

地区防災計画づくり

「私たちの手で作る防災計画」



2026/2/15
奈良市自主防災防犯協議会
BY: 金野 秀一

地区防災計画づくり

目次

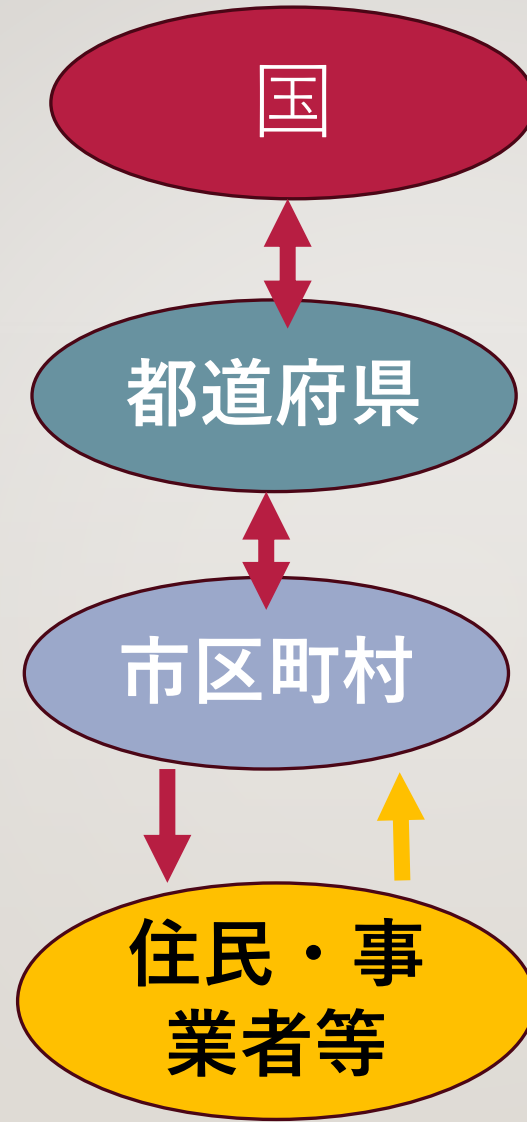
- (1) 防災士会のYOU TUBE による
「みんなでつくろう！地区防災計画」
- (2) 地区防災計画づくりについて
- (3) 防災マップづくりについて
- (4) 避難所運営委員会について



災害対策基本法による定義

『市町村の一定の地区内
居住者及び当該地区にの
事業所を有する事業者

(地区居住者等) が共同し
て行う防災訓練、地区居住
者等による防災活動に必要
な物資及び資材の備蓄、災
害が発生した場合における
地区居住者等の相互の支援
その他の当該地区における
防災活動に関する計画』と
定義されています。



災害対策基本法（防災基本計画）

(地区防災計画は、災害対策基本法第
42 条第 3 項)

奈良県地域防災計画

- ・ 制度の普及促進、計画の策定状況の取りまとめ等

奈良市地域防災計画

- ・ 計画提案を踏まえ、奈良市地域防災計画に地区防災計画を定める必要があるか判断する
- ・ 市地域防災計画に地区防災計画を規定

地区防災計画

- ・ 地区防災計画の素案作成。
- ・ 計画提案

・平成7年の阪神・淡路大震災

平成7年の阪神・淡路大震災では、倒壊家屋の下から救出された方のうち、消防や警察などの公的機関によって救出されたのは約2割で、**約8割は近隣住民の方によって救出されました。**

・平成23年の東日本大震災

平成23年の東日本大震災では、地震・津波によって市町村の行政自身が被害を受けたことから、地域住民による避難活動や避難所運営等の互助・共助の事例が見られました。

・平成25年6月に災害対策基本法が改正

地域コミュニティにおける共助による防災活動の推進の観点から、区内の一定の地区の居住者及び事業者(地区居住者等)が行う自発的な防災活動に関する**地区防災計画制度が新たに創設されました。**

地区防災計画って何？



「自分達の命と地区を守るため、地区の居住者の方々や事業所自身が、災害に対する備えと必要な行動を検討し、**みんなで共有しておきたいルール**や**防災活動**を紙や冊子にまとめたものです

なぜ？地区防災づくりが必要なのですか？

なぜ、地区防災計画を作成する必要があるの？

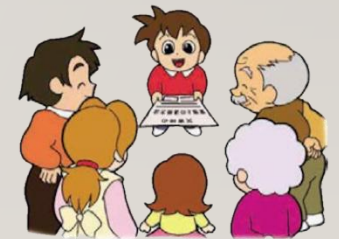
災害時の救助活動の現場では、発災後の3日間（72時間）が生死を分けると言われていています。状況によっては、被災地域に「公助」が届かない場合があります。

その時に重要になるのが、「自助」「共助」です。
そこで、自治会住民等で、地区防災計画を作成します。

住民等みんなで話し合い、平時から災害に備えて共通ルールを決め、どのように訓練や活動すればよいかを検討します。

成功させるためのポイント

- ① 「完璧」を目指さない
- ② 多様な視点を入れる（男女・若者・高齢者等）



● 地区防災計画は義務ではない、内発性が大事

作りたいコミュニティは作ってもいいという仕組みです。コミュニティから提案する形を取り、自分たちがやりたいからやる「内発性」を重んじます。

● 地区防災計画は街づくりに繋がる

住民の命が助かるために、人間力、地域力、暮らし方を創造していく。これは「まちづくり」と基本的に同じ取り組みです。

地区防災計画の取り組みの流れ

ステップ①

話し合いのメンバーを決める

ステップ②

地区の特性を診断する

ステップ③

災害時の課題を抽出し、防災活動メニューを考える

ステップ④

地区防災計画を作成する

ステップ⑤

防災活動メニューの企画書を作成する

ステップ⑥

防災活動メニューの企画書に沿って、実際に取り組む

ステップ⑦

取り組みを振り返り、次年度以降の計画書や地区防災計画の修正をする



Step 1

・話し合いに参加するメンバー等を決める

・地域でメンバーを集める・理解を得る！

・計画づくりを進める上での問題点は、

「奈良は天皇が住んだところだから災害が少ない」

そのために！



奈良は、地震災害や自然災害が少ないと思っている人が多い。

「**水や電気が1週間止まった生活**」を想像すると、

一気に自分事として捉えやすくなります。

そこで！ 「地域で何が起きるか」
「自治会として何を確認すべきか」
「**もしも今日、ライフラインが止
まったら？**」のチェックリストを
作成しました。

「もしも今日、ライフラインが止まったら？」

「電気が消えて水も出ない！ その時どうする？」

地震災害はない！ と思っている人たちのために、
一度取り組んでみてください

○ 別冊を参照ください。

Step 2

地区の現状や災害リスクを把握する

○ 把握のプロセス（地区の「カルテ」作り）

2-（1）
防災意識を
高める

2-（2）
地区の特性を
知る

2-（3）
防災まち歩き
の実施

2-（4）
防災マップの
作成

※上記は例示であり、地区の実情に応じて取組を進めてください

まず、話し合いに、誰を呼ぶのかを決めましょう。幅広い意見を聞くためになるべく年齢・性別・立場が異なるメンバーを集めましょう。毎回大勢集まるのが難しければ、課題抽出と防災活動メニューを考えるときだけでも、様々な人に出席を求めたり、事前に意見聴取しておくなどの方法もあります。

Step2-2 住民の防災への意識を高めるために

(1) 防災意識を高める

■ 親しい人や防災に関心がある人に集ってもらう
楽しみながら防災について学ぶ



● クロスロードゲーム (カードを使ったゲーム形式による防災教育教材)

(https://www.n-bouka.or.jp/local/pdf/2015_02_28.pdf)

● 災害図上訓練 (DIG「災害想像力ゲーム」)

(<https://www.fdma.go.jp/relocation/e-college/cat66/cat62/cat57/2dig.html>)

● 避難所運営ゲーム (HUG「避難所運営の難しさを事前に体験」)

(<https://www.pref.shizuoka.jp/bosaikinkyu/sonae/earthquake/bosaicenter/1003638/1043919/1030041.html>)

Step2-3 地区の特性を知る

ハザードマップ (奈良市ハザードマップ)

<https://www.city.nara.lg.jp/site/bousai-saigai/89308.html>

「自然災害による被害の軽減や防災対策に使用する目的で、被災想定区域やその程度、避難場所・避難経路などの防災関係施設の位置などを表示した地図」のことです。

● 「ヒト」

- 人口、世帯数、年齢構成

奈良市

<https://www.city.nara.lg.jp/soshiki/7/229582.html>

- 避難行動要支援者数 (自治会掌握)

- 地域コミュニティの特徴 (奈良のあゆみ) <https://www.city.nara.lg.jp/soshiki/3/148230.html>



● 「モノ」

- 地区資源の状況 (地区の強み・弱みの把握)

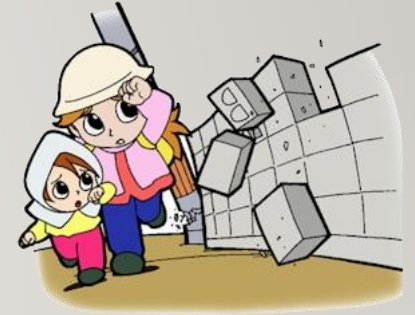
● 「環境」

- (過去に発生した災害事例を踏まえて) 過去の災害発生箇所の把握

Step3-1

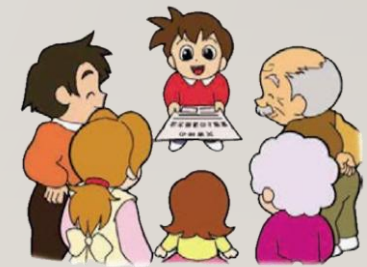
(3) 防災まち歩きの実施

- 自分の暮らしている地区を歩き、地区内の自然、施設、人、災害時に危険な箇所等を確認し、記録する作業です。



(4) 防災マップの作成

- [マップに書き込む例] 安全な場所、危険な箇所、避難場所
災害時に活用できる資源の情報、避難行動要支援者の住まい



■防災まち歩きと防災マップについて(1)

① 防災まち歩きを行うグループの結成

- ・ 防災まち歩きを行う対象地区ごとにグループをつくる。

② 防災まち歩き

- ・ 役に立つもの、危険なもの、その他を点検し、写真を撮影したり、地図に記録したりする。
- ・ 記録用紙に写真番号、被写体の名称等を記入する。



③ 地図にまとめる

- ・ 撮影した写真を印刷し、写真番号と名称を記入する。
- ・ 地図上の被写体の位置に丸シールを貼り、写真番号を書き込む。
- ・ 写真の位置を決めて地図に貼る。

① 防災マップって何？

- ・ 災害に対して住民が安全に避難し、安心して生活するために必要な情報を集めた地図のことです。
- ・ ハザードマップは、災害の被害予想等を示した地図のことです。
市町村が作成



② マップを作成する目的は？

- ・ 地区の安全な場所や危険な場所を視覚的に認識する。
- ・ 被害予想と照合し、安全な避難計画をつくる。



③ 被害を想定する

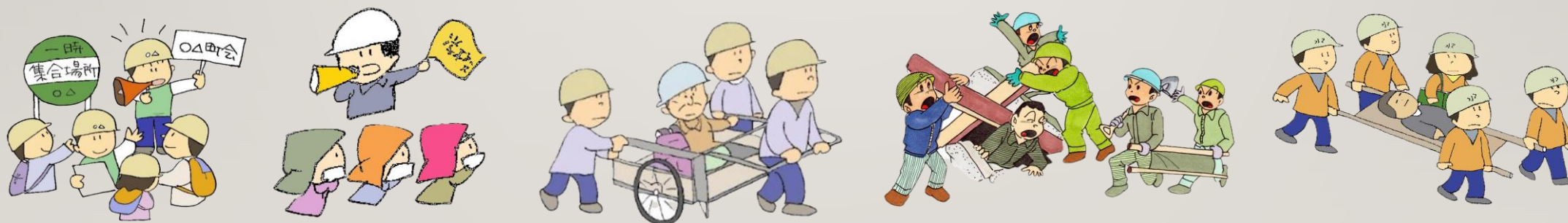
- ・ 地区居住者で相談し、被害想定をする、災害種別を確認する。
(例) 土砂災害、河川洪水、地震、津波等

Step4 地区防災計画(素案)を取りまとめる。

▶ みんなで話し合った内容や、地区のルールなどを
取りまとめ、計画書の作成を行います。

別紙「地区防災計画書ひな型」を活用して、計画を作ってみてください。

最初から完璧に記入・作成しなくても、できるところから少しずつ取り組みましょう



Step4-2

地区防災計画に組み込む項目

備蓄や避難方法、安否確認など災害に対して不安に思うことを地区の課題として捉え、対策の検討を行います。

▶ 組織の編成をする！

本部総務班

情報収集班

消化班

救出救護班

誘導班

給食給水班

▶ 平時と災害時の防災活動を検討してみよう！

平 時

災害警戒時

応急対策時



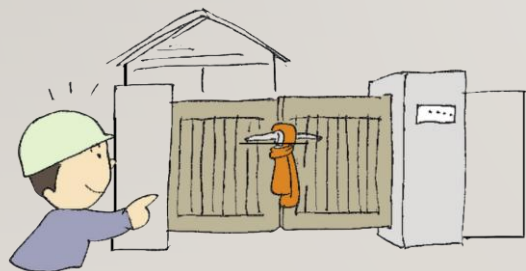
▶ 防災資機材の例

詳細は別紙参照

Step5 防災訓練を実施する。

- 計画書に基づいて防災活動に実際に取り組み、作業内容の確認や、参加者の反応、実働性など、防災活動メニューの効果測定を行います。

- 防災活動メニューの目的の達成状況を確認
- 取り組みを振り返り、次年度以降の計画書や地区防災計画の修正をする (P D A C)



一時避難所に避難したら！ →

地区防災計画づくりの最初に、みんなで話し合いまち歩きをして災害弱者の人や障がい者の人たちの避難ルートの確認や地域内の危険な箇所、そして届出避難所を、はじめ一時集合場所の確認など、避難に有効な施設等を確認しましょう。



自治会や団体組織で、防災マップづくりをはじめましょう

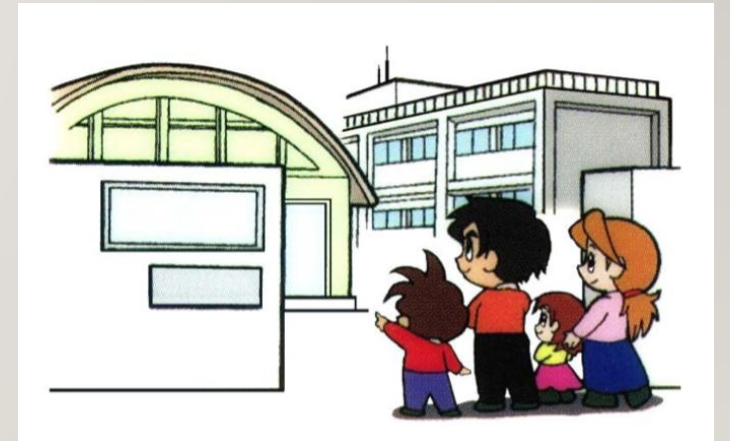
避難所運営委員会について

避難所運営委員会は、災害時に避難所を「行政任せ」にするのではなく、**避難者自身が主体となって運営するための組織**です。

・委員会の構成メンバーは？

委員長を平時に決めておく

- ① 奈良市配置職員（自主防災会のところもある）
- ② 施設管理者（学校長）
- ③ 地域の代表（自治会長等）
- ④ 自主防災会役員
- ⑤ 避難者の代表



避難所運営委員会の主な役割分担

災害時、避難者が主体となって避難所を運営・協議する組織です。

食料・物資の管理と配給、施設の衛生・安全管理、要配慮者への対応
平常には、避難所運営マニュアルの作成や訓練を行い、災害に備えます。

避難者で作ります

総務班（本部）：全体の指揮、行政・外部機関との折衝、名簿管理。

情報・受付班：避難者の登録、安否確認、施設内外の情報提供。

食料・物資班：備蓄品や支援物資の受取・管理・公平な配布。

衛生・救護班：トイレの清掃、ゴミ処理、負傷者や体調不良者のケア。

施設管理班：居住スペースの割り振り、照明・空調の管理、防犯パトロール

班名や役割等等については、これに従う必要はありません。
各委員会メンバーでよく検討をして決めてください

避難所で決めるべきルール

1. 避難所運営組織図 (施設内図面)
2. 避難所でのルール (掲示場所: 「入り口」「トイレ付近」)

① 居住・就寝のルール (スペースの確保)

- ・ 内容: 通路の確保、境界線の設定、荷物の置き場。

② 生活時間のルール (消灯と起床)

- ・ 内容: 消灯時間 (例: 21時) と起床時間、静かにすべき時間帯の設定。

③ 清掃・ゴミ出しのルール

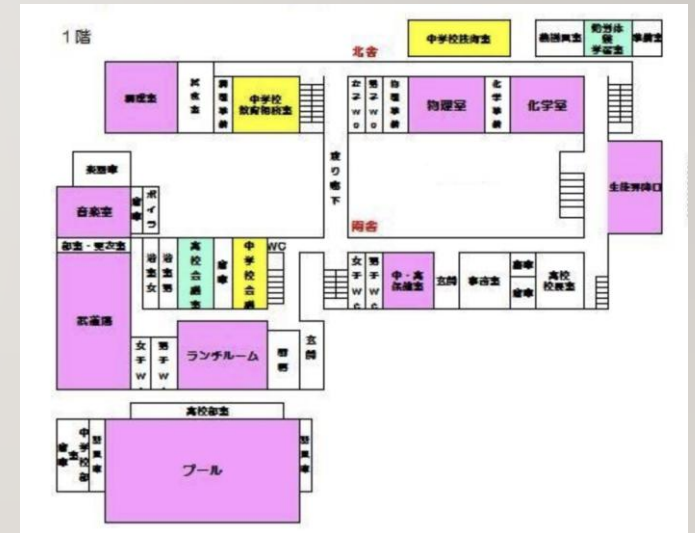
- ・ 内容: トイレ掃除の当番、ゴミの分別方法、集積場所。

④ 食料・物資配布のルール

- ・ 内容: 配布場所、配布時間、並び方。

⑤ 禁煙・火気・ペットのルール

- ・ 内容: 指定の喫煙所 (校外)、火気厳禁の徹底、ペットの同行区域。



避難所では、避難者も無理のない範囲で協力をお願いします。

最後に！

災害が少ない奈良市ですが、**南海トラフ地震**や**奈良盆地東縁断層帯地震**がいつ、やってくるかわかりません。

是非「**もしも今日、ライフラインが止まったら？**」や

「電気が消えて水も出ない！その時どうする？」と問いかけて、

みんなで話し合って、地区防災計画づくりをはじめ、街の中を歩いてみて防災マップ作りから始めましょう！

ご清聴ありがとうございました。