実施例

総合訓練・3時間コース

時間	内容	説明
9:00～9:30	**会場準備**	会場設営、資機材などの準備
9:30～9:45	**参加者来場** **（自主防災マップなどの活用）**	自主防災マップなどを活用し、 参加者各自で避難経路を確認しながら来場
9:45～10:00	**安否確認**	安否確認を兼ねた参加者の人数報告
10:00～10:15	**訓練の説明**	訓練の目的や内容の説明
10:15～11:45	**訓練種目の実施（例）** **①危険箇所の確認** **（自主防災マップの活用）** **②図上訓練（土砂災害の知識向上）** **③災害時要配慮者の避難支援** **④避難所開設・運営** **（間仕切りの設置など）** **など**	土砂災害の発生にともなう危険を事前に確認し、 その発生を想定した内容の訓練種目 （日頃の備えや避難に関すること）を実施 ※訓練時間の長短は、実施する訓練種目の数などで調整可能
11:45～12:00	**講評、連絡**	訓練の振り返り、事務連絡
12:00～12:30	**片付け、解散**	片付けは参加者も手伝う

(3) 訓練種目の実施

被害の想定など		対策となる訓練種目
●台風の接近 ●雨雲の発達 	台風接近 雨雲発達 台風・大雨情報の収集	情報収集・伝達 ●被害想定の事前確認（P9） ●情報収集（P34） ●土砂災害の前兆の確認（P19） ●土砂災害警戒情報の確認（P19） 台風や大雨についての気象情報を事前に収集します。
●避難の準備 ●避難の開始 	避難行動	避難行動・誘導 ●災害図上訓練（DIG）（P26） ●危険箇所の確認（自主防災マップの活用）（P42～P43） ●災害時要配慮者の避難（P44～P45） 安全な避難経路を確認し、避難が必要な場合は、土砂災害の影響を受ける前に避難所への避難を開始します。特に、避難に時間を要する高齢者や障がい者などの災害時要配慮者の避難に配慮します。
●避難所の開設 ●避難所の運営 	土砂災害発生 避難所運営	避難所開設・運営 ●避難所運営ゲーム（HUG）（P26） ●間仕切りの設置（P46） ●災害用便槽の設置（P46） ●炊き出し（給食）（P47） ●PHVによる外部給電（P48） 避難所の円滑な開設と運営について確認します。

土砂災害の前兆

●地面や崖にひび割れができる
●小石がパラパラと落ちてくる
●斜面や崖から水が噴き出す
●木が裂けたりぶつかり合う音がする
●腐った土の匂いがする
●地鳴り・山鳴りがする
●井戸や沢の水が濁る
●急に川の流れが濁り、流木が混ざり始める

土砂災害警戒情報

土砂災害警戒情報とは、土砂災害の発生の危険度が高まったときに、都道府県と気象庁が共同で発表する防災情報です。

気象庁のホームページや各都道府県の砂防課のホームページで確認できるほか、テレビやラジオの気象情報でも発表されます。また、携帯電話やスマートフォンにも緊急速報・エリアメールとして自動配信されます。

4 訓練の振り返り

訓練の実施を終えたら、後日、担当者で集まって振り返りを行い、訓練の評価や今後の改善点をまとめましょう。

訓練の振り返り

手順1 訓練の実施後に参加者の感想や意見を聞き取る

Point 可能であれば、参加者にアンケートなどを実施し、参加者の情報（年齢、性別、居住地区、参加回数など）や訓練の内容（時間、訓練種目、意識、課題など）についての率直な感想や意見を聞き取りましょう。

率直な感想や意見を聞く

手順2 担当者が集まる機会を設定する

Point 訓練の実施後、（あまり期間を空けずに）担当者が集まる機会を設けましょう。アンケートなど参加者への聞き取り資料はそれまで大切に保管しましょう。

手順3 参加者の感想や意見を集約する

Point アンケートなど参加者への聞き取り結果を集約しましょう。数が多い場合は事前に手分けし、個別にまとめた結果を集約しましょう。

感想や意見を集約する

手順4 集約した結果を分析し、訓練の振り返りを行う

Point 集約した結果の分析とともに、担当者同士でも訓練当日の設営や運営、スケジュールなどを振り返り、手応えや反省点について意見交換しながらまとめましょう。

手順5 訓練の評価や改善点についてまとめ、次回に活用する

Point 参加者の感想や意見、担当者同士の意見交換などを通じて訓練を振り返り、評価と改善点についてまとめましょう。まとめた資料は、次回の訓練の計画などに活用しましょう。

訓練の評価と改善点をまとめる

担当者が交代する場合は、必ず引継ぎをしましょう！

訓練の振り返りでまとめた評価と改善点はノートや紙に記録し、自治区の区民会館など分かりやすい場所に貼るなどして大切に保管しましょう。また、次回の訓練で担当者が交代する時は、必ず引継ぎをして、訓練の継続と内容の向上に努めましょう。

防災訓練の実施に関する注意事項

■事故防止のために十分な事前説明を！

訓練を始める前や訓練種目に取り組む前に、必ず事前説明の機会を設け、参加者のけが防止について注意しましょう。

- ■訓練で使用する資機材については、操作方法や取扱上の注意を参加者へ伝えましょう。
- ■火気の使用や発電機、チェンソーなどの刃物を使用する場合は、使用上の注意事項を参加者へ伝えましょう。

■訓練に適した服装を！

訓練には屋内外での活動が生じます。訓練の内容に応じて、動きやすい服装や履きなれた靴の着用を心がけましょう。

- ■必要に応じて、ヘルメットや軍手を着用しましょう。
- ■活動で汗をかく場合は、タオルや着替えを持参しましょう。また、保冷材や冷感首巻きなども活用しましょう。
- ■冬場の寒い場合は上着や手袋を着用し、防寒対策をしましょう。

■熱中症対策は万全に！

訓練の実施は9月～11月の期間が多いです。気温の高い日は、熱中症対策を万全にしましょう。

※猛暑日など熱中症の危険性が高い場合は、訓練を延期するなど対応を検討しましょう。

- ■訓練時間を短くする、休憩を多めにとるなど事前に対策を考えておきましょう。
- ■参加者には帽子の着用と水分の持参を呼びかけましょう。
- ■訓練会場の日陰となる場所に休憩場所を設置しましょう。

防火防災訓練災害補償制度の適用について

「自主防災訓練実施届出書」の提出を！

「自主防災訓練実施届出書」（P12～P13）は自主防災組織の訓練を支援するだけでなく、当該の訓練に起因する事故により参加者が傷害を受けた場合に、豊田市防災対策課が加盟する「防火防災訓練災害補償等共済制度」が適用され、災害補償を行います。訓練を実施する前に、必ず「自主防災訓練実施届出書」を提出してください。

※詳細は豊田市防災対策課（☎0565-34-6750）までお問い合わせください。

第4章 防災訓練の効果的な実施について

防災訓練を実施するときに「参加者を増やしたい」「毎回同じ内容になる」「地域行事が多く、十分に手が回らない」などの悩みを抱えることがあります。このようなときは、地域の人々に防災訓練を"身近な存在"として感じてもらうことを意識し、暮らしの中で気軽に「防災」に触れることができる機会となるよう工夫をしてみましょう。

1 地域行事を活用

❶地域行事と一緒に防災訓練を実施

年間で予定されている地域行事と一緒に防災訓練を実施すると、参加者が集まりやすく、日程調整や会場準備などの負担も省くことができます。特に、地域行事の開始前や終了後の時間を有効に活用してみましょう。

主な地域行事

- 4月
- 5月
- 6月 環境美化活動
- 7月
- 8月 夏祭り
- 9月 環境美化活動 敬老会
- 10月 秋祭り
- 11月 防災訓練 運動会
- 12月
- 1月 どんど焼き
- 2月
- 3月

環境美化活動の前後

夏祭りなどの準備時

❷地域行事と防災訓練を融合

地域行事の内容に防災訓練の要素を取り入れてみましょう。例えば、運動会の障害物競走の一部を防災訓練にしてみるなど、少しの工夫で地域の人々が気軽に防災・活動に取り組むことができます。また、非常用備蓄食や家具固定器具などの防災グッズをお祭りの景品や参加賞などにすると、地域行事が防災意識の普及や啓発の機会となります。

運動会で訓練種目を実施

地域行事で啓発展示や防災グッズを配布

防災運動会

地域の運動会と防災訓練を組み合わせた「防災運動会」は、日ごろ難しく考えがちな防災活動を参加者が楽しんで取り組めるように考えられた新しい形です。運動会の種目に防災訓練の要素を取り入れながら、参加者同士の協力を促して一体感を生み出し、地域の絆を深めましょう。

防災運動会の実施種目例

- 命を守る防災リレー（障害物競走）
- バケツリレー
- 土のう積み上げレース
- 防災○×クイズ
- 炊き出し（昼食） など

2 地域の子どもたちと共働

防災キャンプの実施

「防災キャンプ」は、豊田市の指定避難所である小中学校の体育館などで、地域の子どもたちが避難所の開設や運営に関する訓練を体験する防災教育の一環です。子どもたちが大人たちと一緒に防災活動に取り組む機会を創出し、将来の自主防災リーダーを育成することを目的とした防災訓練です。

避難所となる小中学校の体育館で実施

将来の自主防災リーダーを育成

豊田市から豊田市内の小中学校に「防災キャンプ事業負担金」についてご案内しています。「防災キャンプ」の実施を検討する場合は、豊田市防災対策課（☎0565-34-6750）までご相談ください。

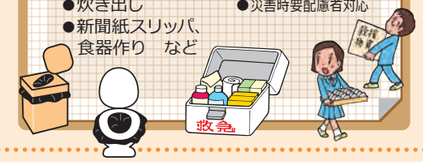
防災キャンプ

「防災キャンプ」は地域の子どもたちが主体となるため、自主防災組織単体ではなく、会場となる小中学校、PTA、子ども会など地域の関係団体と連携して実施することが重要です。

子どもたちが地域の災害特性や被害想定について学び、避難所に関わる防災訓練を大人たちと一緒に取り組むことで、自助や共助の意識を育みましょう。

防災キャンプの実施種目例

- 間仕切りの設置
- 災害用便槽の設置
- 炊き出し
- 新聞紙スリッパ、食器作り など
- 応急救護・手当
- 簡易担架作り
- 災害時要配慮者対応



3 消防団との連携

消防団と連携した防災訓練の実施

「消防団を中核とした地域防災力の充実強化に関する法律」が平成25年12月に成立し、消防団の充実強化を図ることによって、地域住民の安全を確保していく国の姿勢が示されました。

現在、豊田市消防団は2,064人（平成30年4月現在）が10の方面隊に分かれて各地で活動しています。初期消火や資機材の取り扱いなど、防災訓練で指導者の派遣が必要な場合は、自治区長を通じて地域の消防団に依頼するなど、積極的な連携を図りましょう。

消防団員が参加者へ指導

消防団員との交流を推進

大規模災害発生時の消防団活動

十分な訓練と経験を積んでいる消防団は、大規模災害が発生した場合、常備消防とともに現場の最前線で消火活動、救助・救出活動、避難誘導などに当たります。

通常時は、自主防災組織の活動に積極的に協力してくれますが、災害時は、状況によって自主防災組織の活動より危険をともなう現場での活動を優先することがあります。

地域の消防団活動を十分に理解し、いざというときに消防団に頼り過ぎない地域防災力の育成を目指しましょう。

4 地域の人材活用

地域の人材を防災活動の力に

地域には、防災士の資格保有者、豊田市の自主防災リーダー養成講座の修了者、元消防士、元消防団員など防災に関する知識や活動経験が豊富な人がいます。また、医療や介護の職を経験して専門的な知識や技術をもつ人、民生委員として地域の福祉活動に貢献している人もいます。

防災訓練での指導や助言など、円滑に協力が得られるように、日頃のコミュニケーションを大切にしましょう。

積極的な地域の人材の活用を

第5章 防災訓練の訓練種目について

訓練種目一覧表

防災訓練で取り組む基礎的な訓練種目について、発災前後の時系列に沿って災害別（地震、風水害）にまとめています。各訓練種目の詳細については、表記のページをご参照ください。

時系列で確認する訓練種目【地震編】

通常時

図上訓練

- ☐ 災害時図上訓練（DIG／ディグ） P26
- ☐ 避難所運営ゲーム（HUG／ハグ） P26
- ☐ クロスロード P27
- ☐ 防災に関する出前講座（生涯学習出前講座） P27

地震発生

初動期対応訓練

発災直後（～30分）

- ☐ シェイクアウト P28
- ☐ 地震体験（防サイ君） P29
- ☐ 初期消火（水消火器） P30
- ☐ 初期消火（バケツリレー） P31
- ☐ 煙道体験（煙脱出体験） P32

情報収集・伝達訓練

発災後（～1時間）

- ☐ 情報収集 P34
- ☐ 安否確認 P35
- ☐ 119番通報 P36
- ☐ 災害伝言ダイヤル「171」 P37

救出・救護訓練

- ☐ 資機材取扱い P38-P39
- ☐ 応急手当講習 P40-P41

発災後（～半日）

避難誘導訓練

- ☐ 危険箇所の確認（自主防災マップの活用） P42-P43
- ☐ 災害時要配慮者の避難支援①（車いす利用者） P44
- ☐ 災害時要配慮者の避難支援②（視覚障がい者など） P44
- ☐ 災害時要配慮者の避難支援③（高齢者） P45
- ☐ 災害時要配慮者の避難支援④（妊婦） P45

避難所運営訓練

発災後（半日～72時間）

- ☐ 間仕切りの設置 P46
- ☐ 災害用便槽の設置（マンホールトイレ） P46
- ☐ 炊き出し（給食） P47
- ☐ PHVによる外部給電（とよたSAKURAプロジェクト） P48
- ☐ 避難所運営訓練のポイント P49

実施した訓練種目には☑をしましょう！

これまでに実施した訓練種目が確認しやすくなります。
引継ぎ時にぜひお役立てください。

Check! ☑ 災害時図上訓練（DIG／ディグ） P26

時系列で確認する訓練種目【風水害編】

平常時

図上訓練

- ☐ 災害時図上訓練（DIG／ディグ） P26
- ☐ 避難所運営ゲーム（HUG／ハグ） P26
- ☐ クロスロード P27
- ☐ 防災に関する出前講座（生涯学習出前講座） P27

台風接近 雨雲発達

情報収集・伝達訓練

- ☐ 情報収集 P34
- ☐ 安否確認 P35
- ☐ 119番通報 P36
- ☐ 災害伝言ダイヤル「171」 P37

避難誘導訓練

発災前

- ☐ 危険箇所の確認（自主防災マップの活用） P42-P43
- ☐ 災害時要配慮者の避難支援①（車いす利用者） P44
- ☐ 災害時要配慮者の避難支援②（視覚障がい者など） P44
- ☐ 災害時要配慮者の避難支援③（高齢者） P45
- ☐ 災害時要配慮者の避難支援④（妊婦） P45

初動期対応訓練

- ☐ 土のう作り 積み上げ P33

風水害発生

救出・救護訓練

- ☐ 資機材取扱い P38-P39
- ☐ 応急手当講習 P40-P41

発災後（半日～72時間）

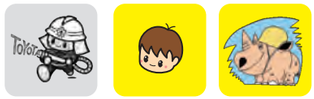
避難所運営訓練

- ☐ 間仕切りの設置 P46
- ☐ 災害用便槽の設置（マンホールトイレ） P46
- ☐ 炊き出し（給食） P47
- ☐ PHVによる外部給電（とよたSAKURAプロジェクト） P48
- ☐ 避難所運営訓練のポイント P49

図上訓練

想定する災害 ☑地震 ☑風水害 ☑土砂災害

災害図上訓練
Disaster Imagination Game (DIG)



子ども参加OK　支援あり
（中学生以上）

所要時間　180分

訓練実施の手順

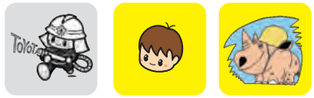
1. 「生涯学習出前講座」の申込書を記入し、豊田市防災対策課へ提出してください。
2. 講師の派遣が決定後、時間や用意するものについて調整をしてください。

訓練の目的　地図を使って地域に起こる災害を理解し、必要な防災対策について参加者同士で議論する。

用意するもの　■地図（住宅地図、都市計画図など）　■ハザードマップ　■透明シート　■油性ペン（8~12色セット）　■ティッシュペーパー　■ベンジン（油性マジック修正用）■セロテープ　■養生テープ　■ハサミ（またはカッター）　■付箋　■丸形のカラーシール（5色程度）　■新聞紙（下敷用）

ワンポイントアドバイス　実際に地域内を歩く機会（まち歩き）を設け、災害時の危険箇所を共有しましょう。

避難所運営ゲーム
Hinanjyo Unei Game (HUG)



子ども参加OK　支援あり
（中学生以上）

所要時間　120分~180分

訓練実施の手順

1. 「生涯学習出前講座」の申込書を記入し、豊田市防災対策課へ提出してください。
2. 講師の派遣が決定後、時間や用意するものについて調整をしてください。

訓練の目的　大地震発生後、避難所で起こる様々な事象を疑似体験し、参加者同士で意見交換をしながら避難所の運営に必要な対応を学ぶ。

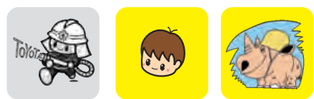
用意するもの　■HUGカード　■敷地図・間取図など　■地震ハザードマップ　■油性ペン（8~12色セット）　■メモ用紙（裏紙など）　■付箋　■掲示板（ホワイトボードなど）　■セロテープ　■新聞紙（下敷用）
※HUGカードや敷地図・間取図などのデータは、豊田市防災対策課で貸出をしています。

ワンポイントアドバイス　避難者の事情をよく理解し、女性、高齢者、障がい者などの視点も意識しながら、適切な避難所の運営について考えてみましょう。

図上訓練

想定する災害 ☑地震 ☑風水害 ☑土砂災害

クロスロード
CROSS ROAD



子ども参加OK　支援あり
（中学生以上）

所要時間　60分~90分

訓練実施の手順

1. 「生涯学習出前講座」の申込書を記入し、豊田市防災対策課へ提出してください。
2. 講師の派遣が決定後、時間や用意するものについて調整をしてください。

訓練の目的　災害時に起こる様々なジレンマについて考え、その状況における適切な対応について参加者同士で意見交換をする。

用意するもの　■ゲームセット一式（カード・資料など）　■メモ用紙　■筆記用具

ワンポイントアドバイス　クロスロードは「岐路」や「分かれ道」という意味です。意見が分かれた場合は、自分と異なる意見をよく聞き、お互いの気づきを増やしましょう。

生涯学習出前講座について

「生涯学習出前講座」では、暮らしの中の様々な疑問や課題、まちづくりのために知っておきたい制度などについて、豊田市職員や関係機関・団体の職員、市民講師が無料で説明に伺います。

自治区での研修会、学校の総合学習、サークル活動などで多くの市民に利用され、好評をいただいています。

防災に関する出前講座も多数ありますので、ぜひ申込みをご検討ください。

講座一覧表および申込書は、豊田市役所ホームページからダウンロードできます。また、講座担当課や関係機関・団体の窓口でも配布しています。

受講までの手順

講座を選ぶ
↓
会場を手配する
↓
申し込む
※申込みの時点で、豊田市内に在住・在勤または在学する10人以上で構成されたグループが対象です。
↓
講座担当課と打ち合わせ
※講師と内容や用意するものについて調整してください。
↓
講座の開催

防災に関する出前講座

講座名	担当課・申込先
災害に備える	豊田市防災対策課 TEL 0565-34-6750 FAX 0565-34-6048
災害図上訓練（DIG）	
避難所運営ゲーム（HUG）	
クロスロード	
コミュニケーション支援ボード使い方講座	豊田市障がい福祉課 TEL 0565-34-6751 FAX 0565-33-2940
お母さんから学ぶ防災知識	豊田市社会福祉協議会総務課 TEL 0565-34-1131 FAX 0565-32-6011
避難行動要支援者を災害からまもろう	豊田市福祉総合相談課 TEL 0565-34-6791 FAX 0565-33-2940
多様な視点で！みんなで備える防災・減災講座	キラッ☆とよた（とよた男女共同参画センター） TEL 0565-31-7780 FAX 0565-31-3270

シェイクアウト
Shake Out ※地震発生時の安全確保行動

消防団の指導協力　子ども参加OK　支援あり

所要時間　1分

訓練実施の手順

1. 緊急地震速報の音声を放送してください。
2. **DROP！** しゃがんで姿勢を低くしてください。
3. **COVER！** 机などの下に潜り込んで頭を守ってください。何もないときは腕や荷物で頭を守ってください。
4. **HOLD ON！** じっと動かずに揺れが収まるのを待ってください。

訓練の目的　地震の揺れから自分の命を守るための行動を身に付ける。

用意するもの
- ■緊急地震速報の音声
- ■屋内・屋外の放送設備、CDプレイヤーなどの放送機材

その他　緊急地震速報の音声は、豊田市防災対策課から提供できます。

ワンポイントアドバイス
- ■それぞれの居場所に合わせて、臨機応変な安全確保行動を意識しましょう。
- ■実施後は“プラスワン行動“として、避難行動や備蓄品・非常持出品の確認を行いましょう。

地震体験
（防災指導車「防サイ君」）

子ども参加OK　支援あり

所要時間　1人当たり約3分

訓練実施の手順

1. 豊田市消防本部予防課へ希望日時を事前に申し込んでください。
   ※自主防災組織には、毎年1月下旬～2月下旬ごろに申込みについて通知しています。
2. 訓練当日の実施場所を確保し、詳細を豊田市消防本部予防課と調整してください。
3. 訓練当日は、現場の指導員の指示に従い、参加者の安全に注意してください。

訓練の目的　地震の揺れを体験し、自分の身の守り方を身に付ける。

用意するもの
- ■カラーコーン、コーンバー（参加者が多い場合に列整理を行うため）
- ■駐車スペース（全長7.2m、幅2.4m、最大積載量4トン）

その他
- ■1回の体験は4名まで（未就学児は6名まで）体験できます。
- ■関東大震災、阪神淡路大震災、東日本大震災などの大規模地震の揺れが体験できます。
- ■毎年、5月～6月と9月～11月の時期に申込みが集中するため、時期をずらすと当選しやすくなります。

ワンポイントアドバイス　地震の揺れから身を守る行動や姿勢を確認しましょう。

初動期対応訓練

想定する災害　☑地震　□風水害　□土砂災害

初期消火（水消火器）

消防団の指導協力　子ども参加OK　支援あり

所要時間　1人当たり約2分

訓練実施の手順

1. 「火事だ！」と叫んで周囲に知らせてください。
2. 火点（標的）を確認後、水消火器の栓を外してください。
3. 火点（標的）へ向かって水消火器を噴射してください。
4. 火点（標的）の消火を確認してください。

訓練の目的　消火器の使い方を学び、初期の出火に対して応急的な消火活動ができるようにする。

用意するもの
■訓練用の水消火器
■標的（火点の代わりとなるもの）

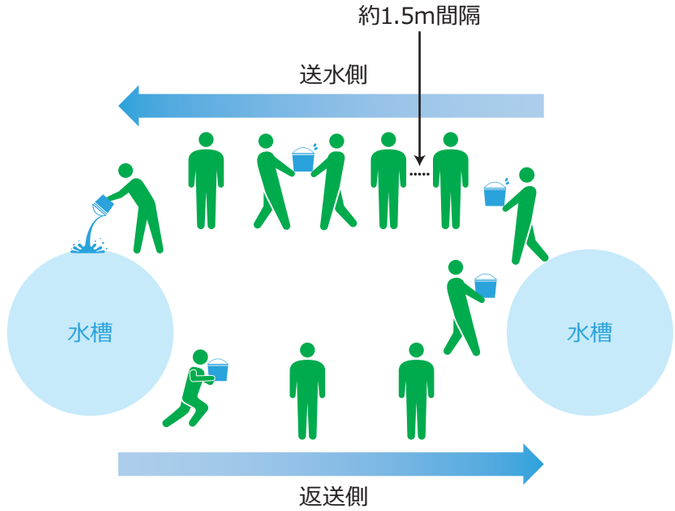
その他
■訓練用の水消火器と標的は、「自主防災訓練実施届出書」の提出後、対象地域を管轄する消防署（足助・中・北・南及び藤岡小原分署）から貸出することができます。
※訓練の実施日が他の団体と重複する場合は、貸出の本数を調整することがあります。
■実際の火気使用は、可能な限り避けてください。
■訓練指導が必要な場合は、自治区長を通じて地域の消防団に依頼してください。

ワンポイントアドバイス　子どもが参加する場合は、保護者と一緒に消火器の使い方を確認するようにしましょう。

初動期対応訓練

想定する災害　☑地震　□風水害　□土砂災害

初期消火（バケツリレー）



消防団の指導協力　子ども参加OK

所要時間　10分～20分

訓練実施の手順

1. 送水側（水入りバケツを送る側）に10～15人ほどが並んでください（約1.5m間隔）。
2. 返送側（空バケツを戻す側）に5～10人ほどが待機してください。
3. 送水側は始点の水槽からバケツに水を入れて隣の人へ回してください。
4. 送水側の最後の人は終点の水槽にバケツの水を入れてください。
5. 返送側の人は送水を終えたバケツを回収し、中継を挟んで始点へ戻してください。

訓練の目的　参加者同士で協力しながら、初期の出火に対して応急的な消火活動ができるようにする。

用意するもの
■バケツ　10～20個
■水槽 2つ（始点と終点）

その他
■水は砂を詰めた袋やボールなどで代用できます。
■水槽はポリバケツや子ども用プールなどで代用できます。
■子どもが一緒に参加する場合は、バケツを軽くし、並ぶ間隔を狭めてください。
■訓練指導が必要な場合は、自治区長を通じて地域の消防団に依頼してください。

ワンポイントアドバイス　複数のグループに分けて競争するなど、参加者同士のコミュニケーションを深める工夫をしましょう。

「投てき水パック」を使った初期消火訓練

「投てき水パック」とは、20㎝の高さから落とすと割れる特殊な袋に水を約600ml入れ、火点へ向かって投げつけることで消火する手作りの消火グッズです。投てき水パック12個で、消火器一本分の消火能力（電気・油火災を除く一般火災）があります。
補助消火具として、消火器と合わせて備えることもおすすめです。（投てき水パックの袋は市販されています）。

ワンポイントアドバイス　標的に向かって投げるときの正確性や距離を測るなど、参加者が楽しんで取り組む工夫をしましょう。

初動期対応訓練

想定する災害　☑地震　□風水害　□土砂災害

煙道体験（煙脱出体験）

消防団の指導協力　子ども参加OK　支援あり

所要時間　1人当たり約2分

訓練実施の手順

1. 煙道テントを組み立て、入口と出口を決め、スモークマシンで煙を充満させてください。
2. 参加者は煙を吸わないように、ハンカチやタオルで口を押さえ、姿勢を低くして煙道テント内へ入ります。
3. 煙道テントの壁に沿って出口へ避難（移動）してください。

訓練の目的　地震の発生による火災の煙から身を守り、素早く避難ができるようにする。

用意するもの　■煙道テント　■スモークマシン（電源必要）　■ハンカチ、タオル　など

その他
- ■煙道テントとスモークマシンは、「自主防災訓練実施届出書」を豊田市防災対策課へ提出後、対象地域を管轄する消防署（足助・中・北・南署）から貸出することができます。
  ※訓練の実施日が他の団体と重複する場合は、貸出できないことがあります。
- ■スモークマシンの電源は発電機、またはPHV（プラグインハイブリッド車）の外部給電で供給できます。
- ■訓練指導が必要な場合は、自治区長を通じて地域の消防団に指導を依頼してください。

ワンポイントアドバイス　煙による視界の悪さを体感し、ハンカチやタオルを使った対応や適切な姿勢について学びましょう。

初動期対応訓練

想定する災害　□地震　☑風水害　☑土砂災害

土のう作り・積み上げ

消防団の指導協力　子ども参加OK（中学生以上）

所要時間　約5分（2人1組で1袋を作る場合）

訓練実施の手順

1. 2人1組に土のう袋を1つ用意してください。
2. 2人で協力し、土のう袋に7~8割程度（スコップで4~5杯程度）の土を入れて土のうを作ってください。
3. 土のう端のひもを引き、口を結んでください。
4. 結んで長くなったひもは、土のうの口の周囲を3~4回まわして軽く締めてください。
5. まわしたひもの先は、土のうの口を締めたひもの内側を下から上に通して締めてください（きつく締める場合は、この締め方を繰り返してください）。
6. 土のうの締めた口を一方向に揃えて並べ、2段目は1段目の土のうが重なる中央に置いて積み上げてください。
7. 積み上げた後は、土を元に返し、土のう袋は防災倉庫などで保管してください。

訓練の目的　土のうの作り方と積み上げ方を実践的に学び、大雨や台風の浸水被害に対応できるようにする。

用意するもの　■土のう袋（縦48cm×横60cm、ビニール・合成繊維製）　■土　■スコップ　■軍手

その他
- ■訓練場所の地面を掘ったり、砂場の土を使う場合は、事前に所有者や管理者に確認をしてください。
- ■訓練指導が必要な場合は、自治区長を通じて地域の消防団に依頼してください。

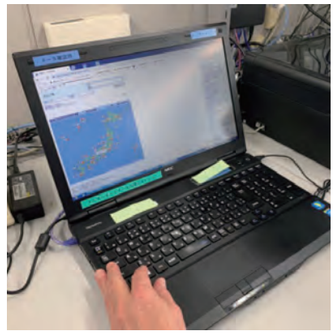
ワンポイントアドバイス　土のうは15~30kg程度の重さになるため、子どもや配慮が必要な人が実施する場合は、体力のある人が補助をしましょう。

情報収集・伝達訓練

想定する災害 ☑地震 ☑風水害 ☑土砂災害

情報収集

支援あり



所要時間 約30分

訓練実施の手順

1. 災害の種類（地震・風水害・土砂災害など）を設定してください。
2. 2~3人の班を作り、各班が何の情報を集めるか決めてください。
3. 各班は情報を集める手段（情報収集先や使用する機器など）を決めてください。
4. 各班は災害に関する情報を集めてください。
5. 各班で集めた情報を集約し、現在の地域の状況を全員で共有してください。

訓練の目的

■雨雲や台風の動向、河川の水位などの災害に関する情報を取得する手段を確認する。
■収集した情報を集約し、自主防災組織内で正確に共有できるようにする。

用意するもの

■テレビ ■FAX ■模造紙
■ラジオ ■携帯電話（スマートフォン） ■付箋
■防災ラジオ ■パソコン ■マジック など

その他

■地震のときは、主に地域の被害やライフライン（電気、水道、ガス）の状況、住民の安否、自治体の避難情報について情報収集をしましょう。
■風水害や土砂災害のときは、主に台風の接近、雨雲の状況、河川の水位、浸水被害の有無、防災気象情報（注意報・警報・特別警報など）、自治体の避難情報について情報収集をしましょう。

ワンポイントアドバイス

■情報を集約するときは、必要な情報を簡潔にまとめましょう。
■情報を共有するときは、模造紙や付箋などを使って誰が見ても内容が把握できるようにまとめましょう。
■目視や巡回での現場確認が必要な場所も確認しましょう。

安否確認

所要時間 約30分

訓練実施の手順

1. 訓練の本部と開始時間などを設定し、エリアごとの担当者を決めてください。
2. 開始時間になったら、参加者は家の玄関にタオルなどを出して無事を知らせてください。
3. 担当者はエリアを巡回し、個別の安否確認を行ってください。
4. 担当者はタオルなどを出した家に安否確認の完了を報告する用紙をポスティングしてください。
5. 担当者は安否確認の結果をまとめ、本部へ報告してください。
6. 本部はタオルなどが出ていない家（安否が不明な家）を確認し、再度担当者などが訪問してください。

訓練の目的

発災直後の個別の安否確認の方法について学ぶ。

用意するもの

■安否を知らせる提示物（タオルなど）
■個別の安否確認用紙
■ポスティング用紙

その他

エリアごとに担当者を2~3人決めて、安否確認の巡回をしてください。

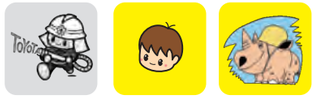
ワンポイントアドバイス

■事前に住民の名簿を作成するなど、安否の正確な把握に努めましょう。
■地域の連絡網を実際に使ったり、自治区放送を活用してみましょう。

情報収集・伝達訓練

想定する災害 ☑地震 ☑風水害 ☑土砂災害

119番通報



所要時間 約5分

訓練実施の手順

1. 固定電話（2機）を用意してください。（電話線は繋がない）
2. 通報役は「119番」をダイヤルしてください。
3. 受信役は応答してください。
4. 通報役は下記を参考に状況を正確に伝えてください。
   ①火事か？救急か？
   ②場所（住所など）を正確に伝える（番地、世帯主かどうかなど）。目標になる建物、交差点、公園があればそれも伝える。
   ③「5階建ての建物の2階が火事です」など、何がどのような状況か正確に伝える。
   ④最後に通報者の名前、性別、住所、電話番号などを伝える。
5. 受信役は下記を参考に状況を聞き取ってください。

【火事の場合】
①火事か？救急車か？
②場所はどこ？
③何が燃えているか？
④どこがどのように燃えているか？
⑤逃げ遅れやケガ人はいないか？
⑥通報者の名前と電話番号は？

【救急の場合】
①火事か？救急車か？
②場所はどこ？
③救急車が必要な人の名前と年齢は？
④どうしてそうなったか？
⑤今はどんな様子ですか？
⑥病歴やかかりつけの病院はあるか？
⑦通報者の名前と電話番号は？

訓練の目的 正しい119番通報ができるようにする。

用意するもの 固定電話　2機（電話線は繋がない）

その他 豊田市消防本部指令課の「119番通報体験」を利用することもできます。
※詳細は自治区運営の手引きをご覧ください。

ワンポイントアドバイス 通報役と受信役、火事と救急の通報を交互に訓練しましょう。

情報収集・伝達訓練

想定する災害 ☑地震 ☑風水害 ☑土砂災害

災害用伝言ダイヤル「171」

所要時間 約5分

伝言を録音する場合
171 にダイヤル
↓ ガイダンスが流れます
録音の場合 1
暗証番号を利用する際は 3
↓ ガイダンスが流れます
被災地の方の電話番号を市外局番からダイヤル ××××-×××-××××
↓ ガイダンスが流れます
録音する（30秒以内）

伝言を再生する場合
171 にダイヤル
↓ ガイダンスが流れます
再生の場合 2
暗証番号を利用する際は 4
↓ ガイダンスが流れます
被災地の方の電話番号を市外局番からダイヤル ××××-×××-××××
↓ ガイダンスが流れます
再生する

訓練実施の手順

1. 固定電話（1機）を用意してください。（電話線に繋ぐ）
2. 「171」にダイヤルし、音声ガイダンスに沿って伝言を録音してください。
3. 「171」にダイヤルし、音声ガイダンスに沿って録音した伝言を再生してください。

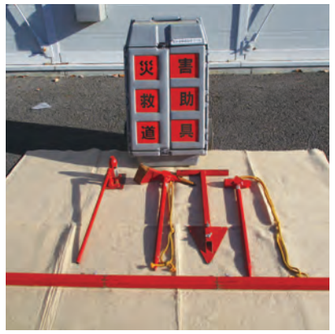
訓練の目的 災害用伝言ダイヤル「171」を通じて安否確認ができるようにする。

用意するもの 固定電話　1機（電話線を繋ぐ）

ワンポイントアドバイス 利用できる日時や録音時間などが設定されています。NTT西日本のホームページなどで事前に確認しましょう。
※毎月1日及び15日、正月三が日、防災週間（8月30日～9月5日）、防災とボランティア週間（1月15日～1月21日）に利用できます。

想定する災害 ☑地震 ☑風水害 ☑土砂災害

資機材取扱い



消防団の指導協力

所要時間 15分

訓練実施の手順

1. 訓練に使用する資機材を決め、事前の点検をしてください。
2. 木材（廃材やベニヤ板など）使用する資機材以外に必要なものを用意してください。
3. 実際の救出現場を想定し、訓練を実施してください。

訓練の目的

倒壊した建物などに取り残された人を救出するために必要な資機材の適切な取扱い方法を習得する。

用意するもの

■スコップ　■バール　■ジャッキ　■のこぎり
■チェーンソー　■発電機　■木材（廃材やベニヤ板など）　など

その他

■参加者や周囲の安全に注意してください。
■木材（廃材やベニヤ板など）を資機材で切断する場合は、ビニールシートを敷くなど養生をしてください。
■訓練指導が必要な場合は、自治区長を通じて地域の消防団に指導を依頼してください。

ワンポイントアドバイス

チェーンソーや発電機などエンジン付きの資機材は、訓練実施時以外にも定期的に点検しましょう。

救助に役立つ主な資機材

スコップ

スコップは土砂に埋まった人や物を掘り出したり、土のう袋に土を入れる時に使います。縦方向の場合は、写真左のように刃の柄の部分に足をかけ、体重をのせて押し込みます。横方向の場合は、写真右のように持ち手部分を膝に当て、膝を使って押し込むようにすると、腕への負担が軽減されます。

バール

バールはてこの力を使って、重い物を動かすことが可能です。柄が長いほど、てこの力が大きく働くため、災害時の救助活動では、「長尺バール（大バール）（写真右）」が有効です。1人でも600kg以上の物を持ち上げることができます。

ジャッキ

バールより重い物を持ち上げるときに使用するジャッキは、パンタグラフ型（写真右）と油圧型（写真左）の2種類があります。倒壊した家屋から人を救出する場合は、油圧型が有効です。特に「爪つき油圧ジャッキ（写真左）」は手動で大きな力を発揮し、災害発生直後の救助に有効な資機材として挙げられます。

チェーンソー

チェーンソーは、倒壊した家屋の柱を切断し、人を救出するための開口部を作ったり、道路を塞ぐ倒木を除去するために最適な資機材です。訓練では、形状や太さの異なる木材を適切に切断できるよう努めましょう。また、ヘルメット、保護メガネ、マスク、軍手を着用し、参加者の安全に注意しましょう。

発電機

発電機は、災害発生に伴う停電時の非常用の電源として活用します。主に照明器具や家電製品への電気を供給できます。訓練は風通しのいい屋外で実施し、燃料補給や作動の仕方、供給可能な電力量について確認しましょう。また、発電機と使用器具を繋ぐ延長コードやコードリールの有無についても確認しましょう。

応急手当講習
（豊田市消防本部の応急手当講習）

子ども参加OK（中学生以上）　支援あり

所要時間　45分～180分

訓練実施の手順

1. 応急手当講習の時間や内容について、近くの消防署・分署・出張所に相談してください。
2. 訓練実施日の前月の15日までに、「応急手当講習等受講申請書」を記入し、近くの消防署・分署・出張所で受講の申込みをしてください。
3. 訓練実施日の1か月前までに「自主防災訓練実施届出書」を記入し、豊田市防災対策課へ提出してください。
4. 訓練当日は指導員の指示に従い、安全に注意して実施してください。

訓練の目的	心肺蘇生法やAEDの使い方、止血法など応急手当の基本について学び、いざというときに適切かつ迅速な応急手当ができるようにする。
用意するもの	■敷物（マット、ビニールシートなど）　※なくても結構です
その他	■講習に必要な資機材は、訓練実施日に指導員が持参します。 ■資機材のみの貸出はしていません。

ワンポイントアドバイス　AEDが地域のどこにあるか？施設のどこにあるか？も同時に確認しましょう。

豊田市消防本部の応急手当講習

心臓や呼吸が止まった人の治療は1分1秒を争います。災害時に手をこまねいていては、助かる命も助けられないかもしれません。そばに居合わせた皆さん一人ひとりが心肺蘇生法やAEDの使用方法、止血法などを日頃から身につけて置くことが大切です。

豊田市消防本部が開催する応急手当講習を受講し、救命の第一走者として「救命のリレー」をスタートしましょう。

自主防災組織向けの応急手当講習

救命入門コース

胸骨圧迫やAEDの取り扱いを中心に学習します。

目標	・救急車が到着するまで胸骨圧迫ができる ・AEDの使用ができる
対象	豊田市に在住・在勤・在学の人（概ね10歳以上）
定員	30名程度
時間	45分または90分
会場	・防災訓練の会場 ・豊田市消防本部及び各消防署
費用	無料
ほか	修了された方には、参加証が交付されます。概ね中学生以上の方は、救命入門コース受講後、1年以内に実技救命講習を受講した場合は、普通救命講習ⅠまたはⅡを修了したものとし、修了証が交付されます。

普通救命講習1

主に成人に対する救命に必要な応急手当を学習します。

目標	・救急車が到着するまで心肺蘇生法ができる ・AEDの使用ができる ・異物除去法、止血法を理解できる
対象	豊田市に在住・在勤・在学の人（概ね中学生以上）
定員	30名程度
時間	180分
会場	・防災訓練の会場 ・豊田市消防本部及び各消防署
費用	無料
ほか	修了された方には、修了証が交付されます。目安として2年から3年間隔で定期的に受講してください。

※訓練時間に限りがある場合は、「その他の応急手当講習」（30分程度）の受講をご検討ください。

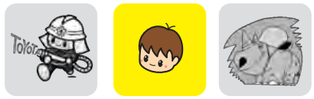
申込み

■防災訓練で指導員の派遣を希望する場合は、訓練実施日の前月15日までに「応急手当等受講申請書」を記入し、近くの消防署・分署・出張所で受講の申込みをしてください。
■豊田市消防本部および各消防署で受講する場合は、申込期間と開催日が事前に設定されています。
下記の各消防署管理課へ確認後、受講の申込みをしてください。
・中消防署管理課（☎0565-35-9720）　・北消防署管理課（☎0565-43-2130）
・南消防署管理課（☎0565-25-9834）　・足助消防署管理課（☎0565-62-0180）
■メールでの申込みは、受付けていません。

避難誘導訓練

想定する災害 ☑地震 ☑風水害 ☑土砂災害

危険箇所の確認
（自主防災マップの活用）



子ども参加OK

所要時間 15分～30分

訓練実施の手順

1. 自主防災組織や自治区で作成した「自主防災マップ」などを活用し、最寄りの自主避難場所または豊田市の緊急避難場所・避難所までの避難経路を図上で設定してください。
2. 設定した避難経路やその周辺を実際に歩き、危険な箇所や避難に要する時間を確認してください。
3. 危険な箇所などがある場合は、自主防災マップ上にメモや付箋で記録し、最も安全な避難経路を探してください。

訓練の目的

自主防災マップを活用して危険箇所や避難経路などを確認し、災害時に安全に避難ができるようにする。

用意するもの

■自主防災マップ（写しでも可）　■付箋　■筆記用具

ワンポイントアドバイス

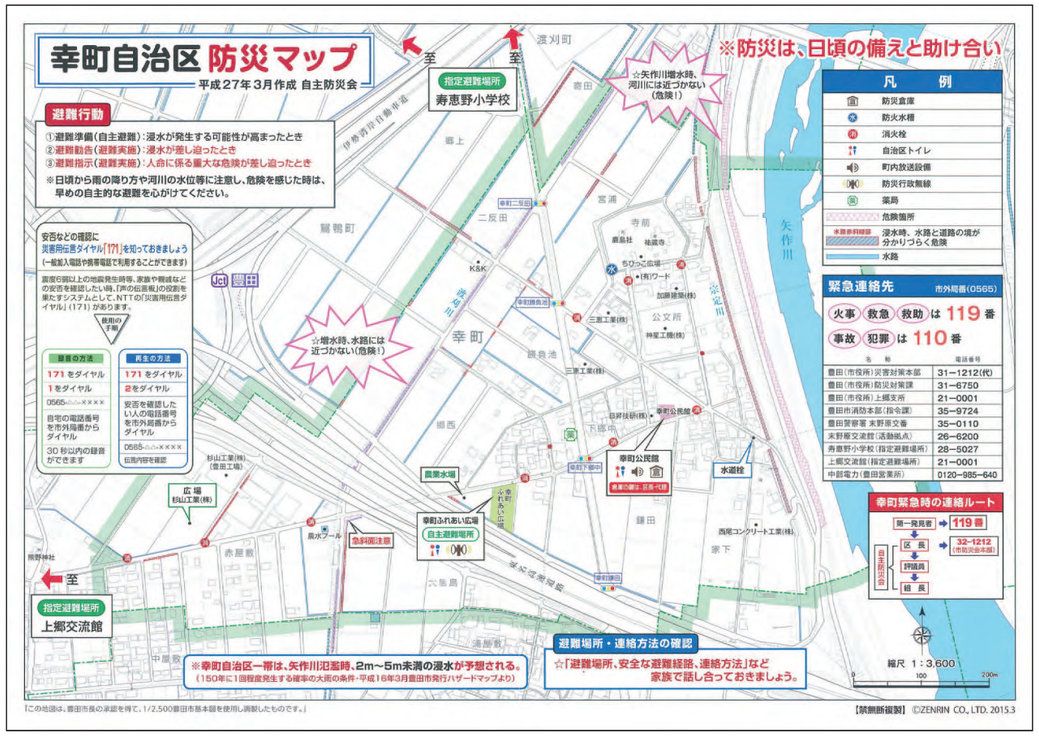
■各自が自主防災マップ上に記録した危険箇所などは、自主防災マップを更新する際に必ず反映しましょう。
■防災訓練の集合時など、実際に自主防災マップを使って避難訓練をしてみましょう。

自主防災マップの作成と更新

自主防災マップの作成と更新には、「豊田市自主防災事業補助金交付制度」の「防災マップ整備事業」が活用できます。事務手続きについては、P11を確認してください。また、申請書類は地域運営の手引きや豊田市ホームページに掲載されています。

豊田市自主防災事業補助金交付制度の「防災マップ整備事業」

防災マップ整備事業				
	説明	防災マップの作成に要する経費		
	事業内容	・補助は1年につき1回とし、同じ地域の更新は3年に1回とする ・他の補助事業と重複する場合は原則補助不可 ・作成部数は世帯数の2割増しまでとする ・地域の危険個所や防災倉庫、避難所など地域の防災情報を盛り込んだもの		
	補助率	1/2以内	限度額	35万円＋（世帯数×100円）
	添付書類	【申請書】 見積書又はその写し（消費税を含み、当該見積金額が1者10万円以上となる場合は、同一型番のもので2者以上の見積書の写し。1者のみの見積しかとることができない場合や、同等品の取り扱いに関しては、受付支所又は防災対策課が認めるものであれば可。） 【実績報告書】 ・領収書又はその写し（振込依頼書は不可） ・振込先口座の通帳の写し（自治区口座の場合は不要） ・完成品のマップ 2部		



自主防災マップ（例）

避難誘導訓練

想定する災害 ☑地震 ☑風水害 ☑土砂災害

災害時要配慮者避難支援①（車いす利用者）

子ども参加OK 支援あり（中学生以上）

所要時間 30分

訓練実施の手順

1. 車いす利用者の立場で体験を行ってください。
2. 2人1組で車いすにのる役と操作役を交互に体験してください。

訓練の目的 車いす利用者の立場で体験を行い、適切な避難支援（避難誘導）について学ぶ。

用意するもの ■車椅子 ■段差となるもの（木材やマットなど）

その他 車いすの借用と使い方については、豊田市社会福祉協議会地域福祉課（☎0565-31-1294）までお問合せください。

ワンポイントアドバイス ■人の乗降、発進、停止、段差、坂道、足場の悪い状況おける操作や声かけを確認しましょう。 ■徒歩では気付かなかった危険が見つかるため、実際の避難経路を誘導してみましょう。

豊田市社会福祉協議会マスコット ぼらんて君

災害時要配慮者避難支援②（視覚障がい者など）

子ども参加OK 支援あり（中学生以上）

所要時間 30分

訓練実施の手順

1. 視覚障がい者などの適切な誘導について確認してください。
2. 2人1組で視覚障がい者などの役と誘導役を交互に体験してください。

訓練の目的 視覚障がい者などの状態を理解し、適切な避難支援（避難誘導）について学ぶ。

用意するもの ■アイマスク（なければ手ぬぐいやタオルで代用可） ■コーンなど通行の障害となるもの

その他 視覚障がい者の誘導については、豊田市社会福祉協議会地域福祉課（☎0565-31-1294）までお問合せください。

ワンポイントアドバイス 誘導のための立ち位置や声かけなどを確認し、階段や段差に注意しましょう。

避難誘導訓練

想定する災害 ☑地震 ☑風水害 ☑土砂災害

災害時要配慮者避難支援③（高齢者）

子ども参加OK 支援あり（中学生以上）

所要時間 30分

訓練実施の手順

1. 高齢者の適切な誘導について確認してください。
2. 2人1組で高齢者役と誘導役を交互に体験してください。

訓練の目的 高齢者の状態を理解し、適切な避難支援（避難誘導）について学ぶ。

用意するもの ■重り（手首・足首に着用） ■杖 ■セロハンを貼った眼鏡 ■重りを入れたベスト ■耳栓 ■コーンなど通行の障害となるもの など

その他 高齢者疑似体験セットの借用と誘導ついては、豊田市社会福祉協議会地域福祉課（☎0565-31-1294）までお問合せください。

ワンポイントアドバイス 実際に高齢者が住む自宅から避難所まで歩いて誘導してみましょう。

災害時要配慮者避難支援④（妊婦）

子ども参加OK 支援あり（中学生以上）

所要時間 30分

訓練実施の手順

1. 妊婦の適切な誘導について確認してください。
2. 2人1組で妊婦役と誘導役を交互に体験してください。

訓練の目的 妊婦の状態を理解し、適切な避難支援（避難誘導）について学ぶ。

用意するもの ■妊婦体験セット（腹部に重りを巻き付けて代用可） ■コーンなど通行の障害となるもの

その他 妊婦体験セットの借用と誘導ついては、豊田市社会福祉協議会地域福祉課（☎0565-31-1294）までお問合せください。

ワンポイントアドバイス しゃがんだり、階段を下りたり、横になったり姿勢を変えてみましょう。

避難所運営訓練

想定する災害 ☑地震 ☑風水害 ☑土砂災害

間仕切りの設置

子ども参加OK　支援あり

所要時間 20分～30分

訓練実施の手順

1. 豊田市防災対策課へ間仕切りの借用について相談してください。
2. 借用が決まったら、屋内施設（小中学校の体育館など）に間仕切りの設置を行う場所を確保してください。
3. 訓練当日は説明書をもとに間仕切りを組み立てて設置をしてください。

訓練の目的 間仕切りの設置を行い、組み立て方を学ぶ。

用意するもの 間仕切り（豊田市防災対策課から貸出）

その他 間仕切りは数に限りがあります。豊田市防災対策課から貸出ができない場合は、段ボールやロープ、タオルケットなどを使って間仕切りを作ってみましょう。

ワンポイントアドバイス 避難生活における居住場所やプライバシーの確保について意見交換をしましょう

災害用便槽の設置（マンホールトイレの設置）

子ども参加OK（中学生以上）　支援あり

所要時間 20分～30分

訓練実施の手順

1. 豊田市防災対策課へ災害用便槽の設置訓練について相談してください。
2. 訓練の実施が決まったら、豊田市防災対策課の職員と詳細を調整してください。また、便槽のある小中学校などにも連絡してください。
3. 豊田市防災対策課の職員の指示に従って災害用便槽の設置をしてください。

訓練の目的 災害用便槽の設置訓練を行い、組み立て方と使い方を学ぶ。

用意するもの 軍手

ワンポイントアドバイス 組み立てた後は、座ってみましょう。また実際に避難所での運用（掃除、使用の優先順位、災害時要配慮者の使用など）について考え、家庭での非常用トイレの備蓄について呼びかけましょう。

避難所運営訓練

想定する災害 ☑地震 ☑風水害 ☑土砂災害

炊き出し（給食）

子ども参加OK（中学生以上）

所要時間 60分～120分

訓練実施の手順

1. 炊き出し（給食）に必要な資機材、道具、人数分の食材（非常用備蓄食など）を用意してください。
2. 炊き出し（給食）を実施する場所と担当する人（現場を管理する人など）を決めてください。
3. 衛生面や火気の使用に十分注意し、調理後に訓練の参加者へ配給してください。

訓練の目的 災害時に電気・水道・ガスなどのライフラインが制限されたときに、各自で給食する方法を学ぶ。

用意するもの
■ハソリ（釜など）　■かまど　■鍋　■箸
■皿（パックなど）　■食材（非常用備蓄食など）
■水（備蓄用飲料水など）■薪　■カセットコンロ　など

その他 ハソリやかまどなど炊き出しに必要な資機材の購入は、「豊田市自主防災事業補助金交付制度（P11）」が活用できます。

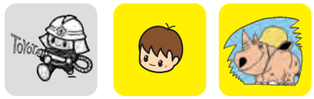
ワンポイントアドバイス
■インターネットなどで様々な炊き出しメニューが紹介されています。参考にしましょう。
■ライフラインの制限は訓練の度に設定を変えながら（「電気だけ使える」「水だけ使えない」「水とガスが使える」など）、取り組んでみましょう。

避難所運営訓練

想定する災害 ☑地震 ☑風水害 ☑土砂災害

PHVによる外部給電

※「PHV（Plug-in Hybrid Vehicle）」はプラグインハイブリッド自動車の略で、電気とガソリンで効率よく走行するエコカーのことです。外部給電が可能で、停電の時には、非常用電源として使えます。



子ども参加OK　支援あり

所要時間　15分

訓練実施の手順

1. 訓練実施日の3か月前までに「自主防災訓練実施届出書」を記入し、豊田市防災対策課へ提出してください。
2. PHVの派遣が決定後、訓練当日の駐車場所と外部給電を行う資機材や機器を用意してください。

訓練の目的　PHVの外部給電機能について学び、停電時や避難所の運営の際に活用できるようにする。

用意するもの　外部給電を行う資機材や機器（照明器具、煙道体験のスモークマシンなど）

その他　PHVは豊田市内の自動車ディーラーのスタッフもしくは豊田市防災対策課の職員が運転して訓練会場へ伺います。

ワンポイントアドバイス　外部給電を行う資機材や機器は、停電時や避難所の運営で使用する可能性が高いものを用意しましょう。

いっしょに目指そう、環境に優しく、災害に強いまち「とよた」

とよたSAKURAプロジェクト

次世代自動車は「環境にやさしい」「燃費がいい」だけでなく、「走る蓄電池」でもあります。特にPHVやEV（電気自動車）のように車載蓄電池をもつ車種は、車から電気を取り出すことができ、家電や照明などの電力になります。

災害が起こり、電気の供給が断たれた時に、車から電力を取り出すことで携帯電話の充電ができ、温かい食事をとることができ、辺りが暗くなっても照明をつけることができるのです。

「とよたSAKURAプロジェクト」とは、こうした外部給電機能を持つ次世代自動車をひとつひとつの桜の花びらに見立て、これらを広めることで、豊田市内から桜の花びらを咲かせて満開にし、環境に優しく災害に強いまちを目指す活動です。

とよたSAKURAプロジェクトの主な取組　災害を想定した外部給電機能の実演　イベントなどでの普及啓発　補助制度による普及促進

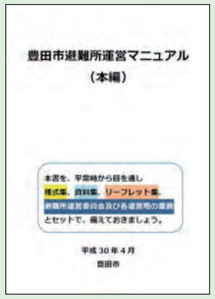
避難所運営訓練のポイント

避難所は被災した人々が共同で生活する場所になります。自主防災組織を中心に地域の皆さんで協力し、避難者が主体となって避難所運営を行うことを意識しながら訓練に取り組みましょう。

ポイント1　避難所運営の流れを知る

避難所運営マニュアル「本編」で、開設から撤収までの流れを知る

【豊田市避難所運営マニュアル】



本編

様式集

資料集

リーフレット集

各運営班の業務など

「本編」では、避難所を運営するための基本方針や、避難所の開設から撤収までを初動期・展開期・安定期・撤収期に分けて解説しています。

避難所運営についてより詳しく知りたい場合は「資料集」や「各運営班の業務」などを参照してください。

ワンポイントアドバイス　避難所運営マニュアルは、平成30年4月に各自主防災組織に配布したほか、豊田市のホームページにも掲載されています。

ポイント2　訓練の実施例

初級編　訓練種目「避難所運営訓練」の活用(P46~P48)

いつもの防災訓練に避難所運営に関する訓練種目をひとつプラスしてみるだけでもマンネリ化の解消になります。また、資機材の使い方を知っておくことで、実際の避難所運営にも役立ちます。

中級編　避難所運営ゲーム(HUG)の実施(P26)

机上で、またゲーム感覚で避難所運営について考えることができます。資機材などの準備は不要ですが、内容は本格的です。避難所運営の全体イメージをつかみ、参加者と共有できます。

上級編　避難者と運営者に分かれて“リアル「HUG」”

運営者役と避難者役に分かれて実際に避難所運営を体験してみましょう。HUGのように各避難者に特性をもたせて、避難所で起こり得る出来事を反映してみると臨場感が増します。

ワンポイントアドバイス　災害時には、豊田市職員（避難所運営班）が避難所を開設するために配備につきます。顔合わせや、訓練への参加を依頼する場合は、豊田市防災対策課（☎0565-34-6750）までご相談ください。

第6章 豊田市防災学習センター

想定する災害 ☑地震 ☑風水害 ☑土砂災害

5つのトライと6つのスタディで防災力が身につく！
豊田市防災学習センター

豊田市街地に位置する豊田市消防本部の1階に、暴風・地震・火災などの災害について体験・学習できる施設があるのをご存知ですか？ご利用は無料です。地域の防災意識向上に、自主防災組織の活動にぜひご利用ください。

豊田市防災学習センター ご利用の流れ

1 まずは予約を

事前にお電話にて予約をした上で、規定の申請書をご提出ください。申請書は市のホームページからダウンロード可能です。（メールでのお申し込みは不可）

2 ご来場にあたり

お車でのお出かけが便利です。無料駐車場（50台収容可）を完備しています。

3 いざ体験＆学習へ ご利用人数30名、所要時間90分のモデルコース

1 防災ビデオの視聴<約20分>

視聴覚室にて防災に関するビデオを視聴します。地震や洪水といったテーマ別の視聴も可能なので事前にご相談を。

2 暴風体験

風速30mの暴風体験で風の恐ろしさを実感。地域の暴風対策に役立ちます。

3 地震体験

大型CG映像と連動した起震装置でリアルな揺れを体験。建物倒壊の疑似体験も。

4 転倒防止学習

転倒防止に役立つグッズや工夫について学びます。

5 初期消火体験

消火器を使った消火体験をします。自主防災等で実施済みの場合は省略も可能です。

6 煙脱出体験

夜の住宅火災と停電したデパートの2場面にて火災時の脱出体験ができます。

7 通報訓練

実際の通報の流れを体験できます。4階にある指令センターの見学も可能です。

＊団体ご利用の場合、体験人数は1名様に限られます。
＊緊急通報などの都合により体験できない場合もあります。

4 終了

お疲れさまでした。ご相談により、お持ち帰り用の資料をご用意することも可能です。

5つのトライ 臨場感ある体験で防災ノウハウを身につける

1 暴風体験コーナー

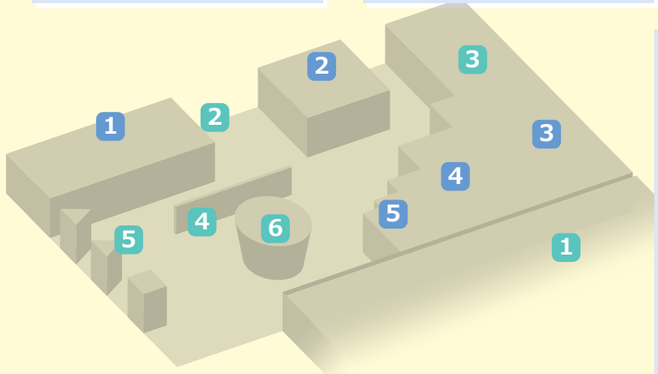
濡れずに暴風雨体験ができ、風水害に対する避難行動の種類やポイントが学べます。

2 地震体験コーナー

過去に起った5種類の大地震を、自宅・事務所・コンビニ・学校の場面別に体験可能。対処方法やメカニズムを学べます。

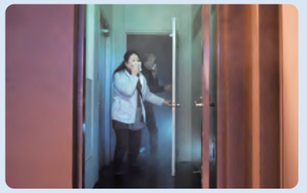
3 消火体験コーナー

大型映像と消火器・消火栓を使って、ストーブ・天ぷら油・たばこが原因の消火体験が可能。消火のポイントが学べます。



4 煙脱出体験コーナー

煙の怖さや上手な避難のポイントが学べます。照明や音響の演出でリアルな脱出体験が可能です。



6つのスタディ 実物展示やクイズなどで防災知識を深める

1 ガイダンス映像
消防本部の仕事や防災について映像で学べます。

2 防災ハンズオン
実験模型から耐震や震度とマグニチュードの違いを学べます。

3 室内の地震対策
ガラスの飛散防止について学べます。

4 防災コミュニケーションステージ
実物資料の展示から防災を詳しく学べます。

5 3次元ハザードマップ
市内の震度分布や水害範囲を3D映像から学べます。

6 防災マルチパソコン
防災ノウハウの理解度を復習できます。

5 119番通報体験コーナー

携帯電話・公衆電話・家庭電話での通報のポイントを、火災・交通事故・水難事故のシーン別に体験できます。

施設概要

所在地	豊田市長興寺5-17-1
TEL/FAX	TEL 0565-35-9716 FAX 0565-35-9727
開庁・開館日時	火曜日から日曜日の午前9時から午後4時30分
休庁・休館日時	毎週月曜日（祝日の場合は開館）、12月28日から1月4日
駐車場	有（台数：50台／利用時間：午前9時～午後4時30分）
交通アクセス	電車のご利用：名古屋鉄道三河線 上挙母駅から徒歩20分 バスのご利用：おいでんバス「中心市街地玄関口バス」「福祉センター」下車