

まつもと防災だより

創刊号

令和8年8月21日

松本市 防災連合会 防災士会

はじめに

7月には熊本県で震度7の大地震、8月には千葉県でレベル5相当の大雨が発生するなど、全国各地で自然災害が相次いでいます。被災された皆様、対応にあたる関係機関の皆様には心よりお見舞い申し上げますとともに、一日も早い復旧・復興をお祈りいたします。

また、各地の防災士の皆様には、それぞれの地域で引き続きお力添えをいただきますようお願い申し上げます。

1. 創刊号ご挨拶

防災士会は、防災士一人ひとりの知識・技能の向上と、その力を地域で活かす活動の広がりを目指しています。

「学び、備え、支え合う地域づくり」を合言葉に、住民の皆さんと共に防災力を高め、災害から命と暮らしを守る体制づくりを進めてまいります。

なお、本広報紙の発行につきましては、準備に時間を要したことから、当初の予定より遅れての創刊号となりました。関係者の皆様にはご心配とご迷惑をおかけしましたことをお詫び申し上げます。

今後は、より充実した内容をお届けできるよう、防災士の皆様からの情報提供や活動報告、紙面づくりへのご協力をお願い申し上げます。皆様と共に育てていく広報紙として、地域防災力の向上に役立つ情報発信を進めてまいります。

2. 令和8年度総会報告

7月30日に実施された松本市防災士会総会では、昨年度に行った研修・訓練・地域支援などの活動報告、防災士部会の名称変更等規約改定の承認、今年度の事業計画の確認、役員改選の案内を行い、防災士同士が意見交換をしながら今後の活動方針を共有しました。地域の防災力を高めるために、今年度も防災士一人ひとりが力を発揮できる体制づくりを進めていきます。

3. 各分科会の活動

会員は増加傾向にあり、現在、64名の会員が登録されています。最近入会されたばかりの会員の方もいらっしゃいますので、防災士会の3つの分科会についてご紹介いたします。

ア 地域防災推進分科会

- ・地域防災推進分科会は、防災士の知識・技術向上と、地区防災力の強化を目的に活動する。
- ・研修会や防災訓練への参加を通じて実践力を高め、地区防災計画づくりを支援する。
- ・アンケート調査や防災アセスメント情報を活用し、地域の課題を把握して改善策を提案する。
- ・行政・社協・消防団など外部機関との連携を強化し、安否確認システム構築や防災行政への提言にも取り組み、地域の共助力向上を重視する分科会。

イ 救助分科会

- ・救助分科会は、大規模地震の教訓を学ぶ研修会や、消防署と連携した実践的な救助訓練を中心に活動する。
- ・救助の重要性を広く伝え、災害時に「助かる命を助ける」ための技術・判断力を高めることを目的とする。
- ・炊き出し体験を含む1日訓練を計画し、参加者同士の協力体制を育成し、町会や地域での救助訓練支援にも出向く。
- ・訓練内容の改善や参加者募集方法の工夫など、継続的な質向上にも取り組む。

ウ 避難所分科会

- ・避難所分科会は、松本市指定避難所の運営力向上を目的に、HUG を用いた机上訓練や避難所設営訓練を企画・実施する。
- ・被災シナリオ作成、模範解答、記録様式準備など事前準備を丁寧に行い、参加者が避難所運営の流れを理解できるようにする。
- ・清水小学校など地域の避難所訓練にも参画し、住民への寄り添い支援を行う。防災士の役割分担やスタッフ育成を重視し、地域避難所運営の実効性を高める活動を展開する。

4. 防災セミナー報告

・「白馬の奇跡はなぜ起きたか？」(主催:救助分科会)

・7/4(土)9:00-12:00 松本市防災物資ターミナル会議室

7月4日、松本市防災物資ターミナル会議室にて、防災士部会救助分科会主催・危機管理課共催による「神城断層地震講演会(白馬の奇跡はなぜ起きたか)」を開催し、約30名が参加しました。

第1部では「能登半島地震から学ぶ今後の震災対策」ビデオを視聴し、近年の災害事例から地域の備えを再確認しました。

第2部では、白馬村で被災し救助活動にも携わった富山正明氏より、2014年神城断層地震で犠牲者ゼロにつながった背景として、地域の顔の見える関係、宿泊施設との協定、外国人観光客対応の課題などが語られました。質疑では「名簿がなくても顔見知りで安否確認ができた」「コミュニティ形成の重要性」「パニックを抑える訓練」「救助資機材の備え」「組に入っていない住民との関わり方」など、地域防災に直結する具体的な意見交換が行われました。

なお救助分科会では、今回の講演内容を踏まえ、11月1日に一日がかりの救助訓練を計画しています。地域の救助力向上に向け、ぜひ多くの皆様の参加をお願いいたします。



5. 令和8年度 防災イベント情報

防災士会広報誌への情報提供のあった防災イベント一覧表となります。

実施 月	内 容	主催 or 問い合わせ先
7月	7/4(土) 防災セミナー「白馬の奇跡はなぜ起きたか？」 7/30(木) 防災士会令和8年度総会	救助分科会 防災士会事務局(危機管理課)
8月	8/22(土) ジェンダー平等センター防災講座1回目	ジェンダー平等センター
9月	9/19(土) 第1回 防災サロン(座談会)城東公民館 9/27(日) 旭町小学校避難所訓練(在宅避難とは)	地域防災推進分科会 旭町小学校避難所運営委員会
10月	10/3、4(土、日) イオンモール松本イベント「まちのお仕事体験」 10/4(日) 庄内地区豊田町防災研修(応急手当) 10/24(土) 松本市総合防災訓練(松本城公園等) 10/25(日) 長野県総合防災訓練(大町市)	危機管理課 庄内地区豊田町町会 防災士会事務局(危機管理課) 長野県危機管理防災課
11月	11/1(日) 一日救助訓練／炊き出し訓練 11/3(火) まつもと市民祭 防災ブースの出展 11/8(日) 庄内地区豊田町防災訓練(心肺蘇生) 11/? 防災士会 臨時総会 11/28(土) ジェンダー平等センター防災講座2回目 11/29(日) 清水小学校避難所訓練 11/29(日) 城北公民館要支援者優先避難所開設実証実験	救助分科会 危機管理課 庄内地区豊田町町会 防災士会事務局(危機管理課) ジェンダー平等センター 東部地区防災部／避難所分科会 城北公民館避難所管理委員会
12月		
1月		
2月		
3月	3/11(木) 松本市一斉防災訓練(シェイクアウト訓練)	危機管理課

6. リレーコラム（第1回目） 災害対策における「地図」の力 宮澤重義

リレーコラムの1回目に、私の本業である地図の話をしていただきます。（‘◇’）

自治体／消防／自衛隊／自主防災組織の方へ、目的に応じた地図の製作と運用支援を行っています。災害時にまず必要なのは「状況を正しくつかむこと」です。けれど、実際の現場では情報が錯綜し、何から手をつけるべきか判断が難しくなります。そんな時に力を発揮するのが“地図”です。地図は地域の弱点や危険箇所を見える形にし、行動の優先順位を決める助けになります。

■ 平常時こそ、地図が地域の姿を教えてくれる

地図を見ると、普段は気づきにくい課題が浮かび上がります。狭い道路、急坂、高齢者の多いエリア、河川や用水路との位置関係など、文字だけでは見落としがちな情報も一目で把握できます。防災の準備は、まず地図を広げることから始まります。

■ 災害時、地図は“混乱を整理する道具”

冠水、倒木、連絡不能など、災害時には多くの情報が同時に入ります。これらを地図に書き込むことで、危険な場所や対応の優先順位が自然と見えてきます。地図は静かに現場を支える参謀役です。

■ 地図は地域の“共通言語”

防災は多くの立場の人が協力して進めるものです。地図を前にすれば、誰もが同じイメージを共有できます。「この道が塞がると町が孤立する」「この橋が使えないと避難ルートが一本になる」など、意思決定がスムーズになります。

■ “地図をつくる”ことが防災力を高める

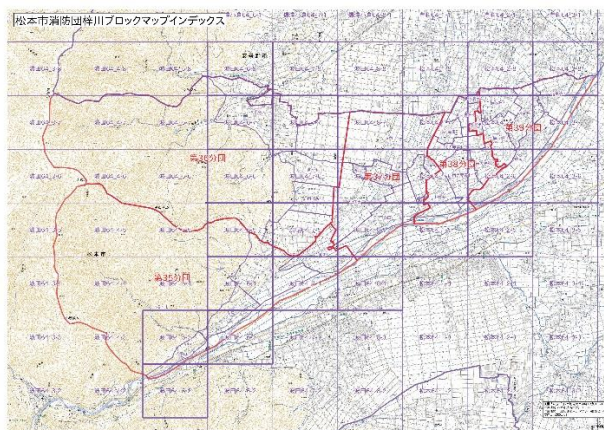
配布された地図を見るだけでなく、自分たちで地域の地図を作ることは大きな力になります。危険箇所を歩いて確認し書き込む、班ごとの巡回ルートを描くなど、作業を通じて地域への理解が深まり、災害に強い目が育ちます。

地図は身近で頼れる防災ツールです。次の災害がいつ起きるかは分かりませんが、地図を使った準備は今日から始められます。自主防災組織や防災士の皆さんに、ぜひ取り組んでいただきたい視点です。色んな地図／使い方を紹介できますので、興味のある方はお声がけください。

一般社団法人 UTM グリッド推進センター <https://utmgrid.org> メール：miyazawa@utmgrid.org



2025 年 緊急消防援助隊関東ブロック合同訓練



梓川地区住宅マップインデックス(消防団・町会用)

7. 防災士一口メモ

災害は、いつ・どこで起こるか分かりません。しかし、日ごろの小さな備えが、いざという時の大きな安心につながります。防災は特別なことではなく、毎日の暮らしの中で少しずつ整えていくものです。

防災は、「いつかやること」ではなく、「今日ひとつ始めること」です。家具を一つ固定する、水を一本多めに買う、家族と避難場所を確認する。その小さな行動が、あなたと大切な人の命を守る第一歩になります。

＊まずは「家の中の安全」から

大きな地震では、家具の転倒や落下物による「けが」が多く発生します。「家具は倒れるもの」と考え、背の高い家具は壁に固定し、寝る場所や出入口の近くにはできるだけ物を置かないようにしましょう。枕元には、懐中電灯、スリッパ、笛を置いておくと、夜間の停電やガラスの破片にも対応しやすくなります。

＊備蓄は「無理なく続ける」ことが大切

水は一人一日 3 リットルを目安に、食料は最低 3 日分、できれば一週間分を備えておくと安心です。特別な非常食だけを買ってそろえるのではなく、普段食べている缶詰、レトルト食品、乾麺、飲み物などを少し多めに買い、使った分を買い足す「ローリングストック」を取り入れましょう。

8. 編集後記

創刊号をお読みいただきありがとうございます。今回の制作では、防災士の皆さんの思いや活動を分かりやすく伝えることを心がけました。総会で交わされた意見からも、地域の防災力を高めたいという熱意を強く感じています。広報紙をより充実させるため、編集スタッフを募集しています。興味のある方はぜひ一緒に紙面づくりに参加してください。次号もどうぞご期待ください。