

An aerial photograph showing a collapsed red truss bridge over a wide, muddy river. The bridge's structure is partially submerged and tilted. To the left of the river, a road and a railway track are visible, with some construction equipment and barriers near the water's edge. The overall scene suggests a major disaster, likely a flood or earthquake.

地域を守るために
— 災害への備えを共に考える

上田市防災シンポジウム2024

上田市自治会連合会長 中村 彰

2019年10月12日 東日本台風に伴う千曲川越水災害
指定緊急避難所『上田市立第二中学校』（上田城跡公園前）



右側建物の2階がアリーナ(体育館)、1階が柔・剣道場 2

◇続々と避難者がやって来た。自治会ごとの受付で、氏名・住所・連絡先を記入





学校長のご厚意で非指定の柔道場と剣道場を開放！







指定緊急避難所・第二中学校 当日の状況から

◇ 避難者数：440名程（173世帯・団体等）

内訳 … 南部地区（天神地籍） 350名

右岸（主として塩尻） 51名

左岸 17名

市外&県外 2名

JR&しなの鉄道職員 10名程

避難車両の中で 10名程

◇ 避難車両：約160台

避難所には いろいろな人が避難して来た

- ◇ お年寄りを気遣いながらのご家族
- ◇ 赤ちゃんと子どもを連れのお母さん
- ◇ 障がいをお持ちの方
- ◇ 車椅子を必要とする方が ご家族に支えられて
- ◇ 猫や犬をケージに入れて避難してきたご家族
- ◇ 小型犬、大型犬と一緒に避難してきたご家族
- ◇ 外国籍の方、観光客、対岸の自宅へ帰れない人

避難所では、いろいろな配慮が必要

- ◇ 一時的とはいえ、全員体育館で良いのか？
- ◇ 犬や猫の苦手な人もいる！
- ◇ 早く横になりたい人もいるのでは？
- ◇ 子どもたちは友だち同士で遊びたい！
- ◇ 毛布が欲しい、でも全員分の備蓄はない…
- ◇ 眠りたいけど、明る過ぎて眠れない…
- ◇ スペース確保の譲り合い!?
- ◇ 具合が悪い、動悸がする、等々

南部地区9自治会による災害図上訓練 ①

図上訓練（避難所運営をイメージする） HUG



南部地区9自治会による災害図上訓練 ②

図上訓練（地域を取り巻く環境を知る） DIG



避難所図上訓練を 実際の避難所で体験訓練してみた



◇コロナ禍での収容人数は、およそ80名が限度だと分かり、訓練参加者皆が「もしもの場合どうするか?!」 答えが出ない状況。

地域における自主防災活動

南部地区9自治会の合同訓練取り組みについて ①



起震車体験



非常時トイレ



本物の消火器を使っでの消火体験

地域における自主防災活動

南部地区9自治会の合同訓練取り組みについて ②



煙体験



簡易浄化した
プールの水を
飲んでみよう



AED操作訓練

地域における自主防災活動

大手町自治会の取り組みについて ①



ダンボールのトイレ（防災グッズ）を使ってみよう

ダンボールのトイレ(防災グッズ)
を組み立ててみよう



地域における自主防災活動

大手町自治会の取り組みについて ②



非常食（市備蓄庫）を
食べてみよう

応急救護の訓練



防災訓練実施に際して心掛けたこと (実施への思い)

▶ 「地域は住民が自らの手で守る」ことの意識づけ

- … 大規模災害時、市や消防・消防団はすぐに助けには来てくれない、来られない。
「では、どうする?」「何ができる?」

▶ 保護者や子どもを巻き込む

- … P T A作業など若い世代が参加している行事に合わせて実施したらどうか!
アウトリーチでやってみよう!
- … 地震体験車等を配置することで興味、関心を引くように。

▶ 地区を守る消防団の活動への理解

- … 地域を守る消防団員の勇姿を住民に見てもらいたい。
- … 次世代を担う子どもたちへ引き継がれていくように。

『災害時の救助・救援・避難誘導に資する』 “相互理解体験” 訓練

その人の身になってやってみなけりゃ、わからない
⇒ 実際にやってみた！

- ◇ 高齢者の疑似体験と誘導訓練
- ◇ 視覚障がい者、聴覚障がい者の誘導訓練
- ◇ 発達障がい系の人との関わりと誘導訓練

協力機関＆団体 … 市社会福祉協議会ボランティアセンター
上小圏域障害者総合支援センター
当事者団体＆当事者

『災害時の救助・救援・避難誘導に資する』 “相互理解体験” 訓練



目の御不自由な方
(盲導犬)



耳の御不自由な方
(手話言語)



実際に模擬体験してみる

地域には、様々な障がいをお持ちの方が普通に居ることを再認識しましょう！

- ◇ 身体障がい、視覚障がい、聴覚障がい、肢体不自由、知的障がい、精神障がい、発達障がい
… 皆さんの周りにも、きっと誰か居るはず！…
- ◇ 障がいをお持ちの方には“福祉避難所”が設けられていますが、その数は少なく、そこまで行くことが大変だったり、躊躇して行かなかったり…、迷惑を掛けたくないという思いから、自宅に留まって居る傾向にあります。
- ◇ 行動障がいの方、落ち着かない方、大声を出す方等は、特に広い空間の中で過ごすことは苦手です。
- ◇ 少しの教室でも使えたらいいのになぁ…と思う方もいるのでは？

地域における自主防災活動

① 人が住めば地域、誰もが地域に住んでいる！

- ◇ 自分が住むのは地域。
- ◇ 地域を守るのは、そこに住む自分！

② お隣ご近所とのつながりを大切に！

- ◇ 先ずは あいさつ 自分から！

③ 地域の活動には参加を！

- ◇ 先ずは 興味関心のあるものから！

ご清聴ありがとうございました。

一夜明けたグラウンド ほとんどの車が家路に！



上田市消防団



消防団の組織と活動

団長 福澤 賢治

令和6年12月14日

上田市消防団の団員

令和6年11月4日現在の団員人数
1,581名（85.45%）

現在上田市消防団では82名の女性団員
が活躍しています

平均年齢：**38.4**歳

被雇用者：**8**割

上田市消防団 組織図

8 方面隊
29 分団



消防団本部組織



上田市の過去 の災害について







1) 有事の活動

火災発生時の消火活動

災害発生時の警戒・防災活動

災害現場での救助・救護活動

行方不明者の搜索

2) 平時の活動

各種訓練(消火・水防・救護)

火災予防広報活動

防災啓発活動

花火大会の警備・警戒



放水訓練



救護訓練



予防広報・啓発活動



今後の課題

地域総参加

- 一人一人が責任を果たす

若い力（防災教育）

- 未来を担う人材育成







ご静聴ありがとうございました

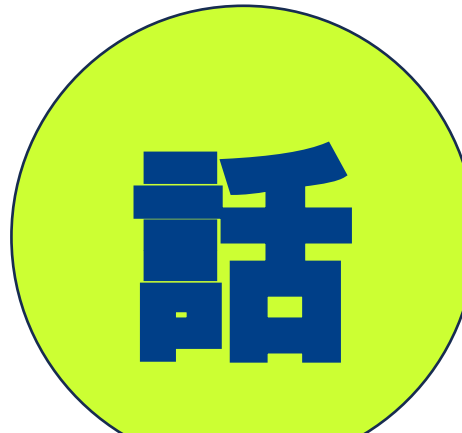
地域を守る 災害への備え

自助・共助・公助



物

備蓄
非常持出



話

地域での
話し合い



決

災害時
のきまり

上田市防災士等連絡協議会
会長 西藤 直義

UDPC上田市防災士等連絡協議会

メンバー

防災士及び各分野で専門知識を有する者、医療関係者、メディアなどそれぞれの分野で防災活動に関心を持つ者で構成、上田市各地域で防災講演会や上田市住民自治組織の防災活動の指導協力、また自主防災組織の活性化に関する指導アドバイスを行っている。

防災士

防災に対する知識や技能を持つ者 民間資格
特定非営利法人日本防災士機構の認証資格



長野県・信州大学共同研究

防災人材育成モデル地区形成事業

地域住民・学校・行政・大学が連携して、防災コア人材を中心に
平時から地域防災活動に取り組める仕組みを創出

- ・地域防災を担う**防災コア人材**の育成
- ・防災活動先進**モデル地区**の形成

R5年度より、長野市松代地区 上田市真田町長地区でスタート

発災から避難所開設、初期運営については

地域住民主体の対応が必要

そのためには

防災コア人材の育成が鍵

避難行動》避難誘導》避難所開設》避難所運営

防災コア人材のめざす姿

- 1 避難誘導が出来る
- 2 地域の防災訓練での指導が出来る
- 3 個別避難計画(要配慮者マップ)作成の指導が出来る

ハザードマップを理解し指導 DID・HUG・防災訓練等のファシリテート

防災リーダーとしての知識と実務経験



活動



活動から生まれた実行性のある提案

- ◇ 避難 レベル2で役員は公民館へ集合 避難所を開ける
レベル3になる前の対応が必要(レベル3高齢者等
避難に備える)
- ◇ 目に見える避難基準を作る 橋脚に水位標識(ライン)を
付ける (現在実施に向け検討中)
- ◇ レベル2で要援護者に避難準備を促す いつでも避難が出
来るように
- ◇ 避難のタイミングについては『キクもん』(上田市真田地
域コミュニケーションアプリ)を活用、いち早い避難を促す

住民参加の防災活動

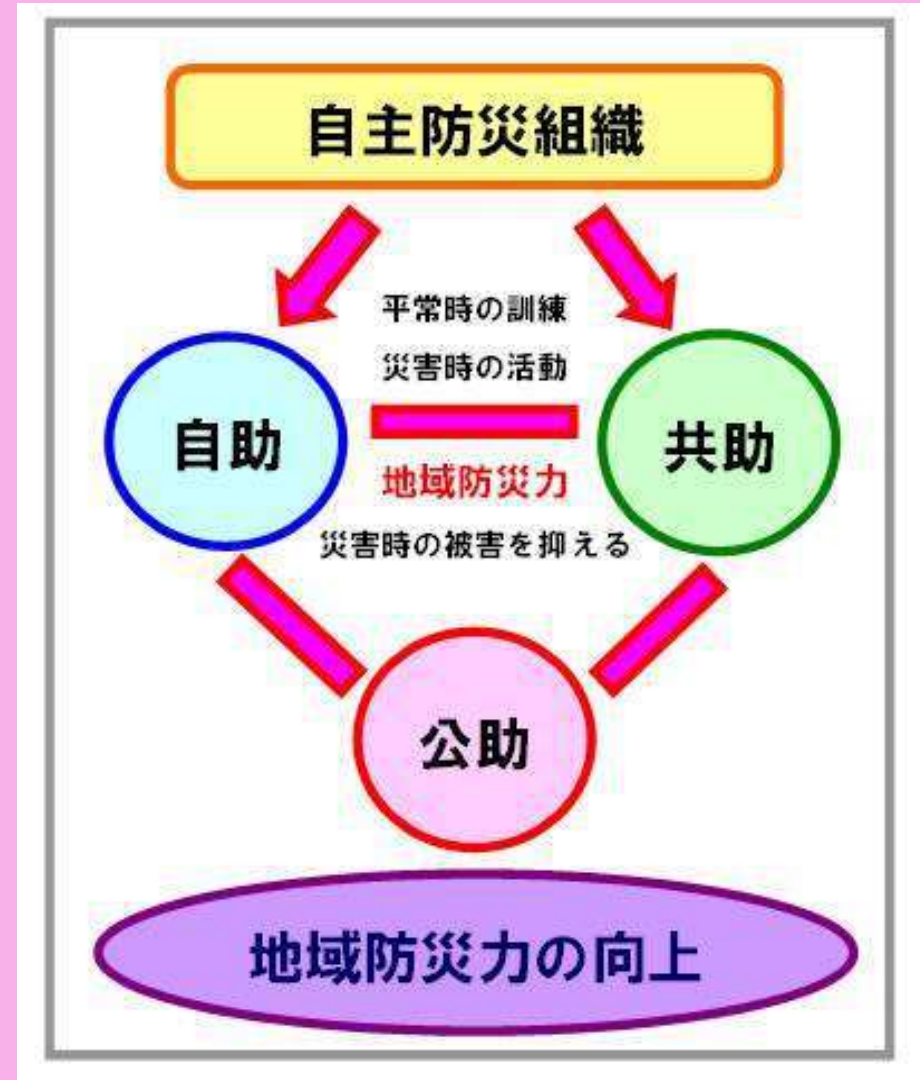
防災は市民人ひとりが担当者

現在 そして明日に向け

住民 自治会 自主防災組織 消防団
学校 メディアなど幅ひろく連携を持ち
行政とタイアップした地域防災の確立に
向け活動が続けられています。

上田市住民自治組織

真田の郷まちづくり推進会議



上田市防災シンポジウム2024

地域を守るため

— 災害への備えを共に考える —

上田文化会館ホール 令和6年12月14日[土] 9:30-12:00



上小圏域障害者総合支援センター
(日本相談支援専門員協会 顧問)

所長 橋詰 正



はじまりは、東日本大震災から……。

(平成23年3月11日 午後2時46分)



2016 熊本地震
被災地支援の活動へ

平成28年4月14日 午後9時26分
16日 午後1時25分



熊本県庁
庁舎内
1Fフロアーは、
避難所となる

壊滅的被災地を現地相談員と同行
(被災した相談支援専門員が、被災地の障がい者の相談を展開している光景に、胸が熱くなる……)

震災直後～日本相談支援専門員協会の支援活動

被災された地域の相談支援事業所(相談支援専門員)

派遣される相談支援専門員(NSK)

被災された市町村(県・市町村障害福祉担当者)

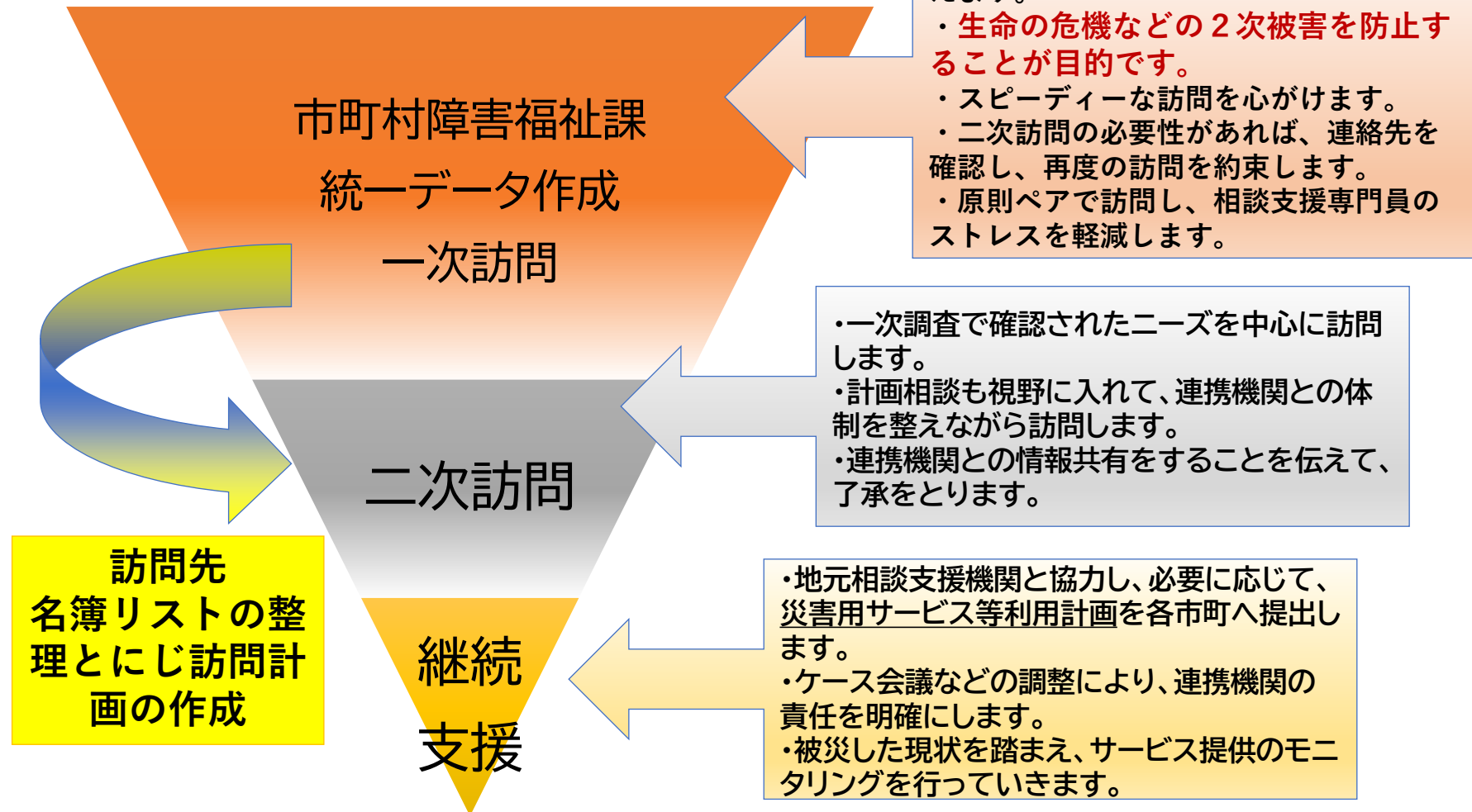
生活・情報環境

緊急ニーズ

被災高齢者等把握事業

大規模災害時の障がい者戸別訪問の流れと留意事項
(全国の相談支援専門員による災害地域派遣)

東日本大震災・熊本地震・能登半島地震への派遣



石川県保健福祉部からの依頼 【被災高齢者等把握事業】

震災後、被災地のニーズ ①

現地ニーズに応じた支援が不可欠

避難所



避難所にマッチング(集団不適應、こだわりなど)できない方がいる。



その多くが精神障害、精神通院、
訪問看護のみ、生活困窮、サービス未利用者

住まいの場が分散する



- ① 1.5次、2次避難所
- ② 福祉避難所
- ③ 倒壊リスクの高い自宅

ここを助けてほしい

A:避難所の巡回訪問 → 対象者の洗い出し

B:倒壊リスクの高い自宅に居る → ローラー作戦

⇒ このカテゴリーの方々の受け皿を、人的、地域資源的も含めてコーディネートしてほしい

東日本大震災・熊本地震・能登半島地震への被災地支援の教訓

- 改めて「平時にできないことは、非常時には絶対にできない」ことを痛感した。
- だからこそ、日々の業務を通じ本人や家族、支援チーム「かなざわ安心プラン」を見直し続け、本人の望む暮らしを実現するという視点でも、また非日常の不安を軽減するという視点でも、プランの実効性を高めていくことが重要だと感じている。
- 今、目の前にある困難に立ち向かうためにも、次の「まさか」に備えていくためにも、これからも相談支援専門員の仲間が一丸となり、現状に満足することなく研鑽し、できない理由をみつけ言い訳することなく、「チーム金沢」として歩み続けていかなければ...

平時にできないことは非常時に絶対にできない
平時から支援を受け入れるイメージと理解がないと支援
体制は組めない

長野県・上田市における 台風19号豪雨災害の記憶

【上田市障がい者安否確認事業】

障がい者データーの統一化とマッピング準備

【災害時支援対応経過】

- ① 広域支援調整でのジレンマ
- ② 上田市での災害時安否確認事業実践
- ③ 平時から進める災害時支援連携体制
 - ・令和7年度 BCPの義務化と避難誘導訓練の検討
(サービス提供事業所が、災害時も業務を継続するための計画)

大規模災害への派遣事業からの考察

1. 被災地では、被災者支援の大混乱の中で、様々な調整機能を果たさなければならない。
2. 一次避難所・福祉避難所の受け入れに対応できない障がい者・家族のフォローも同時に考えなければならない。（自主避難場所・車中生活者・倒壊家屋に住み続ける人たち）
3. 全てにおいて、マンパワー不足への外部応援へのオーダーが出せる平時の準備必要。

■医療的ケアはありますか？

医療的ケアの内容										
医療的ケアに電源が必要 (備蓄電源の有無)	☐	必要	☐	不要						
	備蓄電源	☐	あり	☐	なし					
体の状態										
医療機関名					電話番号					
備考										

■必要な支援										
・避難移動の時										
・避難生活の時										

■避難支援者					
	ふりがな 氏名	続柄	住所	到着までに かかる時間	携帯電話番号
①				分	
②				分	

■必要なそなえ										

令和	年	月	日							
	この情報を災害時の救命と支援のために、消防、自治会長、民生委員等の関係者のほか、支援関係者、その他()と共有することを承諾します。									
	災害時要援護者名簿に登録することを承諾します。									
	本人もしくは保護者 署名									

災害時個別避難計画 (重症心身障がい・医療的ケア版)

記入者氏名					所属					記入日		
ふりがな 氏名												
性別	男	・	女	生年月日					年齢			歳
住所	〒							自治会				
住まい環境	☐	一戸建て	階建て									
	☐	集合住宅	階建ての	階	エレベーター	☐	あり	☐	なし			
同居の家族												

■緊急連絡先				
	ふりがな 氏名	続柄	携帯電話番号	その他
①				
②				

■住まいに起こりうる災害 (ハザードマップで確認)						
☐	住まい	建築時期	年	月	構造:木造・鉄骨・鉄筋	階建て
☐	地震	震度			耐震等級:	級
☐	洪水	浸水深	メートル			
☐	停電					
☐	土砂災害					

■ペットを飼っていますか？				☐	はい	☐	いいえ
☐	一緒に避難する						
☐	知人等に預ける (日前に)						

■避難準備にかかる時間は？					
・家族等への連絡				分	
・持ち出し品の準備				分	
・家の戸締り				分	
			計	分	①

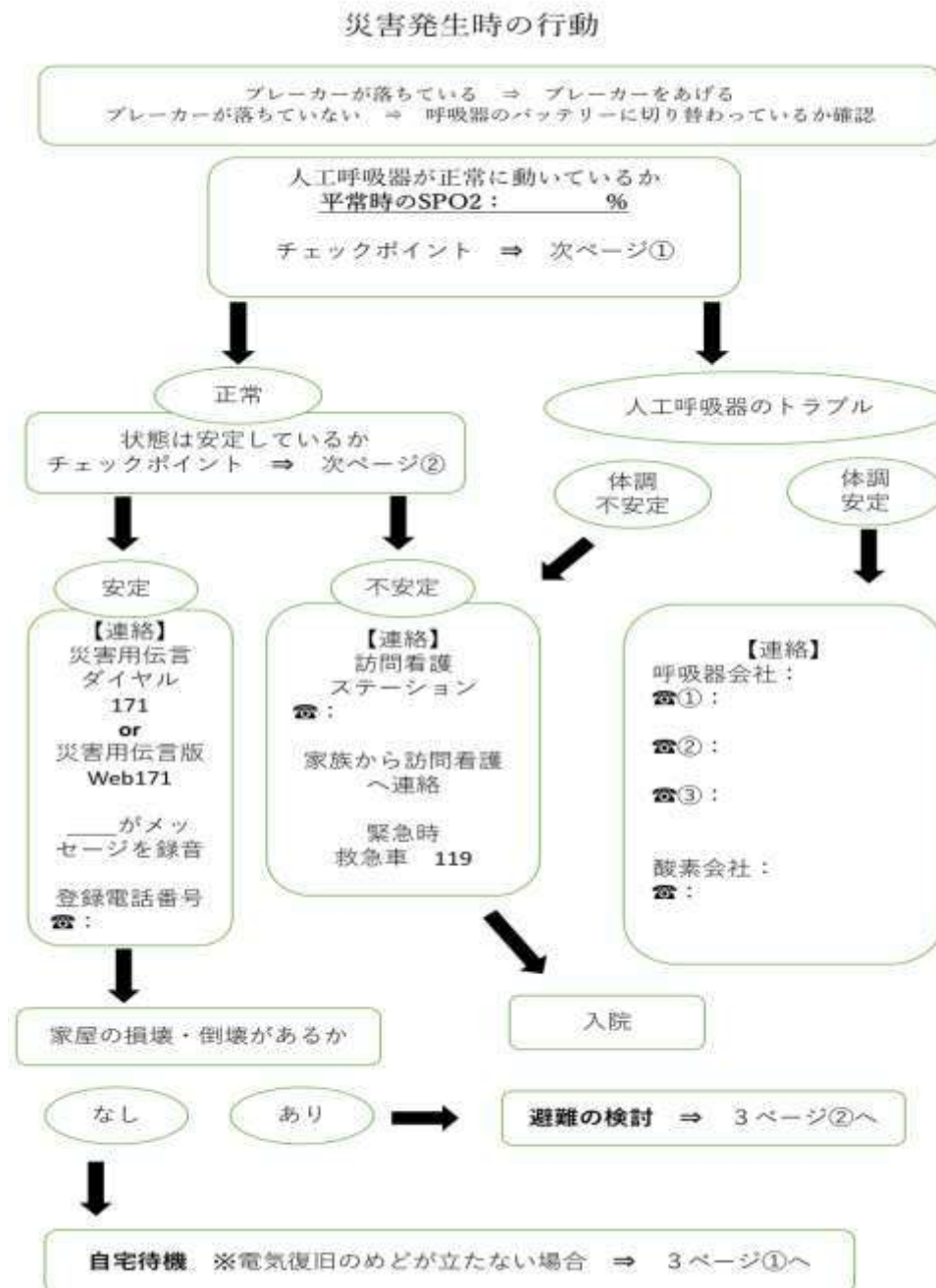
■どこに避難しますか？			距離	移動手段	移動時間		徒歩の場合 の移動時間
・避難先1		Km		分	②		分
・避難先2		Km		分	③		分
・自宅の安全な場所(2階などの浸水しない場所) ☐ 手助けが必要 ☐ 手助けが不要							
・避難先1へかかる時間 (①+②)			計		分		
・避難先2へかかる時間 (①+③)			計		分		

個別避難計画
補足（詳細）資料
家族と支援者が作成するもの

災害時対応マニュアル

様

作成日	
更新日	
更新日	
更新日	



実践上小圏域の障がい者の災害時相談支援体制整備 【業務継続計画(BCP)】作成から準備へ

上田市

在宅障がい者の安否確認業務への協力依頼の発信

上田市障がい者支援課から、圏域内相談支援事業所への協力依頼を基幹相談支援センター24時間電話へ緊急発信

基幹相談支援センター

【BCP】

基幹相談支援センタースタッフへの安否確認業務連絡のLINE配信

担当する相談支援事業所登録緊急連絡先への依頼

対象障がい者への安否確認と、安否確認連絡本部設置

指定特定相談支援事業所

【BCP】

基幹相談支援センターからの緊急連絡を受けて、契約障がい者等への安否確認実施(基本は電話などへの確認とニーズ把握) SOSは、本部(基幹)へ連絡し、対応策を検討を依頼。

	相談支援専門員数 (内兼務者数)	指定特定相談 (障害児相談)	指定一般相談
上田市	60名(5名)	30事業所 (13事業所)	9事業所
東御市	9名(2名)	6事業所 3事業所	1事業所
長和町	2名(0名)	1事業所 (1事業所)	1事業所
青木村	2名(2名)	1事業所 (1事業所)	無

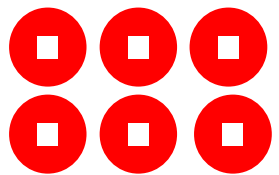
～地域を守るため、災害への備えを共に考える～



上田市防災シンポジウム2024

第2部 パネルディスカッション 災害の教訓を活かした防災体制強化への取り組み

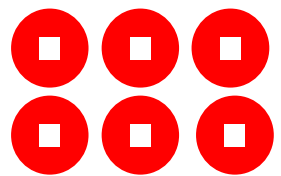
上田市 危機管理防災課
課長 山田 和広



上田市における防災対策の基礎

○上田市地域防災計画

- 災害対策基本法に基づき、上田市防災会議が策定する計画
- 大規模災害に備えた「予防・応急・復旧計画」として場面に応じた様々な対策を規定
- 全5編（風水害編、地震対策編、火山災害対策編、原子力災害対策編、その他の災害対策編）により構成し、自助、共助、公助における施策の推進と役割等を規定



上田市における防災対策の基礎

○上田市地域防災計画に基づく主な体制

➤ 公助の体制

- ・ 上田市災害対策本部の設置（市役所全庁体制による防災体制）
- ・ 災害時応援協定による関係機関連携体制の構築（公的及び民間機関との連携）

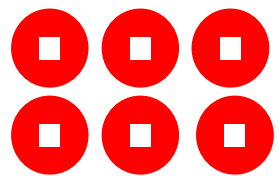
➤ 共助の体制

- ・ 自主防災組織による地域防災体制の構築（全自治会に防災組織を設置）

➤ 自助の体制

- ・ 自主防災組織への参画（連絡体制整備、災害時の役割分担、訓練参加など）

⇒ **地域が一体となった災害対応力強化に向けた施策を推進**



災害の教訓を活かした防災体制強化への取組み

（１）被災（被害を受ける）を視点とした対策

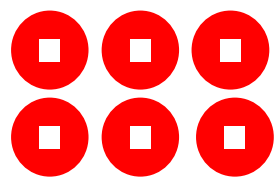
➤ 令和元年東日本台風災害による教訓を活かした対策

「令和元年（2019年）東日本台風（台風第19号）災害における対応等の検証」を行い、『**情報配信**』『**避難所運営**』『**災害対策本部運営**』の3点に焦点をあて、災害の教訓を活かした災害対応力の強化に向けた取組みを実施

（２）受援（支援を受ける）を視点とした対策

➤ 令和6年能登半島地震被災地支援による教訓を活かした対策

被災地支援を通じて可視化された課題を整理し、上田市が被災地となった場合の『**受援体制の整備**』に向けた取組みを実施



(1) 被災（被害を受ける）を視点とした対策

【情報配信に関する対策】

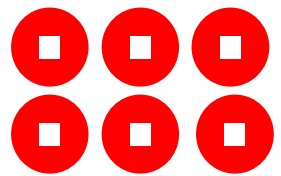
災害検証による課題

- ① 市民への情報配信に関すること
 - ・ 避難指示や警戒レベルの周知不足
 - ・ 避難所の開設及び収容情報
 - ・ 避難行動への備えの周知
- ② 自治会への情報伝達に関すること
 - ・ 自治会役員等への避難情報や体制に関する情報の不足
- ③ 情報配信媒体に関すること
 - ・ 情報配信媒体の脆弱性の解消

対策

課題解決への取組み

- ① 市民への情報配信に関すること
 - ・ 防災DXの推進
 - ・ 「総合防災情報システム」の導入
 - ・ 専用アプリによる同報系システムの導入
- ② 自治会への情報伝達に関すること
 - ・ 市メール配信サービスを活用し全自治会役員のグループ化
- ③ 情報配信媒体に関すること
 - ・ 「防災ポータルサイト」の新設
 - ・ 災害ハザードマップのリニューアル



（１）被災（被害を受ける）を視点とした対策

【避難所運営に関する対策】

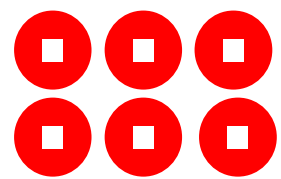
災害検証による課題

- ① 避難所の見直しに関すること
 - ・ 19号台風災害及び浸水想定区域の見直しに伴う新たな避難所設置
- ② 避難所の運営に関すること
 - ・ 避難所運営体制における相互連携と担い手の不足、備蓄の充足
- ③ 避難スペース確保に関すること
 - ・ 避難者ニーズに応じた避難所収容スペースの不足

対策

課題解決への取組み

- ① 避難所の見直しに関すること
 - ・ 新たに 4 施設を指定
- ② 避難所の運営に関すること
 - ・ 人材育成事業の実施（国のモデル事業、県の育成事業）
 - ・ 備蓄倉庫の増設（7 基）
- ③ 避難スペース確保に関すること
 - ・ 上田市指定避難所（学校施設教室活用）運営方針の策定
 - ・ ペット同行避難対策への着手



(1) 被災（被害を受ける）を視点とした対策

【市災害対策本部運営に関する対策】

災害検証による課題

① 災害対策本部の役割の明確化

- ・ 実働性の高い体制の構築と各職員が担う役割への認識の深化

② 関係機関との連絡体制の確保

- ・ 道路インフラ情報の迅速な共有と市民への情報配信体制の整備

対策

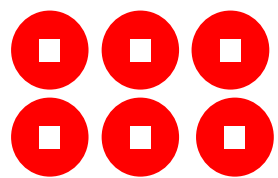
課題解決への取組み

① 災害対策本部の役割の明確化

- ・ 災害対策本部体制の再編（統括部門、伝達調整部門、受付部門の新設）
- ・ 職員マニュアルの更新と新設部門の職員研修会の実施

② 関係機関との連絡体制の確保

- ・ 市民への迅速な情報提供体制の確立
- ・ 県道路管理者との情報配信体制の構築
- ・ 通行規制情報配信体制方針の策定（総合防災情報システムによる情報配信整備）



(2) 受援（支援を受ける）を視点とした対策

【能登半島地震派遣職員に対するアンケート調査を実施】

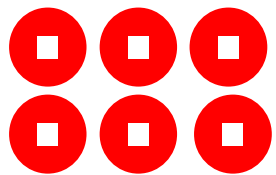
支援者アンケートに基づく課題

- ① 支援に係る装備品の確保対策
 - ・ 支援に伴う資器材、車両等の不足
- ② 支援者受入に伴う滞在施設の確保
 - ・ 宿泊施設や休憩施設の不足による支援者の心身的負担の増加
- ③ 支援作業環境の効率化
 - ・ 土地勘のない地域での作業の不効率化の解消

対策

課題解決への取組み

- ① 支援に係る装備品の確保対策
 - ・ 支援者用の装備品の確保や、新たな災害協定による民間車両確保の検討
- ② 支援者受入に伴う滞在施設の確保
 - ・ 受入れ施設の確保を踏まえた受援計画の改正検討（公共施設の位置づけ、民間協定の調整）
- ③ 支援作業環境の効率化
 - ・ 作業のデジタル化への調整（住家被害認定調査システム導入検討など）



これまでの上田市の主な取り組み

～ 公助（市）における防災体制強化への取り組み ～

地域の災害発生リスクを踏まえた災害対応能力の強化

- ①災害対策本部の機能強化（本部体制の充実）
- ②情報収集・伝達手段の強化（防災DXの推進）
- ③関係機関との連携強化（災害協定の充実）

～ 共助（自治会）における防災体制強化への取り組み ～

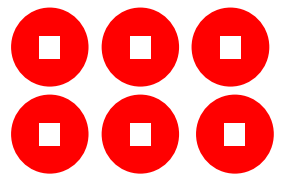
地域コミュニティの構築による防災・減災に向けた取り組み

- ①自主防災組織の育成（定期的な研修会の実施）
- ②防災人材の育成（人材育成事業による取り組み）
- ③災害対応力の強化（資器材購入補助、訓練実施）

～ 自助（市民）における防災体制強化への取り組み ～

災害を自分事として捉え「自ら備え・行動し・学ぶ」機会を創出する取り組み

- ①出前講座による防災知識と意識の向上（ニーズに応じた講座の実施）
- ②市民を主体とした防災訓練の実施（避難訓練、避難所運営訓練によるスキル向上）



地域一体となった防災力強化に向けた目指す姿

～ 上田市の目指す姿 ～

市民の生命と生活を守るため災害対応力の強化に向けて…

- ・ 市の災害対応能力の強化を図り
- ・ 地域防災力の向上に向けた施策を推進し
- ・ 市民の防災意識の普及啓発を継続的に進めることで、

自助・共助・公助の役割が地域に浸透し、災害時にはそれぞれが持つ機能が自動的に発動し融合する

⇒ **地域一体型の防災体制**