
令和7年度
みえの防災活動事例集

三重県防災対策部
地域防災推進課

はじめに

令和6年1月1日、令和6年能登半島地震が発生し、揺れにより多くの家屋が倒壊したほか、各地で火災が発生しました。また、土砂災害により多くの道路が寸断され、津波も発生しました。

三重県でも近い将来、最大震度7の南海トラフ地震の発生が危惧されており、地域によっては10mを超える大津波が到達する恐れがあります。また、令和6年奥能登豪雨や令和7年9月12日からの大雨に伴う災害では、浸水被害が発生するなど、各地で風水害も頻発しています。このような状況の中で、私たちは、地震・津波や風水害など、あらゆる災害への備えを着実に進める必要があります。

そのためには、自らの安全は自ら守る「自助」、自らの地域は住民の皆さんで守る「共助」、行政及び防災関係機関が担う「公助」の理念に基づいて、県民の皆さんや自主防災組織、事業者、市町、県、防災関係機関等がそれぞれの役割を果たしていくことが重要です。

この事例集では、令和7年度「みえの防災大賞」受賞団体の特色ある自主的な防災活動を紹介しています。これらの活動を参考に、それぞれの地域に合った防災活動に取り組み、皆で「災害に強い三重づくり」を進めましょう。

令和8年3月 三重県防災対策部

「みえの防災大賞」とは

「みえの防災大賞」は、県内各地で自主的な防災活動に取り組んでいる団体を表彰し、これらの活動を県民の皆さんに広く知っていただくことにより、災害に強い三重づくりを進めることを目的として、平成18年度から実施しているものです。

令和7年度は、14団体から応募があり、選考の結果、「みえの防災大賞」2団体、「みえの防災特別賞」2団体、「みえの防災奨励賞」2団体を決定し、表彰しました。



三重県防災キャラクター
「なます博士」

目次

みえの防災大賞 (50音順)

- ・ たきちょうぼうさい 多気町防災ネットワークグループ (多気町) 1
- ・ とよにし かい 豊西まちづくりの会 (伊勢市) 2

みえの防災特別賞 (50音順)

- ・ さくらち くじしゅぼうさいきょうぎかい じょせいぼうさいたい さくら 桜地区自主防災協議会 女性防災隊 桜ずきんちゃん (四日市市) 3
- ・ はづち くれんごうじしゅぼうさいかい 羽津地区連合自主防災会 (四日市市) 4

みえの防災奨励賞 (50音順)

- ・ しゅうせいち くじしゅぼうさいきょうぎかい 修成地区自主防災協議会 (津市) 5
- ・ まつさかしりつよねのしょうしょうがっこう 松阪市立米ノ庄小学校 (松阪市) 6

令和8年1月19日(月)三重県庁にて令和7年度「みえの防災大賞」表彰式が行われました。



左から、
修成地区自主防災協議会、
桜地区自主防災協議会
女性防災隊 桜ずきんちゃん、
多気町防災ネットワーク
グループ、
豊西まちづくりの会、
羽津地区連合自主防災会、
松阪市立米ノ庄小学校

大賞

令和7年度みえの防災大賞

多気町防災ネットワークグループ

多気町

多気町防災ネットワークグループは、地域の「防災意識の低さ」を課題とし、住民主導の防災意識向上に取り組むことを目的に平成31年4月に結成されました。

団体結成当初に「誰もが緊急時にスムーズに開設できる」をコンセプトに、多気町社会福祉協議会と協働で作成した多気町天啓発の里・避難所開設マニュアルは、令和6年度より多気町避難所開設マニュアルのベースとしても活用されました。

また、令和6年度に夜間の避難所開設訓練とワークショップの2部構成で実施した総合防災訓練では、多気町と協働で町内全ての小学校（全5校）でメンバーが企画した「避難所での困りごと」を題材としたワークショップを実施し、避難所運営には女性の参画が不可欠であることなどを地域住民に伝えました。

また、令和7年度に実施した多気町総合防災訓練では、多気町と協働で町内全ての小学校（全5校）でメンバーが企画した「避難所の必要物資」を考えるワークショップを実施するなど、町民の防災意識の向上に寄与しました。

さらに、令和7年度には多気町の行政放送で防災啓発をテーマとした番組の企画・監修から出演までを行うなど活動の幅を広げました。また、「こども第三の居場所ここふる」では、ポリ袋調理でお芋入りの蒸しケーキ作りに挑戦するなど、地域の子どもが楽しみながら防災に触れる機会の創設に取り組みました。その他にも女性団体や地域住民と協働した防災ウォーク、中学校における防災教育、一般財団法人こども女性ネット東海と協働での防災講演会の実施など、当団体が中心となり様々な団体や個人が連携する取組を進めており、町内における防災の輪を広げました。

多気町を ONE チームとする活動は今後も多気町全域へ広がりを見せていくことが期待されます。

ONE チームでの活動と多気町全域への広がり

▼ここふる「防災啓発の様子」



▲総合防災訓練
「ワークショップの様子」

大賞

令和7年度みえの防災大賞

豊西まちづくりの会

伊勢市

豊西まちづくりの会（8自治会）は地域全体の防災活動の活性化を図るため、自治会長による防災活動隊を結成し、平成31年4月に活動を開始しました。

令和元年には、各自治会からの選任者にメンバーを変更し、各自治会が避難場所で連携が取れるよう、「誰が見てもすぐ使える」をコンセプトに「豊西小学校避難所運営マニュアル」を作成し、毎年変わる自治会長が内容を理解できるよう、取組を行いました。例えば、豊西地域特有のHUG（避難所運営ゲーム）を毎年度初めに、各自治会役員と豊西まちづくりの会役員を対象に実施しました。豊西HUGは、避難所運営マニュアルの理解促進と防災技術の習得訓練（プライベートテント、段ボールベッド等の組立）を兼ねており、発災時に避難所開設の責任者となる自覚を促しました。

また、夜間に発災したことを想定し、停電下での避難所開設や避難者の受付を行う夜間避難所開設訓練や地域住民の防災意識の高揚や自治会役員の避難所運営マニュアルの実践的な活用を目的とした総合避難訓練なども、伊勢市防災コーディネーターとの連携により、毎年度の定例活動として実施しました。

また、豊浜西小学校において、防災クイズや防災クロスロードゲームなどで楽しく防災を学べる防災出前授業を実施するなど、次世代を担う子どもたちへの防災教育の取組も行いました。

これらの取組は、他地域でも参考になるものであり、今後も地域の防災力の向上に寄与することが期待されます。

豊西まちづくりの会 防災訓練



豊西HUG防災訓練



夜間避難所開設訓練



総合避難訓練

豊浜西小学校 防災出前授業



防災クイズ



折り紙コップでお茶の試飲



防災クロスロードゲーム



令和7年度みえの防災特別賞

桜地区自主防災協議会 女性防災隊 桜ずきんちゃん 四日市市

桜地区自主防災協議会 女性防災隊 桜ずきんちゃんは「女性視点から取りこぼしのないきめ細かい取組をすること」を目的に平成31年4月に発足しました。

桜地区の住民の防災意識を高めるリーダー役を務めるために、まずは自分たちのスキルアップを図ろうとメンバーの7人全員が四日市市防災大学（女性セミナー）を受講し、ほぼ全員が防災士資格を取得しました。女性視点と隊員の特技やキャリアを活かし、対象者のニーズに合わせ、創意工夫した体験型メニューを作成するなど、柔軟な活動を行いました。

令和6年度からは桜こども園の防災教室（紙芝居・生演奏によるお遊戯・〇×クイズ）、桜小学校・桜台小学校の防災授業（座学・実演・クイズ）の講師を担当するなど、次世代を担う子どもたちの防災教育にも力を入れました。また、災害弱者支援として、知的障がい者家族団体「四日市市手をつなぐ育成会」と連携し、講演会やパッキングの講師を務めました。また、多くの住民が集まる地域の行事は絶好の減災啓発の機会と捉え、各地のイベントへ出展し、減災啓発活動にも取り組みました。

令和7年度にはCBCテレビ「よしお兄さんのもっとみえ推し！」や情報誌「YOU よっかいち」などのメディアで取組を紹介することで、活動内容の水平展開を図り、地域住民の防災意識の向上に寄与しました。

他にも、桜地区自主防災協議会が購入する防災物品について、今までは発電機や可搬式消防ポンプなどハードの資機材しか購入されなかったものを、女性視点から意見を出し、女性用生理用品やアレルギー28品目対応食、段ボールトイレなどの購入につなげました。

防災活動に女性視点を取り入れ、女性と男性で異なるニーズに対応する姿は、他地域でも参考になるものであり、今後も活動の発展が期待されます。

桜ずきんちゃん 防災教育の様子



桜ずきんちゃん メンバー



紙芝居



簡易トイレ組み立て



防災クイズ



座学（共助）



座学（自助）



令和7年度みえの防災特別賞 羽津地区連合自主防災会

四日市市

羽津地区連合自主防災会は、令和4年度まで連合自主防災会と連合自治会が乖離しており、指揮命令系統がうまく機能しない状況であったことから、令和5年度より連合自治会主導の組織に改編し、強固な組織基盤への整備が行われました。

令和4年度には、少人数でもまた、誰でも設営できるアクションカード形式の避難所運営マニュアルを作成し、令和4年以降の地区総合防災訓練ではその検証と改訂を行いました。

令和5年度からは防災訓練を風水害対応と地震・津波対応に分けて実施しており、風水害対応は自宅のリスクの確認と避難行動要支援者対応を行い、警戒レベルに応じた適切な避難の判断を行う訓練を実施し、地震・津波対応は実働訓練で想定だけを提示し、シナリオ無しで自助・共助の取組から避難所設営までを実施しました。この訓練により地域に自主性が芽生えました。

令和元年度からは、小中学生を対象に「防災サバイバル体験学習」を1泊2日で実施しました。令和7年度は参加者の所属自治会内のまち歩きと防災マップづくり、防災ボードゲーム、非常持ち出し袋作成、応急処置訓練、飯盒炊爨体験を行いました。受身的な講義中心の研修から自発的に動き、考える研修に改善し、参加者も年々増加しました。また、中学生の時に参加した方がボランティアで参加するなど人材還流も構築されました。

令和7年度からは新たに、地域（連合自治会）、学校（小中学校）、医療機関（四日市羽津医療センター）、行政（四日市市役所）が大規模災害時の対応をシミュレーションする4者合同の図上訓練を実施するなど、多様な主体との連携を深めました。さらに、中学生を対象とした防災教育では、防災ボードゲームを用いて楽しく自助、共助、公助の大切さを学んでもらうなど、高齢化の進む地域にとって災害時に支援者となることが想定される中学生の防災意識向上にも取り組みました。

これらの取組は、他地域でも参考になるものであり、今後も活動の発展が期待されます。

4者合同図上訓練の様子



多様な主体との連携
を実施





令和7年度みえの防災奨励賞

修成地区自主防災協議会

津市

修成地区自主防災協議会は、平成 23 年 3 月 11 日に発生した東北地方太平洋沖地震による甚大な津波被害の状況に危機感を持った地域住民により、自助・共助の力を高め、災害に強い地域づくりを進めることを目的に、平成 25 年 12 月に発足されました。

当団体は、修成地区 27 自治会（約 4,700 世帯、人口約 9,000 人）により組織されており、全自治会が力を合わせて、積極的かつ精力的に活動を行っています。

高齢者のみ世帯、高齢者単身世帯が今後も増加することが見込まれる本地区においては、災害時の要支援者・要配慮者への支援を課題の一つとし、高台への津波避難訓練や避難所運営マニュアルに則った避難所運営訓練など、地域全体で自助・共助の力を高める活動に継続的に取り組みました。訓練の実施にあたっては、年 5 回程度の勉強会を開催し、実施計画の内容を丁寧にも共有しながら進めるとともに、女性ならではのきめ細やかな視点を取り入れるため女性の参加促進にも取り組みました。

また、人材育成にも力を入れており、「住民の視点で再考する避難所運営訓練」や「防災資機材の取り扱い訓練」など毎年テーマを設けて防災リーダー研修会を開催しました。研修会の実施により、組織力の強化が図られるとともに地域住民の防災意識の向上にもつながりました。

これらの取組は、他地域でも参考になるものであり、今後も自助・共助の取組実施による災害に強い地域づくりの推進が期待されます。

各種訓練の紹介



津波避難訓練



避難所運営訓練



防災リーダー研修会
「住民の視点で再考する避難所運営訓練」



ポータブル発電機取り扱い訓練



簡易ベッド組み立て訓練



簡易トイレ組み立て訓練



令和7年度みえの防災奨励賞

松阪市立米ノ庄小学校

松阪市

松阪市立米ノ庄小学校は、令和8年度に市立松ヶ崎小学校との統合を控えており、新校区は津波浸水想定区域を含みます。この変化を「地域とともに新しい防災文化を創る好機」と捉え、「探究×防災×コミュニティ・スクール（以下CS）」をテーマに、地域と学校、行政が一体となる防災学習を令和4年4月から推進してきました。

当校は、「”防災を教わる”から”防災を共に創る”へ」をモットーに、探究学習の過程で児童を地域に参画させており、学校を地域防災のハブと位置づけ、児童・保護者・CS・行政が協働する“日常化した防災”を目指しています。

また、当校は「授業が変われば、防災教育も変わる」と考え、教科や学年の領域を横断し、児童が主体性を持って地域の多様な主体と協働する姿を授業実施にあたっての目標としています。

探究学習では、行政やCSと連携し、毎年タウンウォッチングを実施しており、タウンウォッチングでは、住民自治協議会が整備した防災備蓄倉庫に保管している資機材（テントや投光器）の取り扱い訓練もあわせて実施しました。

さらには、児童の提案により、住民自治協議会が策定した米ノ庄地区防災行動計画を基に、未策定であった避難行動マニュアルの「風水害編」を策定するなどしました。

児童、保護者、自治会などが参加する松阪市総合防災訓練における避難所運営訓練では、児童が物資・救護班を担当するなど、地域の一員として活動しました。

児童が地域社会に主体的に関わることで、周囲の大人たちも刺激を受け、その活動が地域全体に広がっていくことが今後も期待されます。

”防災を教わる”から”防災を共に創る”へ



令和6年台風第10号の実体験の共有の様子



授業風景



探究学習後の板書①



CSによる探究学習の様子



探究学習後の板書②



地域社会に主体的に参画する児童