

避難のあり方検討会
最終まとめ 総括

いのちを「まもる」
いのちを「つなぐ」

矢守 克也

京都大学防災研究所教授（副所長）

今日のメニュー

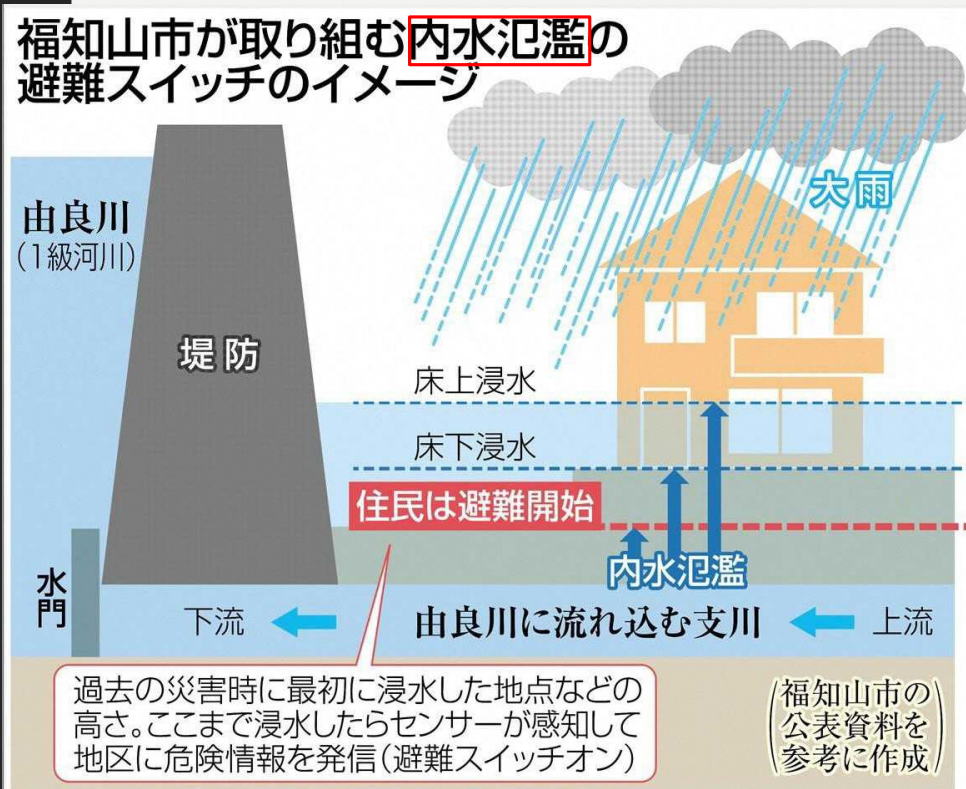
- 自己紹介
- いのちを「まもる」 vs. 「つなぐ」
- 「まもる」：福知山での取り組み
- 「孤立」の実態：能登半島地震、熊本地震など
- 「孤立」から「自立」へ向けて
- 「つなぐ」：福知山での取り組み
- 避難所で、家庭で、クルマで

いのちを「まもる」

第4回福知山市避難のあり方推進懇話会（2025年2月開催）における資料から

内水氾濫

福知山市が取り組む内水氾濫の避難スイッチのイメージ



大江町在田に設置の浸水センサー



浸水センサー設置自治会

	設置自治会	設置台数
R2	5	10
R3	7	14
R4	8	15
R5	2	6
R6	2	4
合計	24	49

(西日本新聞社提供)

福知山市公式防災アプリが登場！

あなたと大切な人の「生命」を守る。

福知山市防災

9月25日(金)

避難指示 発令

防災情報・お知らせ
防災行政無線
地域の危険情報
防災豆知識

周辺検索

インストール

みんなの不安を
まとめて解決します！

無料
で安心！

自分や家族を守る近道は、まず「知ること」
「いつか」じゃなく、
「いまずぐ」インストール！

ご不明点などがございましたら
お気軽にお問い合わせください。

全機対応 0773-24-7503
三和支所 0773-58-3001
高江支所 0773-37-1101
大江支所 0773-56-1101

逃げなきゃコール

災害時、大切な人を守るためあなたの一声で避難の後押し

あなたと相手の
住む地域を登録

もしもの時は！

大切な人に
電話で連絡

アプリ
サービス登録

登録した地域の
災害情報通知

逃げなきゃ
コール

あなたの「逃げてー」が
大切な人の命を救

『福知山市防災』アプリ…19,326人登録
(R7.1末現在)

福知山市民の約4人に1人がダウンロード！
※令和7年1月福知山市人口 74,390人

サポーター募集

命を守るために、今できること

もしもの時に備えて、地域での助け合い「共助」と、行政による「公助」を活用しながら、独り取り残さない防災に取り組みましょう。

今年度からの新たな取り組み

要支援者の避難を支える人材を募集しています

移送サポーター

自衛・具動では避難が難しい要支援者を福祉車両等を使用し、福祉避難所へ広域避難所までの移送を行う運転手、車両の確保をサポートする人材

避難生活サポーター

福祉避難所に避難する要支援者の安心・安全な避難生活を支えるため、福祉避難所の開設・運営を支援できる人材

活動内容

自衛・具動、避難所に必要となる物品の準備や見守り支援を行うなど、安心・安全な避難生活の支援

募集条件

社会福祉協議会が行う研修会を受講すること

募集場所

有償ボランティアとして市より支給
□シエラ福知山会館(☎070-2616-9399)

活動期間

有償ボランティアとして市より支給
□福知山市社会福祉協議会(☎25-3211・☎24-5282)

逃げるための計画づくり

あなたの命を守る「個別避難計画」を作成します

個別避難計画とは、自力での避難が困難な人のうち、家族などの支援が得られない人や、家族だけでは避難が困難な人に対し、個人の具体的な避難支援の方法を定めた計画のこと。

市が福祉専門員と連携し、本人や家族、地域住民などを交えて、避難のタイミングや移送手段、避難場所などを、具体的な個別避難計画を作成します。

□地域包括ケア推進課(☎48-9258・☎22-9073)

いつ、どこに逃げる？

避難のタイミングと避難場所を決めておきましょう

住んでいる地域の危険性や、自分自身の身体の状態に合わせた避難のタイミングと避難場所を考えておきましょう。

自治会などの要望に応じて市が取り付けている「濃水センサー」を地域に設置することで、ひとつの避難タイミングの目安にもなります。

□危機管理課(☎24-7503・☎23-6537)

いざという時に

避難行動要支援者名簿に登録しませんか

本市では、自力での避難が困難な人の名簿を作成しています。名簿は、本人の同意がある場合にのみ、自治会や民生委員、消防団など避難支援に関わる人へ共有され、災害時の安否確認や支援などに使用されます。

家族による代理申請も受け付けています。まずはお気軽にご相談ください。

□社会福祉課(☎24-7088・☎22-6610)

災害が起こる前に、あなたの力をかしてください。

要支援者避難移送サポーターに(有償ボランティア)登録しませんか？

災害時に必要となる高齢者や障害のある人などの「要支援者」を福祉車両を使用し避難所まで移送を行う運転手、車両の乗り回りをサポートする人材を募集します。

要支援者とは

高齢者や障害により自分で避難が困難な方で、個人毎の具体的な避難支援の方法を市が福祉専門員と共同で定めた「個別避難計画」の対象者のことをいいます。

活動内容

自宅から避難所までの移送、非常持ち出し品の確認、車両の確保サポート（災害時に必要となる車両の確保をサポート）

登録

シエラ福知山会館が指定する講習会を受講し、有償ボランティアとして福知山市に登録

登録できる方

普通運転免許をお持ちの方で、心身ともに健康であり、かつ要支援者の避難支援活動に意欲のある方

お問い合わせ先
福知山市社会福祉協議会 地域包括ケア推進課 シエラ福知山会館
☎25-3211 ☎24-5282
FAX: 0773-25-3211 E-mail: shakyo@coral.broba.cc

要支援者避難生活サポーターに(有償ボランティア)登録しませんか？

災害時に高齢者や障害のある人など支援が必要な方が身を寄せる福祉避難所で、専門員とともに避難者を支援いただける要支援者避難生活サポーターを募集します

活動内容

避難者の見守り支援、お話し相手、体調確認、避難所内での環境整備など

登録

福知山市社会福祉協議会が開催するサポーター養成講座(2時間程度・無料)を受講し、有償ボランティアとして福知山市に登録

登録できる方

どなたでも(資格・経験は問いません)
※福知山市内に在住、在勤又は在学の方(12歳以上の方(小学生を除く))
※中堅以上のボランティアである経験者又は成人である方
※ともに活動を行うこと

要支援者とは

高齢者や障害により自分で避難が困難な方で、個人毎の具体的な避難支援の方法を市が福祉専門員と共同で定めた「個別避難計画」の対象者のことをいいます。

福祉避難所とは

要支援者を含む介護が必要な高齢者や障害のある人、一部の避難所では生活に支障がある人を受け入れる施設。福知山市では17施設が指定されています。

お問い合わせ先
社会福祉法人 福知山市社会福祉協議会
TEL: 0773-25-3211 FAX: 0773-24-5282
E-mail: fuku-shakyo@coral.broba.cc

移送サポーター23人

避難生活サポーター22人

要支援者290人に対して不足



いのちを「つなぐ」

【災害関連死の割合】



【熊本地震】

222 / 270人



【能登半島地震】

307 / 535人



24時間で4箇所
「地域の避難所へ」という訓練
だけでいい？

「孤立」 転じて 「自立」 へ向けて

第4回福知山市避難のあり方推進懇話会（2025年2月開催）における資料から

要支援者避難訓練

R6.6.1 五十鈴荘



R6.9.14 三和荘



R6.12.8 グリーンビラ夜久野



R6.12.8 グリーンビラ夜久野



京都府総合防災訓練 兼 福知山市地域防災訓練

日時:令和6年10月27日(日) 9:00~12:00

場所:三段池公園総合体育館

参加機関:福知山市、京都府、医師会、看護協会、日本赤十字社、京都JRAT、DWAT、男女共同参画センター、社会福祉協議会、陸上自衛隊、庵我地区住民など

保健医療福祉調整支部訓練



災害医療救護訓練



マンホールトイレ設営訓練



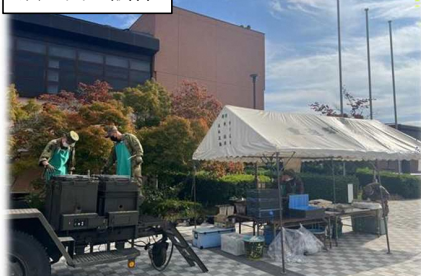
給水訓練



災害VC運営訓練



炊き出し訓練



-25-

当日の大まかな流れ（主にフィードバックに関する部分）

1/10 19 時～



屋上への避難

1/10 19 時 30 分～



「ドントこい」の設置など

1/10 20 時～



食堂で夕食の準備

1/10 22 時～



シェルパーテントの設置

1/11 1 時 30 分～ 6 時ごろ



テレビ会議室で就寝

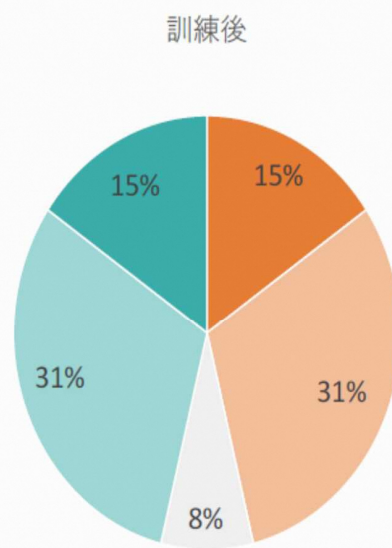
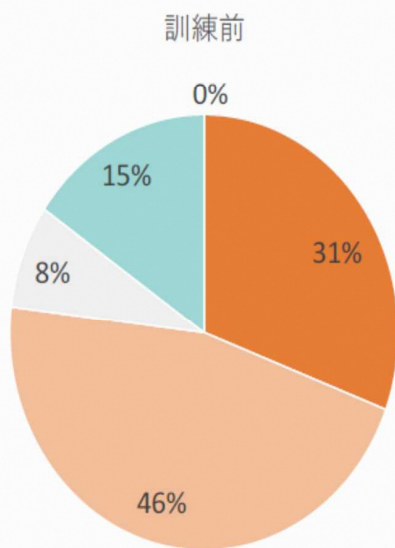
1/11 7 時ごろ



調理室で朝食&総括

南海トラフ地震発生時に...

Q. 大方高校で避難所生活ができると思いますか？



n = 13

■ できると思う ■ ややできると思う ■ どちらでもない ■ あまりできないと思う ■ できないと思う



もしも災害で、電気・ガス・水道のライフラインがストップしてしまったら、自宅での生活はどうなるか。夜間に3時間（19時～）限定の「被災体験」をして、もしもに備えてみませんか？ 備えているつもりでも、見逃していることが見つかるかもしれませんよ！



“うち防災訓練”

在宅避難のススメ

午前8時から翌日午前8時までの24時間

第4回福知山市避難のあり方推進懇話会（2025年2月開催）における資料から

たんたんエナジー × 福知山市 × KCFCA 2年ぶりに帰ってきた！
 京都市地球温暖化防止活動センター

親子で体験 車中泊避難 イベント

しませんか？

「たんたん」おいしい！防災食クッキング
 車の中でお泊り！
 地震体験！

2024年 9/14(土)～15(日)
 16:00 09:00

場所 三和荘 駐車場
 (福知山市三和町寺尾8004-丙)

問い合わせ 福知山市役所 危機管理室
 ☎0773-24-7503

応募 8/31(土)必切
 こちらの2次元コードから→

急げ！前回即満員！
 参加費無料！
 15組限定！

- ・市内在住の小学生を含む家族
- ・応募多数の場合は抽選で参加者を決めさせていただきます。

(主催)福知山市 (協力)たんたんエナジー・京都府地球温暖化防止活動推進センター



炊き出し体験



準備の様子



起震車体験



工作体験



エコノミークラス症候群予防体操



コロナ禍で注目の
車中泊避難の心得

「健康×防災」のこころみ

防災リハ教室：「動けるからだが一番の防災グッズ」



《志和防災リハビリ教室》Open!
 9:30~9:35 高齢者支援課 あいさつ
 9:35~9:50 本日の予定説明
 9:50~10:20 避難広場で防災倉庫紹介
 (ノルディックウォーキングで移動)
 ~休憩タイム~
 10:30~11:30・シニアソロジー
 ・ノルディックエクサイズ
 11:30~11:40 終わりのあいさつ・次回予定

@高知県四万十町

高 知 県 四 万 十 町



「防災リハビリ」が成果



専門家「全国モデルに」

85歳津波避難の脚力回復

【四万十町】四万十町が厚く地区福祉士を派遣し、高齢者に津波避難の体力を維持してもらう「防災リハ教室」が目を惹いた。志和地区では津波避難の体力を維持する「防災リハ教室」が目を惹いた。参加者が、息を高く上げて歩いている。

四万十町

「研究」で、研究として整えられている。志和地区では津波避難の体力を維持する「防災リハ教室」が目を惹いた。参加者が、息を高く上げて歩いている。

【志和地区】津波避難の体力を維持する「防災リハ教室」が目を惹いた。参加者が、息を高く上げて歩いている。

【志和地区】津波避難の体力を維持する「防災リハ教室」が目を惹いた。参加者が、息を高く上げて歩いている。

【志和地区】津波避難の体力を維持する「防災リハ教室」が目を惹いた。参加者が、息を高く上げて歩いている。

【志和地区】津波避難の体力を維持する「防災リハ教室」が目を惹いた。参加者が、息を高く上げて歩いている。

【志和地区】津波避難の体力を維持する「防災リハ教室」が目を惹いた。参加者が、息を高く上げて歩いている。

【志和地区】津波避難の体力を維持する「防災リハ教室」が目を惹いた。参加者が、息を高く上げて歩いている。

【志和地区】津波避難の体力を維持する「防災リハ教室」が目を惹いた。参加者が、息を高く上げて歩いている。

【志和地区】津波避難の体力を維持する「防災リハ教室」が目を惹いた。参加者が、息を高く上げて歩いている。

【志和地区】津波避難の体力を維持する「防災リハ教室」が目を惹いた。参加者が、息を高く上げて歩いている。

【志和地区】津波避難の体力を維持する「防災リハ教室」が目を惹いた。参加者が、息を高く上げて歩いている。

【志和地区】津波避難の体力を維持する「防災リハ教室」が目を惹いた。参加者が、息を高く上げて歩いている。

【志和地区】津波避難の体力を維持する「防災リハ教室」が目を惹いた。参加者が、息を高く上げて歩いている。

2024年度の成果

6分間連続歩行／
四万十町の2つの集落

1回目(6月)の測定の平均値：352.11m
中間(9月)の測定の平均値：355.53m
最終回(3月)の測定の平均値：366.32m
→14.21mの増加！

- ◆足腰が強化されている！
- ◆より遠くまで長い時間しっかり避難できるようになっている！

国土交通省「東日本大震災での徒歩避難者」
平均避難時間：11.2分
平均移動距離：438メートル
平均移動速度：0.55m／秒

日本大震災の津波被災現況調査結果(第3次報告)
<http://www.mlit.go.jp/common/000186474.pdf>

6分間連続で歩き続け
られる距離を測る

平均速度1メートル／秒

14.21mも
増加！



ありがとうございました