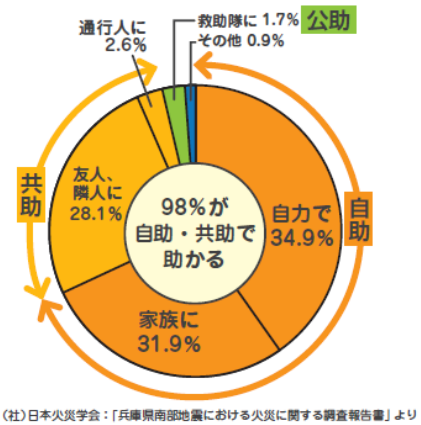
第６章　共　助

地域の皆さんで助け合うこと

日頃から隣近所のコミュニケーションを図ることが大切です。

（１）隣近所の支え合い・助け合い

地震による大きな災害が発生した直後は、行政による支援が間に合わないことが過去の災害の教訓からも明らかになっています。阪神・淡路大震災では、生き埋めになり救助された人の約 98%が自助と共助とで助けられました。

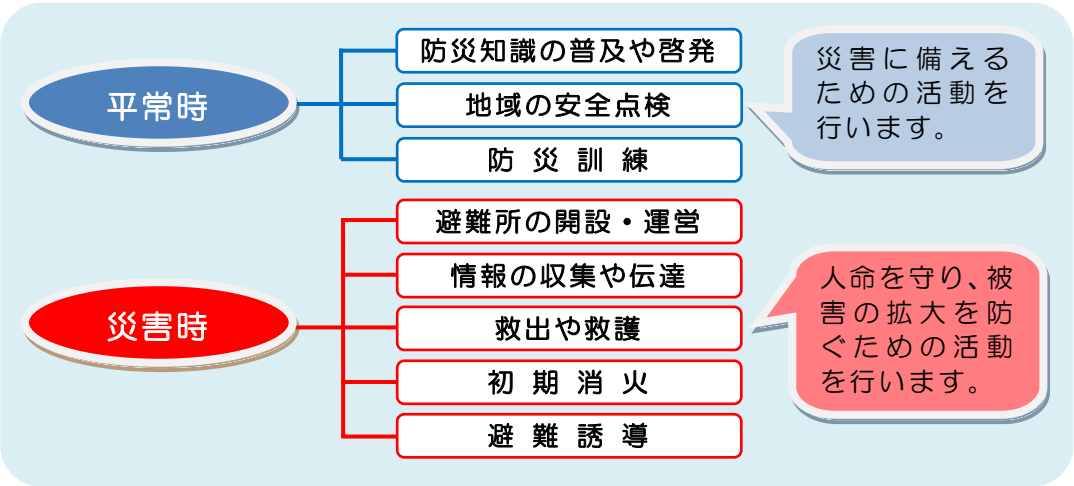


(社)日本火災学会：「兵庫県南部地震における火災に関する調査報告書」より

災害発生時には、まず自分や家族の安全確認をし、次に隣近所の安否確認や救出活動など、隣近所で支え合い、助け合いましょう。

（２）自主防災組織

地域では、防災という共通の目的を持って活動する地域の皆さんで組織された自主防災組織が中心となって、平常時には防災知識の習得のための講演会の開催や各種訓練の実施、災害時には初期消火、救出、救護、避難誘導、避難行動要支援者への支援などの取組みを行います。



①活動内容

●平常時の対応

いざというときに地域の力が発揮できるよう、地域の皆さんで協力して防災活動に取組みます。

ア　防災知識の普及・啓発

防災対策では、地域住民の一人ひとりが防災に関心を持ち、準備することが重要です。地域住民への防災知識の普及や啓発活動を行います。

イ　地域の安全点検

防災の基本は、自分たちの住むまちを知ることです。地域の危険な場所や防災上問題のある場所などを確認し、改善のための働きかけなどを行います。

ウ　備蓄物資・防災資器材の整備

備蓄物資・防災資器材は、災害発生時に活躍します。地域で備蓄物資・防災資器材を整備し、日頃の点検や使い方を確認します。

エ　防災訓練

防災訓練は、いざというとき、あわてず、的確に対応するための欠かせない活動です。地域住民に積極的な参加を呼びかけて、訓練を行います。

●災害時の対応

災害時は、負傷者の発生や火災など様々な事態が発生する可能性があります。区災害対策本部等関係機関とも連携しながら、皆さんで力を合わせて活動します。

ア　情報の収集・伝達

区災害対策本部等関係機関などから正しい情報を収集し、地域住民に伝達します。また、地域の被災状況や火災発生状況などを取りまとめ、区災害対策本部へ報告します。

イ　救出・救助活動

自分自身がケガをしないよう注意しながら、皆さんで協力して負傷者や家屋の下敷きになった人の救出・救助活動を行います。

ウ　初期消火活動

火災の延焼拡大を防ぐための初期消火活動を行います。

エ　医療救護活動

医師の手当てが受けられるまでの間、負傷者の応急手当をして、救護所などへ搬送します。

オ　避難誘導

地域住民を安全な避難場所などへ誘導します。

カ　給食・給水活動

地域で必要な物資を把握し、区災害対策本部とも連携しながら、必要に応じて炊き出しなどの給食・給水活動を行います。

②組織体制（災害対策本部）

災害対策本部の編成（例）

班　名	平常時の役割	災害時の役割
本 部 長 副本部長	全体調整 関係機関との事前調整 組織の統括	関係機関との連絡調整 企画運営 組織の統括 組織内の連絡調整・指揮
総 務 班	全体調整 関係機関との事前調整 避難所の点検 住民に対する防災知識の普及・啓発 防災訓練の実施	組織全般の庶務、全体調整 関係機関との連絡調整 避難所の開設 被害・避難状況の全体把握
情 報 班	啓発・広報	災害情報の収集・伝達 関係機関との情報伝達
初期消火班	器具の整備・点検 地域の防災点検	可搬式ポンプ・消火器などによる初期消火
救出・救護班	資機材・器具の整備・点検	負傷者の救出・応急手当・救護所への搬送
避難誘導班	安否確認のための名簿などの作成 避難経路の点検 防災マップ等の作成 避難行動要支援者支援の検討	住民の安否確認・避難誘導 避難行動要支援者支援
給食・給水班	備蓄物資・器具の整備・点検	炊き出し等の給食・給水活動

③避難所運営委員会

避難所開設当初は、地域の町会役員、地域防災リーダーが中心となり、避難所運営委員会を立ち上げて運営しますが、一定期間経過後は、避難者の中から代表して避難所運営委員会のメンバーを構成します。

避難所運営委員会の編成（例）

部　名	役　割
委 員 長 副委員長	施設管理者や避難所主任等との連絡調整 企画運営、他関係機関等との連絡調整 組織の統括、組織内の連絡調整・指揮
総 務 部	１　避難所の司令塔としての意思決定、指示 ２　区災害対策本部や地域災害対策本部との情報共有や情報連絡及び連絡調整（地域の被害状況、住民の安否情報、ライフラインの状況など） ３　避難者への情報伝達 ４　避難所運営会議の開催 ５　避難所ルールの作成 ６　ボランティア等の人的応援の要請と受入れ ７　取材等への対応 ８　その他、他部に属さないこと
管 理 部	１　避難者の管理 ・避難者の受付 ・避難者の把握、避難者名簿の作成 ・避難者等の出入所管理 ・郵便・宅配便の受付と避難者への手渡し ・在宅避難者、車中泊避難者の把握 ・その他避難者に関すること ２　避難所の管理 ・避難所の施設・設備の安全確認と管理 ・避難所の配置、避難者スペースの配分・誘導 ・看板の設置 ・避難所の居室、トイレ、給水所、ごみの集約、清掃、ペットコーナー等の運用管理 ・相談窓口の設置 ・防火・防犯対策 ・その他施設に関すること
救 護 部	１　救護室の設置・運営（応急救護所の確保を含む） ２　傷病者の応急処置、救護・把握及び（総務部を通じて）区災害対策本部等と連絡調整 ３　要配慮者の把握と対応（福祉避難室の設置・運営） ４　区災害対策本部との連携による福祉避難所、緊急入所施設への移送 ５　医薬品の調達・在庫管理 ６　避難所、避難者の衛生管理 ７　その他救護に関すること

食 糧 部	１ 食料、飲料水等の受入れ・管理・配給 ２ 食料の炊き出し ３ 他の避難所との炊き出し等の連携 ４ その他食料、飲料水に関すること
物 資 部	１ 生活用品、生活用水等の受入れ・管理・配給 ２ その他物資に関すること

[大阪市避難所開設・運営ガイドライン準拠]

④自主防災訓練の実施

災害発生時、地域住民が適切な行動ができるよう、地域の実情に応じた自主防災訓練を毎年実施します。

⑤避難所、器具、資器材、備蓄物資等の点検

避難所、器具、資器材、備蓄物資等の点検を定期的に実施します。

（３）地区防災計画

地区防災計画は、地域の住民や事業者の方々が作成する、地域の防災活動に関する内容を定めた計画です。

自主防災組織等が中心となって、組織体制や地域の実情に応じた防災訓練の実施など、地域の自発的な「共助」による防災活動を地域ごとの防災計画として定めておくことが必要です。

（４）地域防災への多様な主体の参画

東日本大震災や令和６年能登半島地震の経験をふまえ、特に避難所運営や物資の提供等にあたって女性の視点が重要とされ、国の防災基本計画や大阪市地域防災計画においても防災における多様な主体の参画が必要とされています。地域においても男女共同参画や高齢者、障がい者、ボランティア団体等、多様な主体の地域防災活動への参画を促進する必要があります。

（５）地域の防災活動への参加

それぞれの地域において、自主防災組織等が中心となって、地域の実情に応じた防災訓練等の様々な防災活動が行われています。お住まいの地域の自主防災組織等が行う訓練等の防災活動に積極的に参加し、日ごろから備えておくことが必要です。

★地域防災リーダー

大阪市では、地域における防災機能を強化し、活性化するために住民による防災活動の中心となる地域防災リーダーを組織しています。

防災地域防災リーダーは、災害時に率先して隣接住民を初期消火や救出救護活動に導き、平常時には地域の人たちと防災意識の習得に取組んでいます。

★女性防火クラブ

家庭からの出火防止と災害による被害の軽減を図ることを目的に、東住吉区地域振興会女性部会員で組織された団体です。

クラブ員は、平常時には防火・防災知識の普及啓発や技術の習得などの活動を行い、災害発生時には、避難誘導や近隣者への災害広報などの活動を行います。

東住吉区では消防署と連携して、地域防災活動の中心となる地域防災リーダーや女性防火クラブ員の育成と連携強化に取組んでいます。

（６）事業者の自主防災活動の推進

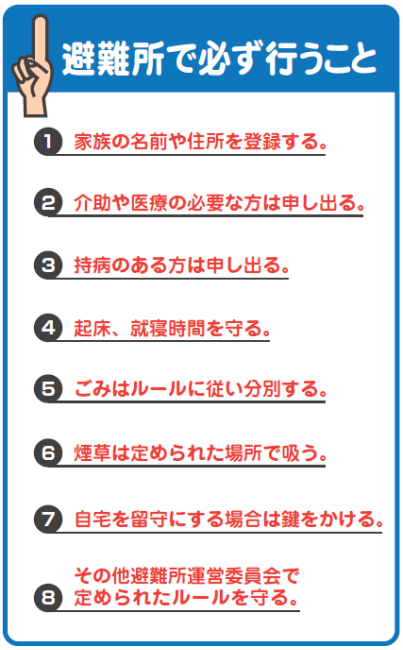
地域の防災力を一層強化するためには、市民や自主防災組織だけではなく、地域の構成員として地域に所在する事業者の協力が不可欠です。

事業所等の安全確保や災害時の事業継続はもとより、日頃から地域の防災訓練等への参加や、災害時における資器材や役務等の提供体制の整備など、市民や自主防災組織等と連携して積極的に自主防災活動に取組むことが必要です。

（７）避難所生活

避難所では、多くの人と共同生活を送ることになります。プライバシーの確保が難しいなど、不自由なことがたくさんありますが、決められたルールはみんなで守り、「自分たちのことは自分たちで」を基本に、お互いに協力しあい、譲り合うことが大切です。

☞参考資料編 「避難所生活の心得」



（８）避難行動要支援者等への支援

高齢者や障がい者など、災害時の避難に支援が必要な方を地域住民の助け合いによって救助することが重要です。

要支援者が必要とする支援は、移動の介助や情報の提供、避難所での配慮などさまざまです。

一方、支援を要する人も、得意な分野で他の人を支援できる場合もあります。それぞれの個人のできることをわかりあい、非常時に支えあえる関係づくりが大切です。

いざという時の避難やその方法などについて、日頃から隣近所でお互いに確認しておきましょう。

～地域で支え合いの仕組みをつくりましょう～

①「避難行動要支援者支援計画」をつくりましょう

要支援者情報の収集・管理方法、支援内容や支援者の選出方法などのルールを「避難行動要支援者支援計画」として策定し、地域内に広く周知しましょう。

②要支援者の情報を集めましょう

まずは自主防災組織が要支援者支援について周知し、自発的に手を上げるように呼びかける「手上げ方式」により要支援者の情報を集めましょう。

③支援者を決めましょう

できるだけ早く駆けつけられるようなるべく身近な人たちが望まれます。

④避難支援プラン（個別計画）をつくりましょう

災害が発生した時に、高齢者等避難などの災害に関連した情報をどのように伝達するか、どこの避難所や避難場所に行くか支援は誰が行うかなども事前に決めておきましょう。