

第2部

様式集

- 「My まっふラン」を活用した地域における津波避難計画を策定する際に、地域においてワークショップを行うときの様式をとりまとめました。
- 第1部の内容に沿った様式になっていますが、地域の実情にあわせて、修正等を行ってください。なお、これら様式の電子データを別途用意していますので、活用してください。

(様式 1 第 1 回コア会議次第)

○○市△△町□□地区 津波避難計画検討会 第 1 回検討会（コア会議）

日時：●月●日（●）00：00～00：00

場所：□□□□□□□□□

次 第

1. 開会

2. あいさつ

3. 自己紹介

4. 検討会

（1）本事業の目的、趣旨

（2）■■先生の講演

（3）本事業の進め方

（4）意見交換

5. その他

6. 閉会

(様式2 第1回コア会議資料・実施計画書)

平成●年●月●日

○○市△△町□□地区 津波避難計画検討会 実施計画（案）

1. 本事業の目的

- 東日本大震災では、過去の体験等から「自分のところには津波が来ても大した被害はない」と考えて逃げなかつた人や、家族を迎えて行つたり、渋滞に巻き込まれたり、避難場所が分からぬ等の理由で逃げ遅れた多くの人々が犠牲になりました。
- この教訓を踏まえ、避難を確実にしていくためには、誰かに指示されて避難を行うのではなく、自らの命を守るために自らが決めて行うことが必要です。
- このため、住民一人ひとりが自らの津波避難計画を自ら作成する「Myまっぷラン」を名づけた一人ひとりの避難計画を、住民全体のワークショップにおいて議論し、それを地域全体の津波避難計画につなげ、地域の防災力向上に結び付けていくプロセスが必要です。
- 本事業は、この「Myマップラン」を活用して、地域の避難計画を作成することを目的に実施するものです。

2. 対象地域

- 対象地域：○○市△△町□□地区（人口約○○人、世帯数約△△世帯）

3. 実施手順

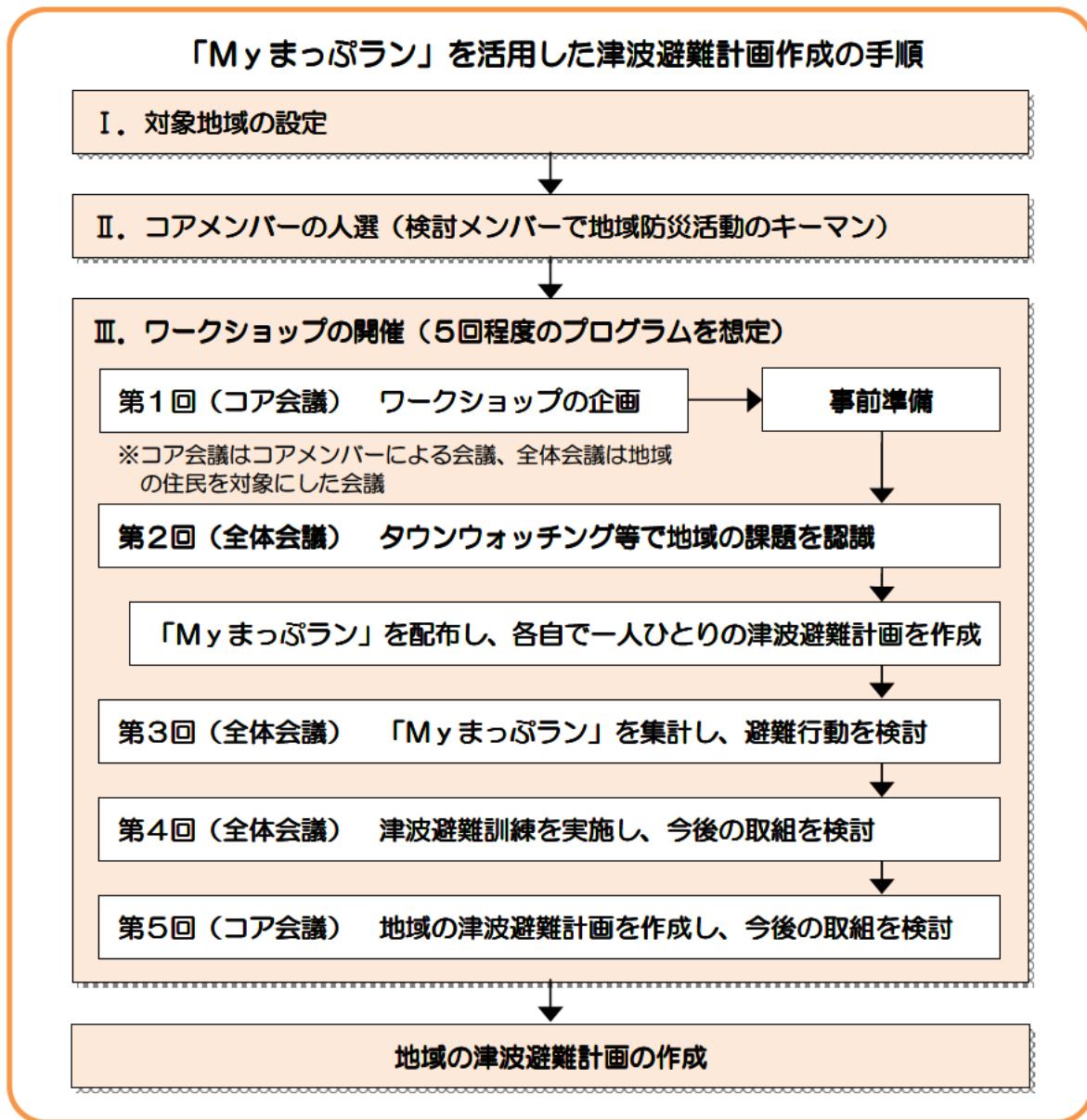
実施手順は、次ページの通りです。

■ 「Myまっぷラン」の表面（裏面は、地域の図面）

A3版を折りたたみ、A6版のポケットサイズになります。



■本事業の手順



4. 各検討会の概要

第1回（コア会議）　目的を確認し、ワークショップを企画する

【概要】

- 本取組の目的・趣旨を確認します。
- ワークショップの流れと各回の検討内容・進め方、関係者間の役割分担を確認します。
- その他、ワークショップの周知方法の確認、「Myまっふラン」の配布・回収方法の確認等を行います。
- 地域の課題について意見交換します。

ポイント

○本取組の目的・趣旨の確認

- ・地域住民が主体になったワークショップの実施、地域の津波避難計画作成の目的と目標について理解します。

○住民が参加するワークショップの進め方の確認

- ・ワークショップの回数とその内容、会場を決めます。
- ・コアメンバーの役割分担を決めます。

企画進行役：ワークショップの進め方の立案、ワークショップの司会進行

運営スタッフ：ワークショップの準備作業・グループ検討の補助

「Myまっふラン」の作成：コアメンバーで作成が困難な場合には、市町等に協力を依頼します。

- ・住民への周知方法（チラシの作成と配布の方法等）を決めます。

○地域の実情・課題認識の確認

- ・津波に対する意識・理解、活動状況、津波避難に関する問題・不安等を参加者全員で確認します。

第2回（全体会議） タウンウォッチング等で地域の課題を認識する

【概要】

- 津波避難について参加者の意識・理解を共有するための研修を行います。
- 地図を使って、参加者のグループごとに「まち」の構造を把握し、避難場所の候補と避難経路を話し合います。避難場所の候補までの経路をタウンウォッチングし、危険な場所、役に立つ場所等を把握します。
- タウンウォッチングの結果を防災マップにまとめ、気付いたことや課題を話し合います。
- 「Myまっぷラン」を全住民に配布し、次回までに住民一人ひとりが津波避難計画を作成します。

ポイント

○津波避難に関する研修等

- ・津波避難に関する基礎知識、地域の津波避難計画作成の必要性等を参加者で共通認識することが重要です。

○防災マップの作成

- ・防災マップには、以下のように「まち」の構造の把握やタウンウォッチング等により危険な場所や役に立つ場所等を書き込みます。防災マップを作成する過程を通して、地域の課題を再認識することができます。

※防災マップとは、地震が起こったときに危険な場所や物、または役に立つ場所や物が地図に記入されていて、災害時に役に立つ情報を得ることができる地図で、「Myまっぷラン」を作成する際の参考となるものです。

【防災マップに記入する項目】

項目	内容
「まち」の構造の把握	道路、鉄道、河川・水路等
津波に関する危険性の把握	津波浸水予測区域等
避難場所の選定	津波浸水予測区域の外側（水平避難）あるいは最大津波高よりも高い施設（垂直避難）
危険な場所の抽出	避難時に危険な場所（転倒・落下・倒壊の危険性のあるブロック塀、看板、危険物等）
役に立つ場所の抽出	一時的に避難できる場所（空き地、公園等）、消火活動機材のある場所（消火栓、消火器、防火水槽等）、災害時に役に立つ場所（病院、食堂、食料品店、公衆電話等）等
避難経路の選定	避難場所まで短時間、安全に避難できる経路

○「Myまっぷラン」の配布

- ・個人情報保護の観点から全住民への配布は大きな課題となります。自治会による広報等の配布手続きの活用、コアメンバーが手分けして各戸訪問する等、地域にあった配布方法の検討が必要です。

第3回（全体会議） 「Myまっぷラン」を集計し、避難行動を検討する

【概要】

- 地域住民一人ひとりが作成し持参した「Myまっぷラン」の避難場所と避難経路を集計し、問題点（避難場所の広さ・収容人員、道路への人の集中等）を話し合います。
- 避難の際の行動（災害時要援護者の避難、自動車による避難等）について、グループで話し合います。
- これらの話し合いにより、避難の際にどのように行動したらよいか、地域で検討すべき課題を共有します。

ポイント

○「Myまっぷラン」の作成と会議への持参

- ・今回の会議までに地域の全住民に「Myまっぷラン」記入用紙を配布し、一人ひとりが津波避難計画を作成し、会議に持参します。会議に参加できない人は、地域の代表者等に渡します。家族や近所の人と話しあって作成することで、津波避難に関する意識の向上、地域の防災力向上につながります。

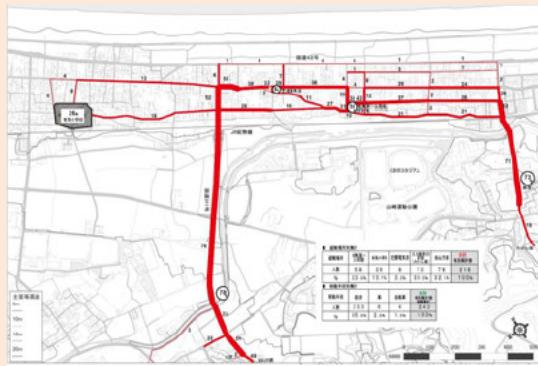
○「Myまっぷラン」の集計と課題の抽出

- ・「Myまっぷラン」を持ち寄り、自治会の班単位等で避難場所と避難経路を集計し、参加者で意見交換します。自分とは異なる考え方があり、参考になります。
- ・「Myまっぷラン」の集計結果は、下図のように図化することで誰にも分かりやすくします。

○避難の際の行動等の話し合い

- ・「Myまっぷラン」を取り入れれば全ての課題が解決するわけではなく、災害時要援護者の避難や自動車による避難等については、地域でどのような方法で対応していくのか、話し合い、意見を引き出します。

■「Myまっぷラン」の集計結果



■課題の検討イメージ

課題	内容	解決策
車での避難	運転免許証など持っていない人や、運転免許証をなくしてしまった人など	手動車を用意する
要援護者の避難	車の運転が苦手な人や、車の運転が苦手な高齢者など	公共交通機関を利用する
その他	車の運転が苦手な人や、車の運転が苦手な高齢者など	公共交通機関を利用する
次回避難訓練で実施します		第4回-2回目

第4回（全体会議） 津波避難訓練を実施し、今後の取組を検討する

【概要】

- 「Myまっぷラン」に記載した避難場所と避難経路をもとに、津波避難訓練を実施します。
- 津波避難訓練実施後に、津波避難訓練の評価、今後の取組についてワークショップを行います。

ポイント

○津波避難訓練の実施時期

- ・「Myまっぷラン」に基づき津波避難訓練を行うことによって、ワークショップで話し合ったことを検証し、新たな課題を抽出します。
- ・最初は多くの人が参加しやすい時期（休日の午前中等）に行うことが望ましいですが、季節や時間によって非常持ち出し品や服装等、準備するものが異なることから、季節や時間（朝、昼間、夜間等）を変えた津波避難訓練を継続的に実施することも必要です。

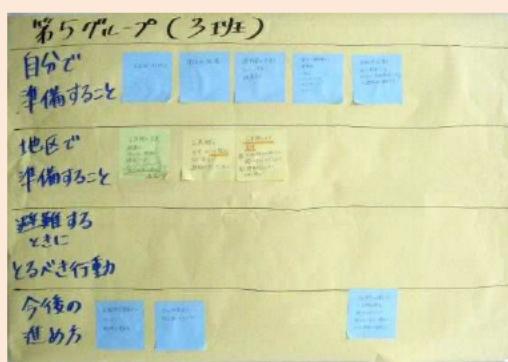
○津波避難訓練の後のワークショップ

- ・これまでの津波避難訓練は、終了後に自由解散となることが多いですが、これでは津波避難訓練を実施した効果や課題を検証できません。津波避難訓練を実施した後にワークショップで課題等を話し合えば、非常に効果があります。
- ・ワークショップでは、避難時間の目標を達成したかどうか、津波避難訓練でできしたこと・できなかったこと等、「Myまっぷラン」の実効性の検証や地域における課題を浮かび上がらせることが必要です。
- ・このため、津波避難訓練の前にアンケート調査票を配布しておき（津波避難訓練の告知チラシと合わせて配布等）、津波避難訓練実施後のワークショップで、避難目標時間の達成状況、防災マップに記載した内容の検証、津波避難訓練でできしたこと・できなかったこと等について、記入してもらいます。

○課題に対する取組の方向性の検討

- ・防災マップに落とし込んだ内容や、第3回で課題に挙がった事項を、今後どのようにして取組んでいくのか話し合います。
- ・地域における津波避難の目標と今後検討していく内容等を整理し、地域の津波避難計画のもとになる内容を整理します。

■取組方向の検討イメージ



第5回（コア会議） 地域の津波避難計画を作成し、今後の取組を検討する

【概要】

- これまでの活動を振り返り、地域の津波避難計画について話し合い、作成します。
- 今後の取組について検討します。

ポイント

○これまでの活動の成果、課題の確認

- ・これまでの活動を振り返った中で、成果や課題等を話し合い、今後行うべき活動やその内容等について話し合います。

○地域の津波避難計画の作成

- ・コアメンバーが市町の協力を得ながら作成した素案をもとに、地域の津波避難計画に記述する内容等を協議し、作成します。

OPDCAの実施

- ・次回までの目標と実施方策を設定し、実行に移していくPDCAサイクルを確認します。

■地域の津波避難計画（案）の例

平成25年1月作成

熊野市有馬町芝園地区 津波避難計画(案)

■地区の概況

世帯数	人口	65歳以上人口	うち単身	75歳以上人口	うち単身
233世帯	540人	180人	41人	107人	31人
一	100%	33.3%	7.5%	19.8%	5.7%
要援護者数		幼児・童少			
76人、(60歳以上)					
うち独居者が23人					

■平成23年度 三重県津波浸水予測(M9.0)

50cm津波到達時間	最大津波到達時間	最大津波高
4分	13分	14.13m

■津波避難にむけた地域の目標

『基本目標』
『地域の全員が津波から助かるよう努力しよう』

《今から行う具体的な目標》

- 必ず、家族、近所で防災について話し合いましょう
- 非常時の持ち出し品は、自分で考えて自分にあったものを用意しましょう
- 市の補助を活用して家具を固定しましょう
- いざという時のために防災訓練に参加し、みなさんで防災について話し合いましょう

■津波から逃れるための準備

自分で準備すること

- 定期的に非常持ち出し品をチェック（賞味期限、季節にあった衣類等）、持ち出しきできる重さを確認しましょう
- 家具の転倒防止、建物の耐震補強をしましょう
- 家中電灯（定期的に乾電池の確認）、運動靴、ライフジャケット等の非常用品を準備しましょう
- 高齢者等の移動手段を準備しましょう（リアカー等）
- 家族の避難先・連絡先、避難先となる知り合いを確認しましょう

地区で準備すること（課題）

- 防災資機材の確認、毛布・飲食料品などの備蓄品を確保
- 避難場所までの危険箇所の改善
- 公民館の避難場所としての機能向上（耐震補強、備蓄、屋上階段の確保、鍵の運用等）に向けた検討・調整
- 避難タワーの建設を要望

■避難方法

車での避難	要援護者には有効であるが、交通渋滞及び避難の障害になるため、歩ける人は歩いて逃げましょう。
要援護者の避難	<ul style="list-style-type: none">○逃げながら要援護者に声をかけましょう。○自転車も活用しましょう。○リアカーなどを使って近所で助け合って避難しましょう。○家庭でできることを準備しましょう。○要援護者の名簿をつくり、どのような方法で援護するか地域で話し合いましょう。

■今後の取組み

○個人や地域の状況の変化に合わせて、「Myまっぷる」とこの避難計画を更新します。
(平成24年11月のMyまっぷる登記入者243名)

○毎年、避難訓練を実施し、避難訓練実施後に訓練の成果の確認、車での避難や要援護者の支援等について話し合う場をもちます。

■「Myまっぷる」についての評価

○平成24年度の津波避難計画作成ワークショップに参加した方のアンケートによれば、「Myまっぷる」は、「役に立った」「少しほど役に立った」という人が約74%になり、「あまり役に立たなかった」という人はいません。

■津波避難計画参加者の意見

○これからも避難訓練を行って、地域の防災力を高めていきましょう。まだまだ、避難訓練に参加していない人もいます。家族だけではなかなか話しあうことができないので、このような取組みを継続していく必要があります。

○災害時要援護者の避難について、人によって避難補助の程度が違います。昼間は地区に人がいないので、みんなでどのように避難するのか、検討することが必要です。

○今回の取組みで、近所の人と防災について話しをする機会が増え、意識が高くなりました。

【問い合わせ先】
熊野市防災対策推進課 電話89-41111（内線315・336）

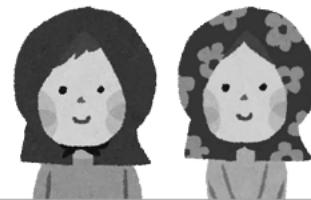
5. 確認事項

- ①ワークショップの回数とその内容、会場、スケジュール
- ②コアメンバーの役割分担
 - 企画進行役：ワークショップの進め方の立案、ワークショップの司会進行
 - 運営スタッフ：ワークショップの準備作業・グループ検討の補助
 - 「Myまっぷラン」の作成：市町防災主管課と相談し、地域の「Myまっぷラン」を作成
- ③次回以降会議の住民への周知方法（チラシの作成と配布の方法等）

6. スケジュール（案）

項目	日時	場所	参加者	内容
① 第2回検討会 (タウンウォッชング)	●/● (●) 00:00～00:00	□□□□ □	住民	・タウンウォッチング ・防災マップ作成
「Myまっぷラン」の配布				
② 第3回検討会 (一人ひとりの避難計画の集計)	●/● (●) 00:00～00:00	□□□□ □	住民	・「Myまっぷラン」の集計 ・災害時要援護者の避難 ・自動車での避難
③ 第4回検討会 (津波避難訓練)	●/● (●) 00:00～00:00	□□□□ □	住民	・津波避難訓練の実施 ・津波避難訓練の評価 ・今後の取組
④ 第5回検討会 (地域の津波避難計画作成)	●/● (●) 00:00～00:00	□□□□ □	コア	・地域の津波避難計画作成 ・今後の取組

○○市△△町□□地区のみなさまへ



みんなで津波に備えよう

津波避難計画をつくる、避難訓練に参加しよう

国の内閣府から、南海トラフ巨大地震による被害想定が発表されました。

津波について不安に思っていることをみんなで考え、津波に備えるために、一人ひとりの津波避難計画の作成と避難訓練を行います。

▲▲大学の■■先生を講師にお迎えして、次のとおりプログラムを実施しますので、ぜひご参加ください。



●プログラム

1. ■■先生の講演・タウンウォッチング	<p>【日時】 ●月●日(●) 朝9時～12時半 【場所】 □□□□□</p>	・ ■■先生の講演と、タウンウォッチング（まち歩き）で危険箇所等の確認を行います。
2. 一人ひとりの避難計画の作成・集計と避難行動の検討	<p>【日時】 ●月●日(●) 夜 19時～21時 【場所】 □□□□□</p>	・ 一人ひとりの津波避難計画を作成し、集計します。 ・ 災害時要援護者の避難、自動車による避難について意見交換します。
3. 津波避難訓練	<p>【日時】 ●月●日(●) 朝9時～12時 【場所】 □□□□□</p>	・ 一人ひとりが作成した津波避難計画をもとに、避難訓練を実施します。

ご家族・ご近所でお説明会のうえ、ご参加ください。

事前の申し込みは不要です。

大人から子どもまで、地域のみんなで考えましょう！



問合せ先：
○○市△△△課
電話：●●-●●●●



(様式4 第2回全体会議資料)

○○市△△町□□地区
津波避難計画作成
全体説明会・タウンウォッチング

日時：平成●年●月●日（●）

午前9時～12時30分

場所：□□□□□□

本日のスケジュール

9:00 1. 開会

2. あいさつ（○○市）

9:10 3. 津波避難についての講演
(▲▲大学 ■■先生)

9:40 4. 全体説明、タウンウォッキング準備

10:10 5. タウンウォッキング(まち歩き出発)

11:30 6. 防災マップの作成

12:00 7. グループごとに発表

12:25 8. 講評

12:30 9. 閉会

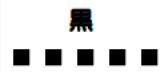
全体の進め方

	日時・場所	内容
① 全体説明会 (本日)	<p>【日時】 ●月●日 (●) 9時～12時30分</p> <p>【場所】 □□□□□□</p>	<p>●タウンウォッチング(まち歩き)し、津波避難経路を確認します</p> <ul style="list-style-type: none"> ■■先生の講義 タウンウォッチング 防災マップの作成
<p>●一人ひとりの避難計画を作成 (「Myまっぷラン」への記入)</p>		
<p>避難計画(「Myまっぷラン」に記入したもの)をもって次回②に参加</p>		<p>次回の会議に参加できない人は、班長さんに避難計画を渡してください</p>

	日時・場所	内容
② 一人ひとりの津波避難計画の集計	<p>【日時】 ●月●日 (●) 19時～21時</p> <p>【場所】 □□□□□□</p>	<p>●一人ひとりの津波避難計画を集計し、課題を話し合います</p> <ul style="list-style-type: none"> 事前に作成した一人ひとりの津波避難計画の集計 災害時要援護者の避難、自動車による避難の話し合い
③ 津波避難訓練の実施	<p>【日時】 ●月●日 (●) 朝9時～12時</p> <p>【場所】 □□□□□□</p>	<p>●避難訓練に参加し、評価します</p> <ul style="list-style-type: none"> 一人ひとりの避難計画どおりに避難できたかどうか評価 今後の取組について話し合い

地図作業① まちの構造を知る

①鉄道（●●線）を探して、黒い太点線でなぞってください。



②主要な道路（国道●号、●号）を茶色の太線でなぞってください。



③水路を水色の太線でなぞってください。



地図作業② 避難場所の候補を話し合う

避難場所に緑色の斜線を記入し、場所の名前をマジックで書きましょう



避難場所の候補ごとに、班の中でグループを再編します。

自分はどこの場所に避難するか決めてください。

新しいグループ内で役割を決める

- グループリーダー**：グループを統括します。
 - 記録係**：タウンウォッキング中に発見した内容などを地図に記録します。
 - 時計係**：区間ごとに歩いた時間を計測します。
 - 安全係**：車が来たときにみなさんに声をかけます。
 - 発表者**：グループの発表を担当します。
- ※グループの名簿は、終了時までに記入

地図作業③ 避難経路を話し合う

①各自の自宅に**ピンク色のシール**を貼ってください。

ピンク

②それぞれの方の自宅付近からの避難経路を**緑色の太線**で記入しましょう。

緑色

タウンウォッキングで確認する経路をきめてください。その経路を**オレンジの太線**でなぞってください。（大きい図面）

オレンジ

手持ち用図面に書き写してください。

タウンウォッキング（確認すること）

①地震発生時に転倒・落下・倒壊の恐れのある場所

ブロック塀、落下しきそうな看板・トランス、危険物、ガラス張りのウィンドー など

②一時的に避難できるところ

空き地、公園

③消火活動などを行う機材のあるところ

消火栓、消火器、防火水槽

④災害時に役に立つところ

病院、食堂、食料品店、公衆電話

タウンウォッキング（確認すること）

主要な区間ごとに、歩くのにかかった時間を図ってください。（記録係が地図上に記入）

その他、気がついたことをメモしておきましょう。

地図作業④ 防災マップを作成する

●タウンウォッチングの結果をまとめましょう

①消火活動などを行う機材のあるところを
青色のシールを貼ってください。

消火栓、消火器、防火水槽

青色

②一時的に避難できるところに緑色のシールを貼ってください。

空き地、公園など

緑色

③災害時に役に立つところに茶色のシールを貼ってください。

病院、食堂、食料品店、公衆電話

茶色

④転倒・落下・倒壊など、危険な場所に赤いシールを貼ってください。その内容をポストイットに書いて地図に貼ってください。

ブロック塀、広告物、危険物 等

赤色

気づいたこと、課題をポストイットに記入して図面に貼ります。

避難経路は確保できそうですか。自動車で渋滞しませんか。災害時要援護者の支援はできそうですか。
みんなで話し合いましょう。

12

グループごとの発表

作成した防災マップを用いて、
タウンウォッキングの結果を各グループごと
に発表しましょう。

次回までに行ってほしいこと

一人ひとりの避難計画を作成しましょう

今回作成した防災マップを参考に、「Myまっぷ
ラン」に自分の避難場所、避難経路などを記入して
ください。ご家族で話し合ってください。

次回は、「Myまっぷラン」を持って参加してください。
参加できない方は、班長さんにお渡しください。

次回の日程 【日時】 ●月●日（●）19時～21時
【場所】 □□□□□□

今後のこと

- 津波避難計画の作成で大切なのは、避難計画を作ったことに安心せず、タウンウォッキングを継続し、まちや自分の変化に合わせて、避難計画を見直しすることです。
- 大地震による被害を減らすためには、どんな取組をすればよいかみなさんで考えましょう。

みんなで津波に備えよう

一人ひとりの津波避難計画を作りましょう

東日本大震災では、「自分のところには津波が来ても大した被害はない」と考えて逃げなかった人や、渋滞に巻き込まれたり、避難場所が分からぬ等の理由で逃げ遅れた多くの人々が犠牲になりました。

この教訓を踏まえ、自分の命は自分で守るという意識をもって、一人ひとりが自分の津波避難計画を作成することが必要です。

この一人ひとりが自らの避難計画を作成するための方法として、「Myまっぷラン」を配布させていただきました。

一人1枚づつ「Myまっぷラン」にご記入の上、次回の避難計画作成会議（〇〇月△△日、□□時～ 〇〇公民館）にご参加ください。なお、参加できない方は、班長さんにお渡しください。

Myまっぷランの作成方法

●作成上の注意事項

- ・個人情報等で人に知られたくない情報は記入しないでください。
(返却後に記入してください)

●地図の作成方法

- ・地図上で、自宅に●を記入し、避難場所の候補に○印を記入し、あなたがお考えの経路に線を引いてください。避難場所、避難経路が2つ以上ある場合には、優先する順に①、②と番号を記入してください。
- ・避難時の交通手段（徒歩など）を避難経路の横に記入してください。
- ・避難経路で危険な場所、不安なことがあれば、地図上に記入してください。

() 班

あなたの情報

フリガナ：クマノタロウ 名前：熊野太郎 世帯主	テ 519-4325
住所：熊野市有馬町 1 番地	
自宅電話番号：(0597) 89—4111	
携帯電話番号：(090) 〇〇〇—〇〇〇〇	
メールアドレス：	
勤務先・学校等：	無職
生年月日：	明治 大正 平成 10年10月10日
血液型：	O
アレルギー：	記入例を示します。



●Myまっぷランの作成手順

1. 「あなたの情報」の欄に氏名、住所、班番号を記入してください。(一人1枚です)

2. 避難場所、避難経路をご家族で話し合い、仮設定してください

3. できれば、避難経路の候補をタウンウォッチング（まち歩き）し、危険な個所がないか確認してください。
(タウンウォッチングを実施済みの方などは、省略して結構です)

4. Myまっぷランの図面に自宅（●印）、避難場所の候補（○印）、避難経路（線で引く）、交通手段（徒歩等）を記入してください。危険な場所・不安なことなども地図上に記入してください。

次回会議（〇〇月〇〇日（□））
に参加できる方

家族全員分のMyまっぷ
ランを持って会議に参加

次回会議（〇〇月〇〇日（□））
に参加できない方

家族全員分のMyまっぷ
ランを班長さんに渡す

5. 津波避難計画の作成

【日時】〇〇月〇〇日（□） 19時～21時

【場所】□□公民館

後日、Myまっぷランを返却します

●注意事項

- ・乳幼児、高齢者等本人が記載できない場合は、世帯主等が記入してください。

(様式6 第3回全体会議資料)

○○市△△町□□地区
津波避難計画作成
ワークショップ

日時：平成●年●月●日（●）

午後7時～9時

場所：□□□□□□

本日のスケジュール

- | | |
|-------|--------------------------------------|
| 19:00 | 1. 開会 |
| | 2. あいさつ |
| 19:10 | 3. これまでの振り返り |
| | 4. Myまっふランの集計と課題整理
(津波避難場所、経路、課題) |
| 19:50 | 5. 津波避難に関して地域で共有することを話し合う |
| | 6. 避難訓練で確認することを話し合う |
| 20:20 | 7. グループごとに発表 |
| 20:50 | 8. 講評
(▲▲大学 ■■先生) |
| 21:00 | 9. 閉会 |

これまでのふりかえりと今後の進め方

	日時・場所	内容
① タウン ウォッチオ ング (前回)	<p>【日時】 ●月●日 (●) 朝9時～ 12時30分</p> <p>【場所】 □□□□□□</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●タウンウォッチング(まち歩き)し、津波避難経路を確認しました ・■■先生の講義 ・タウンウォッチング ・防災マップの作成



●一人ひとりの避難計画を作成
(「Myまっふラン」への記入)



	日時・場所	内容
② 一人ひとりの津波 避難計画 の集計 (本日)	<p>【日時】 ●月●日 (●) 19時～21時</p> <p>【場所】 □□□□□□</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●一人ひとりの津波避難計画を集計し、課題を話し合います ・事前に作成した一人ひとりの津波避難計画の集計 ・災害時要援護者の避難、自動車による避難の話し合い
③ 津波避難 訓練の実 施	<p>【日時】 ●月●日 (●) 朝9時～12時</p> <p>【場所】 □□□□□□</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●避難訓練に参加し、評価します ・一人ひとりの避難計画どおりに避難できたかどうか評価 ・今後の取組について話し合い

作業1 避難場所・避難経路を集計し 課題を整理しよう

グループで「Myまっぷラン」を集計し、避難場所と避難経路ごとの人数、課題を整理します。

① 「Myまっぷラン」を避難場所(優先順位①)ごとに仕分け

② 「Myまっぷラン」を、避難場所ごとに避難経路で仕分け

③ 避難場所、避難経路ごとの枚数を数える

④の1・図面に避難場所と避難経路をマジックで図化
(山の方面:ピンク、地区内:青など)
・一人ひとりのルートをマジックで書く。

④の2 (④の1と並行して行う)
「Myまっぷラン」に書かれている「危険個所」「不安に思っていること等」を付箋に記入し、図面に貼り付ける

集計終了

●図面をみて、気が付いたことを付箋に記入し、図面に貼りつける
・例えば、道路が混雑しないか、国道を横断できるか、道路が通行できなくなったらどうするか、避難時間はどうか 等

○ 発表のときに整理してほしいこと
・避難場所、避難経路ごとの人数(どのルートが多いか)
・避難時の危険個所、心配なこと、対応方法 等

(参考) H23三重県津波避難予測(M9.0) 防潮堤等の施設がないとした場合

○○市△△町 50cm津波到達時間 ●分

最大津波到達時間 ●分

最大津波高 ●m

※あくまで予測です。これ以上もこれ以下もあり得ます。

津波浸水予測図

(防潮堤等の施設がないとした場合等)

作業に係る前にグループ内で役割を決める

①リーダー(1人) :

時間配分を考えて、作業や議論の進め方をリードします。

◆ 「Myまっぷる」の仕分けと図面への記入

②仕分け係(全員)

「Myまっぷる」を避難場所、避難経路別に仕分けします。
仕分けした山ごとに担当をきめます。

○図面への記入

避難経路等の記入(仕分けした山の担当ごと) :

集計した避難経路を大きな図面にマジックで書きます。

○危険個所等の記録(その他の方) :

「Myまっぷる」に書かれた危険個所等を付箋に記入し、
貼り付けます。

◆集計後の話し合い

③記録係(2人) :

テーブルで出た意見を付箋に記入します。

④発表者(1人) :

グループの発表を担当します。

- 避難場所ごとに「Myまっぴラン」を仕分けし、枚数を数えます。 例えば

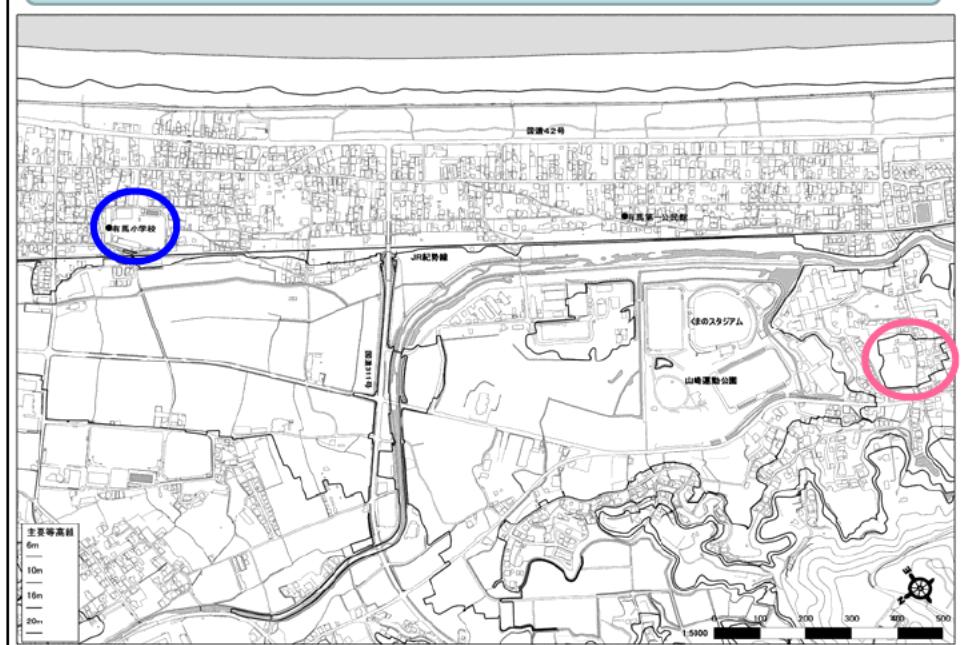
○○小学校



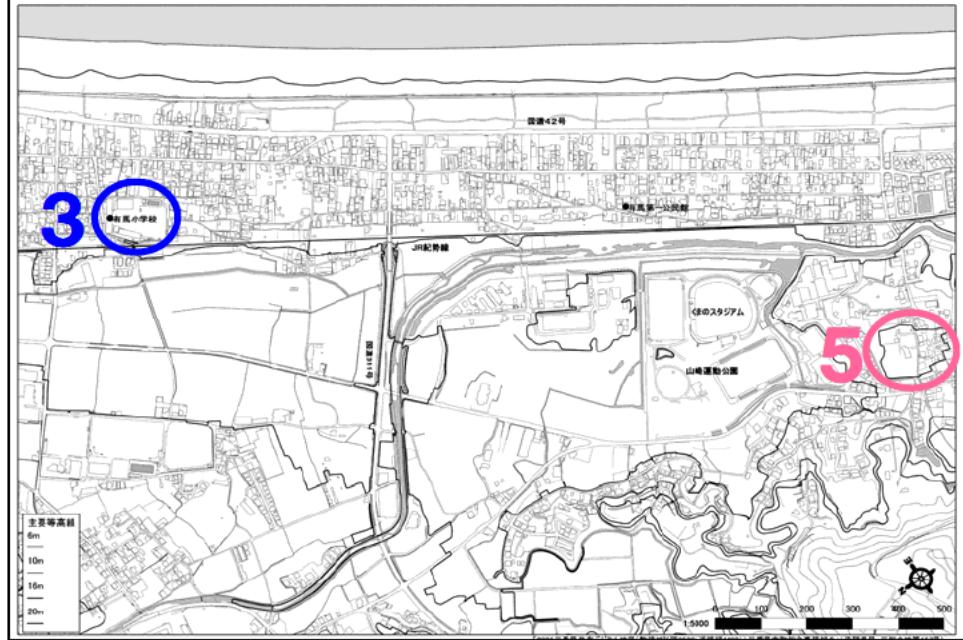
△△町の鉄塔



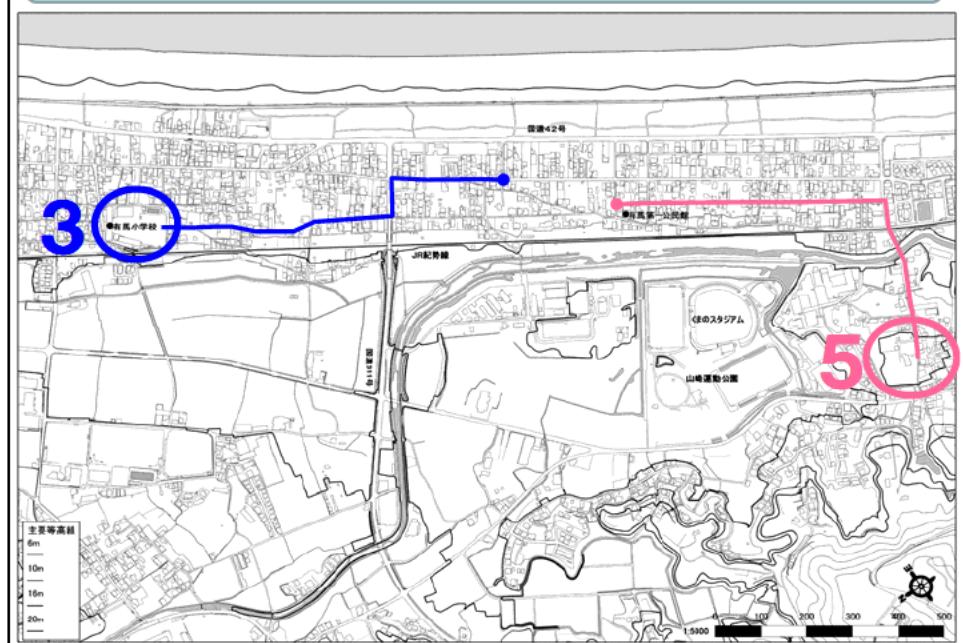
- 避難場所に丸印をつけます



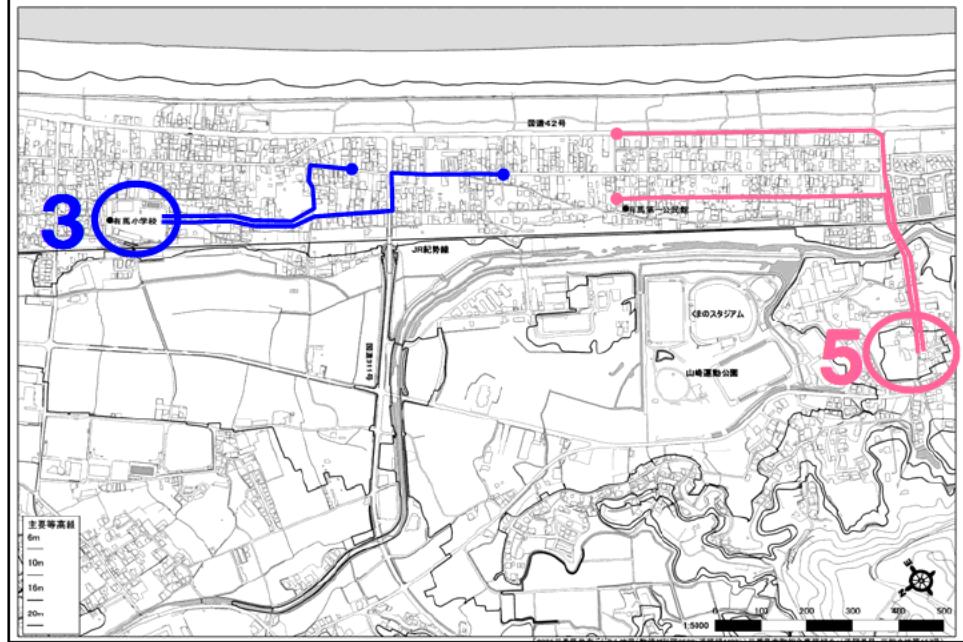
● 避難場所として設定している人の数を記入します



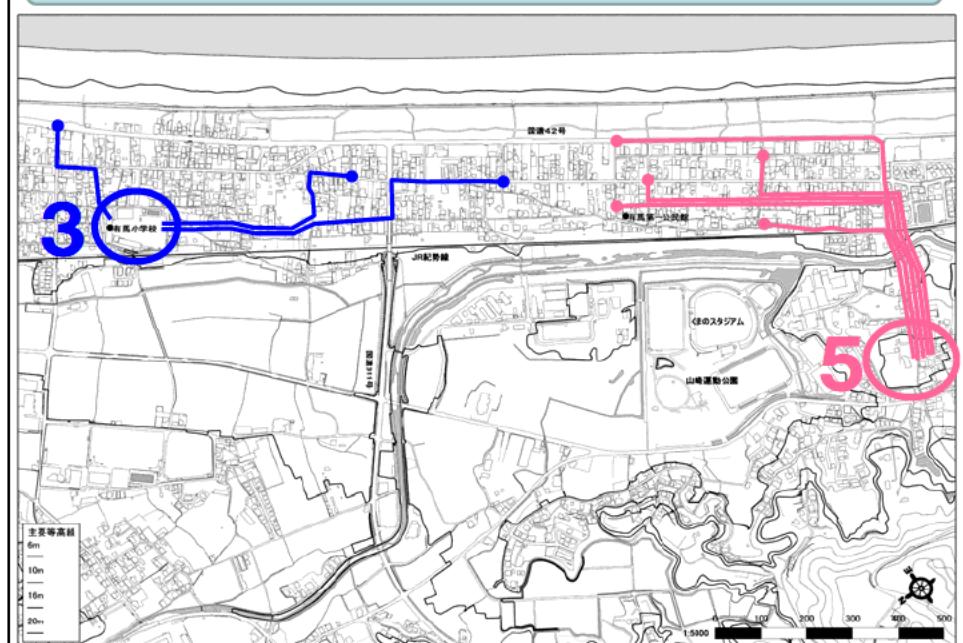
● 一人ひとりの避難経路を記入します



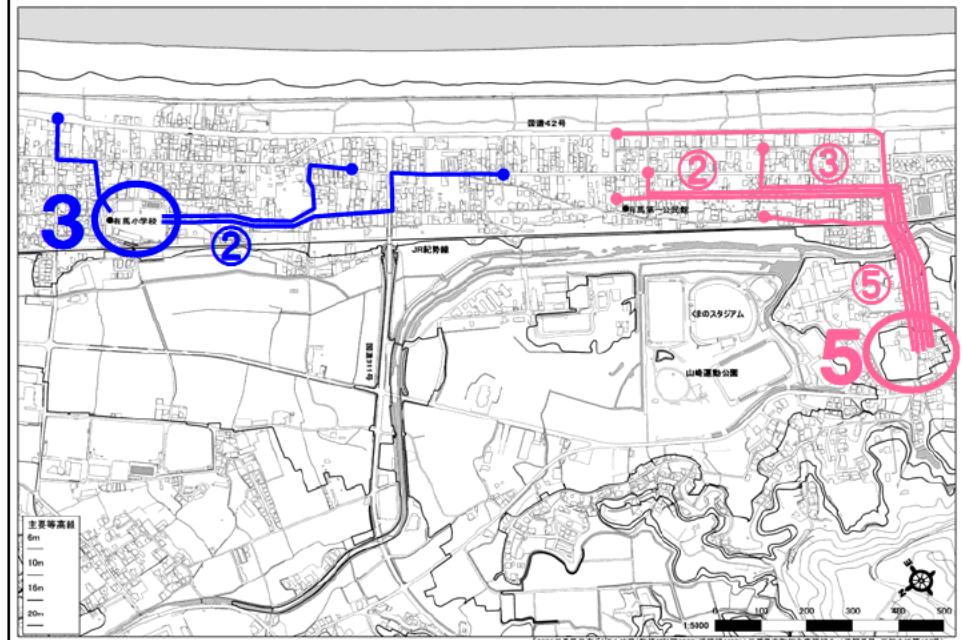
● 一人ひとりの避難経路を記入します



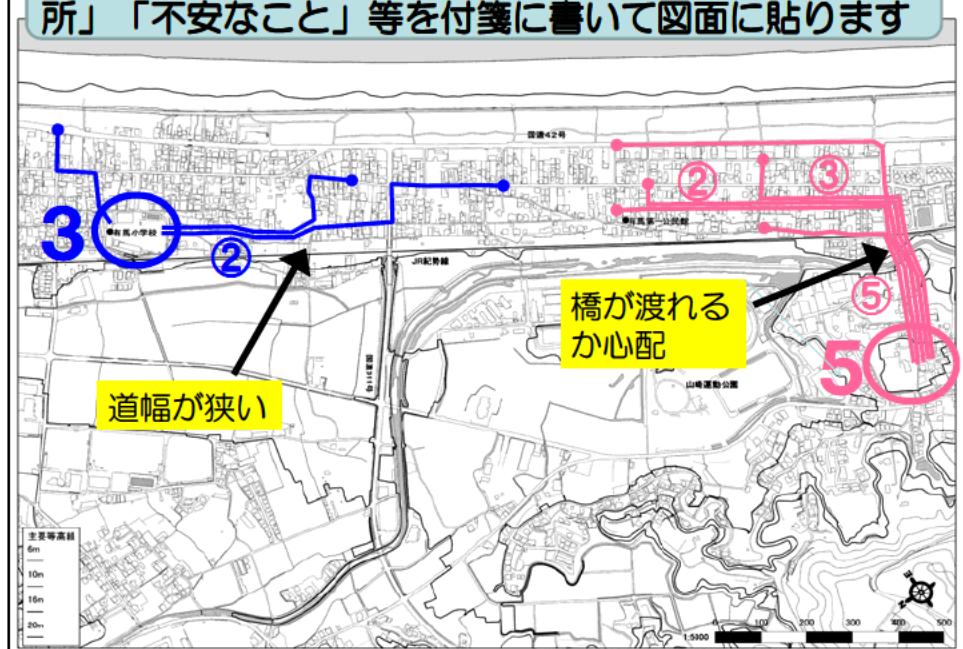
● 一人ひとりの避難経路を記入します



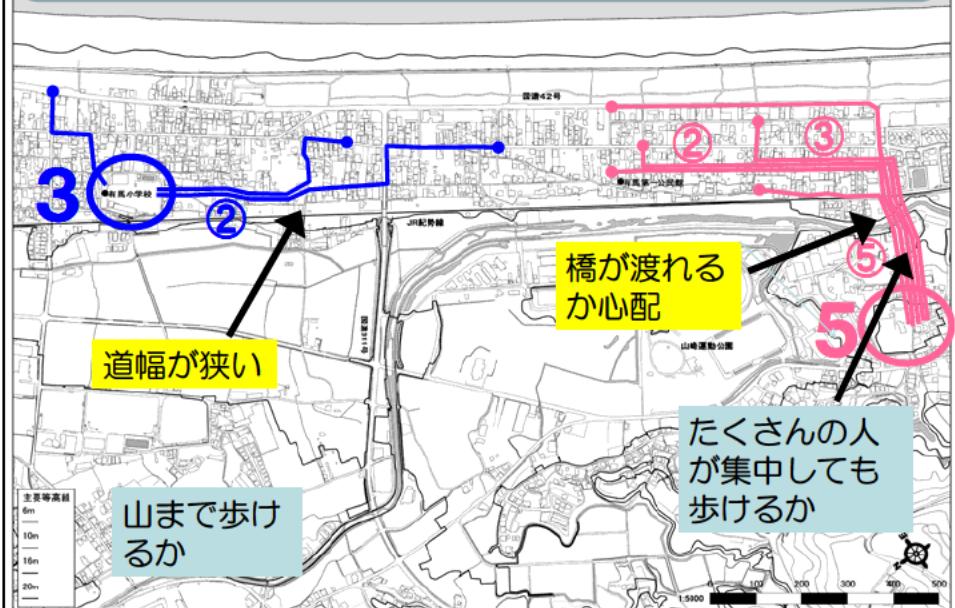
● 人が集中している主要な道に、人数を記入します



● 「Myまっぷラン」に書かれている「危険な場所」「不安なこと」等を付箋に書いて図面に貼ります



- 皆さんで気が付いたこと、問題と思うこと等を話し合い、付箋に書いて貼ってください



作業2 地域で共有することを話し合う

- これまでに実施したコアメンバー会議、前回の検討会において、課題として出された事項について、課題の内容、解決方法を話し合います。
- 出された意見は、付箋に書いて、模造紙に貼りつけます。出された意見全てを書くようにしましょう。
- 答えが出なくても、課題として残しましょう。

- ①災害時要援護者の避難はどうするか
 - ・戻間は人がいない
 - ・誰がどういう方法で避難を支援するのか
- ②自動車による避難は、どうするか
 - ・徒歩が原則となっているが、自動車は認めるのか？
 - ・どのような場合に認めるのか

作業3 次回の津波避難訓練で行うこと を話し合う

- 次回は、津波避難訓練（●月●日（●））
- 津波避難訓練のときに実施したいこと、アイデア等を
話し合ってください。
例えば、
 - ・避難場所までの所要時間の測定
 - ・非常時の持ち出し品のチェック 等

グループごとに発表

- グループで話し合ったことを発表します
- ①避難場所と避難経路の人数
- ②避難経路の危険個所、不安なこと、対応方策 等
- ③地域で共有すること（課題と対応策）
 - ・災害時要援護者の避難について
 - ・自動車による避難について
- ④避難訓練で実施したいこと

次回の予定

■津波避難訓練（●月●日（●））
詳細は、後日ご連絡します

避難場所までの所要時間の測定
非常時の持ち出し品をもって参加 等

○○市△△町□□地区のみなさまへ

いざという時のために □□地区一斉津波避難訓練を行います！

日時

平成●年●月●日(●) 午前9時～12時

スケジュール

9:00 自宅から津波避難訓練開始

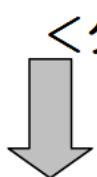


*非常持ち出し品を持って参加しましょう！

自分で考えた津波避難場所へ



10:00 □□□□□□に集合



<グループごとに津波避難訓練のまとめ>

12:00 終了

お願い

◎訓練の事前に、裏面のアンケートに記入してください。

◎当日は「Myまっぷラン」と、この「チラシ」を持参して下さい。



訓練当日に、防災行政無線で訓練開始の合図をします。

●問合せ先：
○○市△△課
電話：●●—●●●●

津波避難訓練参加者アンケート

設問には、該当する番号に○をつけ、その他は、具体的にお書きください

【津波避難訓練の事前に記入してください】

1 あなたについて

□□地区()班 年齢()歳 性別(男 ・ 女)

2 目標とする避難場所及び避難時間をお書きください。

避難場所: ①△△△ ②△△△ ③△△△ ④△△△ ⑤その他()

避難時間: ()分 ※三重県の予測では、最大津波到達時間●分

【津波避難訓練が終わった後に記入してください】

3 ご自宅から避難場所に着くまでにかかった時間は?

()分 ①目標以内 ②目標通り ③目標より時間がかかった

4 津波避難訓練の状況について、該当するものを選んでください。

防災無線による避難の合図は聞こえましたか	①聞こえた ②音が小さく、聞こえにくかった ③聞こえなかった
合図の後、すぐに避難できましたか	①すぐに避難できた ②避難するまでに時間がかかった
避難経路で危険だと思ったことがありますか	①あった [] 具体的に ②ない []

5 「Myまっふラン」を使って避難経路などを事前に計画したことは役に立ちましたか

①役に立った ②少しは役に立った ③あまり役に立たなかった ④わからない

6 津波避難訓練でできたこと、できなかったことや問題点がありますか?

(できたこと) 例えば、目標の時間内に避難できた。

(できなかったこと、問題点) 例えば、非常持ち出し品を準備できなかった。

7 今後の課題、改善点、ご感想など、自由にお書きください。

(様式8 第4回全体会議資料)

○○市△△町□□地区 津波避難訓練及びワークショップ

日時：平成●年●月●日（●）

午前9時～12時

場所：□□□□□□

本日のスケジュール

9：00 津波避難訓練開始

（自分で考えた避難場所まで避難）

10：00 □□□□□□に集合

- ・津波避難訓練参加者アンケートに記入
- ・これまでの振り返り
- ・津波避難訓練でできしたこと、できなかったことの確認
- ・今後どうしていったらよいのか考える

11：20 グループごとに発表

11：40 全体の講評（▲▲大学 ■■先生）

12：00 閉会

1. これまでの振り返り

【全体の流れ】

これまで、津波について不安に思っていること等をみなさんといつしょに考えながら、一人ひとりの津波避難計画の作成と避難訓練を行ってきました。

	日時・場所	参加者	内容
① タウン ウォッチ ング	【日時】 ●月●日 (●) 朝9時～ 12時30分 【場所】 □□□□□□	●●名	●タウンウォッチング(まち歩き)し、津 波避難経路を確認しました ・○○先生の講義 ・タウンウォッチング ・危険個所等の防災マップの作成



- 一人ひとりの避難計画を作成（「Myまっふラン」への記入）

--



	日時・場所	参加者	内容
② 一人ひとり の津波避難 計画の集計	【日時】 ●月●日 (●) 午後7時～9時 【場所】 □□□□□□	●●名	●一人ひとりの津波避難計画を集計 し、課題を話し合いました ・事前に作成した一人ひとりの津 波避難計画の集計 ・災害時要援護者の避難、自動車 による避難の話し合い



	日時・場所	参加者	内容
③ 津波避難訓 練の実施 (本日)	【日時】 ●月●日 (●) 朝9時～12時 【場所】 □□□□□□		●津波避難訓練に参加し、評価し ます ・一人ひとりの津波避難計画どおりに避難できたかどうか評価 ・今後の取組について話し合い

①タウンウォッチングと防災マップ作成

【行ってきたこと】

- グループで、避難場所の候補、避難経路の話し合い
- タウンウォッチング
 - ・地震発生時に危険な場所、役に立つところなどを確認。
 - ・歩くのにかかった時間を確認。
- 防災マップの作成
 - ・タウンウォッチング、気づいたことのまとめ。



写真があれば、貼り付けましょう

【主な意見】

-
-
-
-



写真があれば、貼り付けましょう



②一人ひとりの避難計画の集計

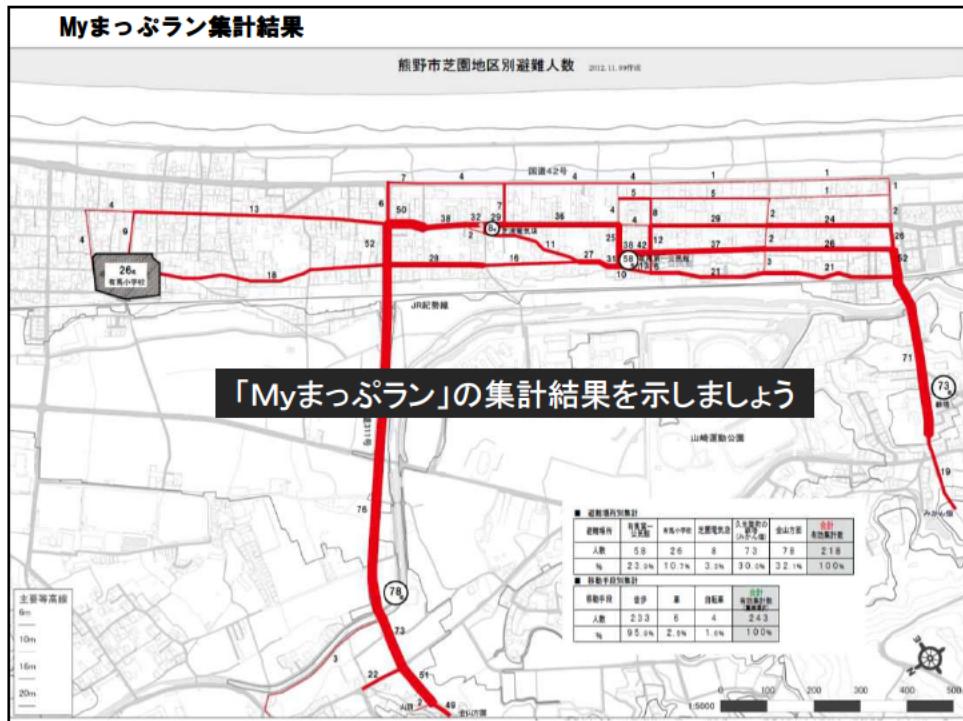
【行ってきたこと】

- Myまっふランの集計
- 避難場所、避難経路の課題を抽出
- 災害時要援護者の避難、自動車による避難について、課題、解決策の話し合い



ワークショップで作成した地図等の
写真があれば、貼り付けましょう

課題	内容	解決策
要援護者の避難	避難ルート 避難方法 避難時間 避難場所	避難ルート 避難方法 避難時間 避難場所
その他	避難ルート 避難方法 避難時間 避難場所	避難ルート 避難方法 避難時間 避難場所
次回避難訓練 ご意見など		第4九一ア 2版



【ワークショップでの主な意見】

	課題	解決策
災害時要援護者の避難	・ ・	・ ・
自動車による避難	・ ・	・ ・
その他	・ ・	・ ・

③本日の津波避難訓練

本日の津波避難訓練の成果、課題をみなさんで話し合いましょう。

①津波避難訓練の振り返り

- 本日の津波避難訓練をふりかえって、
 - ・避難時間はどれくらいかかりましたか。
 - ・目標通りでしたか
- 津波避難訓練でできたこと、できなかったことはありますか。
⇒付箋に書いて、模造紙に貼り付け

②避難場所、避難経路の再確認

- 図面の内容以外に、追加したいことがありますか
(危険個所、改善したほうがよいこと、提案など)
⇒付箋に書いて、大きな図面に貼り付け

2. 今後どうしていったらよいのか

1. 津波避難の基礎知識

(1) 一人ひとりが準備すること、心構え

- ①家具類の転倒・落下防止
- ②けがの防止対策（避難路の確保）
- ③家屋の強度確認（耐震診断、補強）
- ④消火の備え、火災発生防止 等



⑥非常用持ち出し品を用意する



●被災直後の生活を支えるためには、
1人あたり最低3日分の食料品や飲料水などを備蓄。
(水は、1人あたり1日に3リットルが目安)

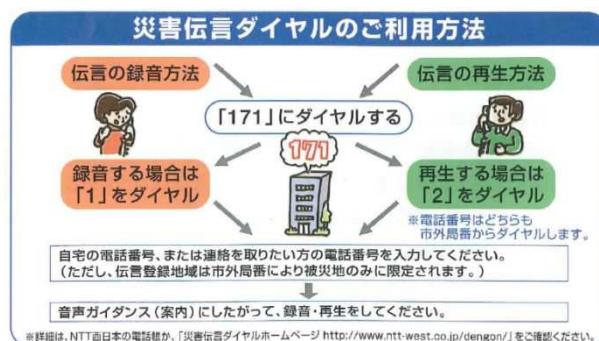


●非常持ち出し品は、リュックに
いれて準備



●その他、お風呂に水をためる等、日頃から準備

- ⑥家族で話し合って決めておく
- 避難場所、避難経路、避難方法
 - 家以外で良くいる場所からの避難、夜間の避難など、いろいろな場面での避難を考えておきましょう。
 - 災害時の安否確認、連絡方法を準備
 - 災害伝言ダイヤル「171」
 - 携帯電話の災害用伝言サービス
(WEBサービストップ画面の「災害伝言版」を選択。
伝言の登録・確認。)



- 津波情報の入手方法の確認
- テレビ、ラジオ（防災行政ラジオ）
 - 市防災行政無線 フリーダイヤル 「●●●●-●●-●●●」
 - 市の土砂災害情報相互通報システム（登録者のみ）
 - 三重県の「防災みえ」メール配信サービス
(a@bosaimie.jp に空メールを送信。設定用メールがくる)

- 災害が起こったときには
- ①身を守る
 - ②火を消す
 - ③扉を開ける
 - ④非常持ち出し袋
 - ⑤安全な場所へ
 - ⑥避難場所へ移動
- 避難のポイント
- ①揺れを感じたらすぐ避難
 - ②津波警報・注意報がでたらすぐ避難

(2) 地域で備えること

- ①津波について話し合う機会を創る
(地区全体、班ごとなど)
- ②定期的に津波避難訓練を実施
 - ・地区の行事に合わせた実施
 - ・季節や時間帯を変えた実施 など
- ③災害時要援護者の避難の方法を話し合う・取り決める
 - ・災害時要援護者の名簿作成、支援する人や避難方法のとりきめ等
- ④自動車による避難についての考え方を話し合う
- ⑤避難場所、避難経路の整備（行政と連携）
- ⑥避難の呼びかけ、安否確認の方法を取り決める

2. ○○地区における津波避難の準備・方法

今後、どうしていったらよいのか、話し合いましょう

①自分で準備することは？

例えば、

- ・「Myまっふラン」を家族・近所の人と相談してつくる
- ・家の耐震補強、家具の転倒防止 など

②地区で準備することは？

例えば、

- ・津波避難訓練を定期的に行う
- ・災害時要援護者の避難方法、自動車による避難の体制をまとめる

③避難するときにとるべき行動は？

例えば、近所に声を掛け合って避難する

④今後の進め方

今後、どのような取組をすれば良いと思いますか？

グループごとに発表

■グループで話し合ったことを発表します

①本日の津波避難訓練の成果、課題

②今後、地区で準備すること

(様式9 第5回コア会議次第)

〇〇市△△町□□地区 津波避難計画作成 第5回 コア会議

次 第

日時：平成●年●月●日（●）

00:00~00:00

場所：□□□□□□

1. あいさつ

2. 議事

（1）これまでの活動の振り返り

（2）地区の津波避難計画（案）について

（3）次年度以降の取組について

3. その他

(様式10 第5回コア会議資料)

○○市△△町□□地区 津波避難計画策定 コア会議

日時：平成●年●月●日（●）

午前9時～12時

場所：□□□□□□

1. これまでの振り返り

【全体の流れ】

これまで、津波について不安に思っていることなどをみなさんといつしょに考えながら、個人個人の津波避難計画の作成と避難訓練を行ってきました。

	日時・場所	参加者	内容
① コア会議	【日時】 ●月●日（●） 午後7時～9時 【場所】 □□□□□□	○○名	●本事業の目的、趣旨 ●■■先生の講演 ●本事業の進め方 ●意見交換

	日時・場所	参加者	内容
② タウン ウォッchin グと防災 マップ作成	【日時】 ●月●日（●） 朝9時～ 12時30分 【場所】 □□□□□□	○○名	●タウンウォッching(まち歩き)し、津波 避難経路を検討しました ・■■先生の講義 ・タウンウォッching ・危険個所等の防災マップの作成

●一人ひとりの避難計画を作成（「Myまっふラン」への記入）

	日時・場所	参加者	内容
③ 一人ひとりの津波避難計画の集計	【日時】 ●月●日（●） 午後7時～9時 【場所】 □□□□□□	〇〇名	●一人ひとりの津波避難計画を集計し、課題を話し合いました ・事前に作成した一人ひとりの津波避難計画の集計 ・災害時要援護者の避難、自動車による避難の話し合い
④ 津波避難訓練の実施とまとめ	【日時】 ●月●日（●） 朝9時～12時 【場所】 □□□□□□	〇〇名	●津波避難訓練に参加し、評価しました ・一人ひとりの避難計画どおりに避難できたかどうか評価 ・今後の取組について話し合い
⑤ コア会議（本日）	【日時】 ●月●日（●） 午後7時～9時 【場所】 □□□□□□	参加者	●これまでの振り返り ●地域の津波避難計画（案） ●今後について

①タウンウォッキングと防災マップ作成

【行ってきたこと】

●○グループで、避難場所の候補、避難経路の話し合い

●タウンウォッキング

- ・地震発生時に危険な場所、役に立つところなどを確認。
- ・歩くのにかかった時間を確認。

●防災マップの作成

- ・タウンウォッキング、気づいたことのまとめ。



写真があれば、貼り付けましょう

【主な意見】

-
-
-
-



写真があれば、貼り付けましょう



②一人ひとりの避難計画の集計

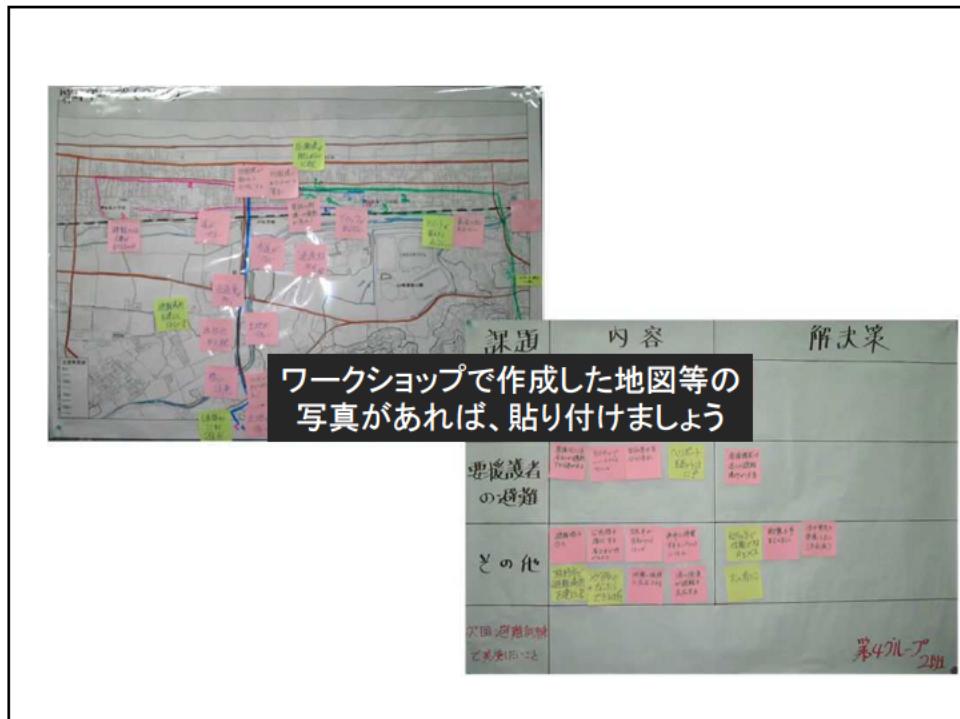
【行ってきたこと】

- Myまっぷランの集計
- 避難場所、避難経路の課題を抽出
- 災害時要援護者の避難、自動車による避難について、課題、解決策の話し合い



写真があれば、貼り付けましょう





【ワークショップでの主な意見】

	課題	解決策
災害時要援護者の避難	・ ・	・ ・
自動車による避難	・ ・	・ ・
その他	・ ・	・ ・

③津波避難訓練の実施とまとめ

【行ってきたこと】

- ①津波避難訓練の実施（9時のサイレンでスタート）
- ②ワークショップ

- 津波避難訓練をふりかえって
 - ・避難時間、目標時間の達成度
 - ・津波避難訓練でできしたこと、できなかったこと
- 避難場所、避難経路の再確認
- 地区における津波避難の準備と方法
 - ・自分で準備すること
 - ・地区で準備すること
 - ・避難するときとるべき行動
 - ・今後の進め方



〇〇市△△町□□地区 津波避難計画(案)

■地区の概況

世帯数	人口	65 歳以上 人口	うち単身	75 歳以上 人口	うち単身
〇〇世帯	〇〇人	〇〇人	〇〇人	〇〇人	〇〇人
—	100%	□□%	□□%	□□%	□□%
災害時要援護者数					
△△人 (80 歳以上) うち独居者が△△人					

■平成23年度 三重県津波浸水予測(M9. 0)

50 cm津波到達時間	最大津波到達時間	最大津波高
〇〇分	〇〇分	〇〇m

■津波避難にむけた地域の目標

《基本目標》

『...』

《今から行う具体的な目標》

-
-
-

■津波から逃れるための準備

自分で準備す ること	<input type="radio"/> <input type="radio"/>
地区で準備す ること (課題)	<input type="radio"/> <input type="radio"/>

■避難方法

災害時要援 護者の避難	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>
自動車によ る避難	<input type="radio"/> <input type="radio"/>

■今後の取組

-
-

■「Myまっぷラン」の評価と参加者の意見(参加者アンケートやワークショップでの意見)

■「Myまっぷラン」についての評価

-
-

■津波避難計画参加者の意見

-
-
-

【問い合わせ先】

〇〇市△△課

電話〇〇-〇〇〇〇 (内線〇〇〇)

地域の津波避難計画図（案）を作成します（タウンウォッチングで作成した防災マップ、「Myまっふラン」の集計結果をもとに作成します）

(様式12 「Myまっふラン」)

() 区 () 番組 () 班

あなたの情報

フリガナ 名前 :	(世帯主)
〒□□□-□□□	
住所 :	
自宅電話番号 : () -	
携帯電話番号 : () -	
メールアドレス :	
勤務先・学校等 :	
明治 大正 生年月日 : 昭和 平成	
血液型 : 型 (RH+ · RH-)	
アレルギー、治療中の疾病、薬剤等	

三重県

三重県沿岸地域 TSUNAMI 避難計画

Myまっふラン



③山折り

家族・友人の連絡先

災害時の安否確認方法について、事前に家族で話し合っておきましょう。

名前	
住所	
電話番号	
メール	

名前	
住所	
電話番号	
メール	

名前	
住所	
電話番号	
メール	

名前	
住所	
電話番号	
メール	

名前	
住所	
電話番号	
メール	

災害用伝言ダイヤル「171」



伝言の録音
① ⑦ ①
↓
1
自宅の電話番号を市外局番からダイヤル
録音

伝言の再生
① ⑦ ①
↓
2
相手の電話番号を市外局番からダイヤル
再生

①山折り

①山折り

①山折り

①山折り

その他、気付いたときに記入欄、書いておきましょう。

○その他、手でかきこみ書きで記入欄を書きましょう。

(防寒具、冬物等)

○スリードライ等使用可能ですか?

○電池使用可能ですか?

Check ○消費期限切れ銀歯等お手元の方ある?

○使用可能ですか?お手元の方ある?

○必要な時お手元の方ある?

○必要な時お手元の方ある?

○必要な時お手元の方ある?

○必要な時お手元の方ある?

○必要な時お手元の方ある?

備中重ね



①山折り

○避難時お手元の方ある?



備中重ね



非常持出袋の点検

地図上に避難路を記入し、実際の歩行にて確認

4. 不安な場所で立ち止まり、書き留めること。



○印を付けてください。



2. 避難手段(歩き等)を記入してください。



3. 電話番号を付けてください。



4. 交通手段(歩き等)を記入してください。



5. 非常持出袋の点検

背面の地図を便りに避難場所・避難経路を

避難場所・避難経路の確認

メモ

地域の図面

(地形、等高線、主要な道路・鉄道・河川・施設等の名称、方位、縮尺をいれる)