

体験から育つ、防災と地域の仲間づくり

— 防災を親子で学び、交流を広げるために

課題、及び、
目指すところ

- 自治会は約500世帯・36班で構成され、加入率の低下や担い手不足が課題
- 若年層の参加促進と防災力向上を両立する伴走支援を目指す

法泉境木自治会では、防災の取り組みを通じて地域のつながりを深め、将来の担い手づくりにつなげる活動が行われました。自治会では約500世帯が暮らしていますが、加入率の低下や担い手不足といった課題もあり、若い世代の参加をどう広げていくかが大きなテーマとなっています。

その一歩として、防災アドバイザー植田このみさんの協力のもと、体験型の防災イベントを開催しました。イベントでは、簡易トイレの体験や暗闇での明かりの見え方を確認する体験など、実際に体を動かしながら学ぶ企画が行われました。参加者からは「体験型で分かりやすい」「親子で学べる」「防災訓練でもやってみたい」といった声が寄せられ、楽しく学びながら地域の交流が生まれる時間

となりました。
また、実際に簡易トイレを使ってみることで、備蓄品の使い方や課題にも気づくことができました。災害時に役立つ知識は、実際に体験してみることにより理解が深まることを改めて実感する機会となりました。

取り組みの振り返りでは、体験型の防災学習や親子で参加できるイベントは今後も継続したいという声が多く上がりました。一方で、告知期間の不足や新しい参加者の少なさといった課題も共有され、より多くの住民に参加してもらうための工夫が必要であることが確認されました。

今後は、今回の経験を生かし、夏祭りや連動した防災企画なども検討されています。毎年実施してい

るスタンプラリーに凝固剤を使用した簡易トイレ体験を追加するなど、楽しみながら学べる企画に加え、子どもが地域に防災を伝える「子ども防災インストラクター」の育成なども話題に上がりました。防災をきっかけに、子どもや若い世代も地域活動に関わるきっかけづくりが期待されています。

防災は「もしもの備え」であると同時に、地域の仲間づくりの機会でもあります。法泉境木自治会の取り組みは、防災を通じて地域のつながりを育てていく新しい一歩となりました。



防災インストラクター
植田このみさんによる説明



ペットボトルで
明かりを増幅する体験



段ボールの簡易トイレで
災害時のトイレ体験



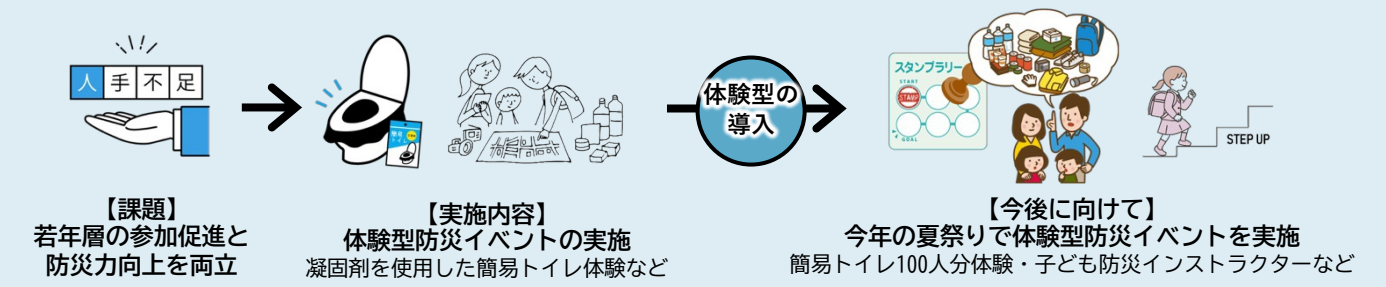
凝固剤で紙粘土で作った大便と
水を凝める体験

参加者の声

簡易トイレの体験など、実際にやってみることで初めて分かることが多くありました。親子で参加できたことで家庭でも防災の話題が広がり、とても良い機会になりました。楽しみながら学べる内容だったため、これまで防災にあまり関心がなかった方にも参加してもらえる可能性を感じました。

防災をテーマにした課題解決に向けたステップ

若い世代の参加促進と防災力向上の両立を課題に、体験型防災イベントを実施しました。凝固剤を使用した簡易トイレ体験などを通じて理解を深め、今後は夏祭りや連動した企画や子ども防災インストラクターの育成へとつなげる予定です。



今回ご協力いただいたアドバイザー

防災アドバイザー
植田このみさん



2007年より防災インストラクター（川崎市認定）、防災士として行政・地域団体・企業と連携し、「すぐ取り組める身近な防災」をテーマに防災・減災講座や研修等を行っている。

自分たちの自治会でも実践してみませんか？

具体的な取り組みやアイデアの一例

【子ども防災インストラクターの育成】
防災イベントで学んだ子どもが、家族や地域の方に防災の内容を伝える「子ども防災インストラクター」の育成を進めていくアイデア。教わるだけでなく、伝える役割を持つことで子どもたちの意欲が高まり、家庭でも防災の話題が広がるはず。地域全体で防災を考えるきっかけづくりになることを期待します。



自分たちの自治会町内会で導入する際のチェックリスト

- ☐ 【学びのあり方】「聞くだけの防災」を「やってみる防災」に変えるには、どんな工夫ができるでしょうか？
- ☐ 【参加の広げ方】子どもや親子が参加したくなるには、どのような内容や雰囲気が必要でしょうか？
- ☐ 【継続の工夫】一度の取り組みを次につなげるために、どんな仕掛けが考えられるでしょうか？
- ☐ 【広がり】学んだことが家庭や地域に自然に広がるには、どんな関わり方がよいでしょうか？
- ☐ 【地域との結びつき】地域行事と防災を組み合わせるとしたら、どんな形が考えられるでしょうか？

「好き」からはじまる防災で、若者が集う町内会へ

— 居場所と役割で若者の参加を促進

課題、及び、
目指すところ

- 役員の高齢化や若年層の参加不足が大きな課題
- 防災訓練も充実した内容であるものの、役員中心で「見てるだけ」になりがちのため、若い世代が参加しやすい形への改善を目指す

宮田町町内会は約1,200世帯の内、約6割が加入する大きな町内会で、防災訓練などの活動も積極的に行われています。一方で、役員の高齢化や若い世代の参加の少なさが課題となっています。防災活動も内容は充実しているものの、役員中心の運営になり、参加者が「見てるだけ」になってしまう場面もありました。

そこで今回、防災普及学生団体 Genkai の協力を得ながら、防災をきっかけに若い世代が参加しやすい町内会のあり方について考える取り組みが行われました。

Genkai からは「好き×防災」をテーマに、体験型の取り組みを通じて楽しく関われる場づくりが大切であることが紹介されました。また、防災イベントの工夫だけでなく、町内会館を学生や若い人が集える場所として開放し、日常の

交流から関係を育てていくアイデアも提案されました。

学生が進行する自己紹介型のアイスブレイクも行われ、世代を超えて趣味や関心を語り合う時間が生まれました。こうした場づくりを通じて、「若い人が役割を持てる場をつくる」「町内会を身近な居場所にする」「町内会の必要性を伝える」といった目標が共有されました。防災イベントは目的ではなく、地域のつながりを育てるための“きっかけ”でもあります。

では、若い世代にとって参加しやすい防災イベントとはどのようなものでしょうか。

検討の中では、スタンプラリー形式の防災体験や消火体験、炊き出しや防災食の試食など、楽しみながら学べる体験型の企画が多く提案されました。また、横浜市内の

防災学生団体との連携も検討され、学生と地域と一緒に企画づくりを進める可能性も話し合われました。

防災は災害への備えであると同時に、地域のつながりを育てる大切な機会でもあります。今回の取り組みを通じて、防災をきっかけに世代を超えた交流が生まれ、将来の担い手につながる可能性が見えてきました。

皆さんの町内会では、どのような形なら若い世代が参加しやすいでしょうか。地域の未来を考えるヒントとして、ぜひ一度話し合ってみてはいかがでしょうか。



防災普及学生団体 Genkai と
宮田町町内会役員の対話



世代を超えて
一緒にアイデア出し



若年層の参加促進に向けて
出されたアイデアの数々



町内会役員との対話で
出されたアイデアを高校生が発表

参加者の声

若い世代と一緒に話し合う機会はこれまであまりなかったので、とても新鮮でした。防災をきっかけに自然と会話が生まれ、町内会の雰囲気も少しやわらいだように感じます。小さな役割があれば若い人も関わりやすいという気づきがあり、今後の活動の進め方を考える良いきっかけになりました。

防災をテーマにした課題解決に向けたステップ

役員の高齢化や若い世代の参加が少ないという課題を受け、防災普及学生団体Genkaiと連携し、アイスブレイクなどの若い世代との関わり方を学びながら、今後の参加促進に向けた企画づくりへとつなげました。



今回ご協力いただいたアドバイザー

防災普及学生団体

Genkai 田島太地さん他



あなたの好きを防災に繋げる学生団体。鎌倉を拠点に高校生・大学生で活動中。防災運動会や防災アドベンチャーなど、楽しく学べる防災プログラムを展開。 <https://genkaikamakura.wixsite.com/website>

自分たちの自治会でも実践してみませんか？

具体的な取り組みやアイデアの一例

【サポーター制度】

防災イベントの運営を役員だけで抱え込まず、参加した方にも無理のない範囲で役割をお願いする「サポーター制度」を考えました。受付や案内、準備などを分担することで、初めての方でも気軽に関われます。関わる中で顔なじみが増え、自然と地域の担い手が育っていく仕組みになるはずです。



【若い世代が参加しやすい体験型防災イベント】

スタンプラリー形式の体験や消火体験、防災クイズ、炊き出しなどは楽しみながら学べるため若い世代の興味を引くと共に、見るだけでなく体験する防災へと変わります。さらに、広報や運営を任せることで地域との関わりが深まり、参加のきっかけにもつながります。



自分たちの自治会町内会で導入する際のチェックリスト

- ☐ 【役割の考え方】役員以外の人にも「できること」を任せるとしたら、どんな役割が考えられるでしょうか？
- ☐ 【関わり方】一度きりの参加で終わらず、関わり続けてもらうにはどんな工夫ができるでしょうか？
- ☐ 【若者との関係】若い世代と自然につながるには、どのような場やきっかけがあるとよいでしょうか？
- ☐ 【場の使い方】会館を「用事がある時だけの場所」から、どんな使い方に変えると人が集まるでしょうか？
- ☐ 【関係性】参加者と役員を超えて、一緒に活動する雰囲気をつくるには何ができるでしょうか？

楽しさと学びでつながる、綱島らしい減災のかたち

— 運動会形式で広げる参加型防災

課題、及び、
目指すところ

- 長年続く「減災行動展」を、さらに発展させていくことが課題
- 綱島らしい防災アイデアを盛り込み、若い世代や新しい参加者の巻き込みを目指す

綱島の防災減災を考える会は、東日本大震災を契機に「いざという時に地域で動ける力」を育てることを目的として、減災行動展を中心に14年以上活動しています。

伴走支援（全3回）の初回では、これまで14年以上続けてきた防災活動を振り返り、現在の課題や地域の特性について共有しました。綱島は交通の要所であり、災害時には帰宅困難者が多くなる可能性があります。また、子どもが主体的に参加できる体験型の取り組みが続いてきたことも特徴です。ここでは「安全」だけでなく、避難時の「安心」をどうつくるかという新しい視点も加わりました。

2回目では、「親と子の役割分担」「綱島ならではの」「安全から安心へ」という3つのキーワードをもと

に、防災のアイデアを検討しました。その中で、公園を活用し、子どもから大人まで楽しみながら学べる「減災行動運動会」を開催する方向性が決まりました。遊びや体験を通じて防災を学ぶことで、これまで参加が少なかった方々にも関わっていただける可能性が広がりました。

3回目では、具体的なプログラム案を検討し、「楽しさ」と「学び」をどう両立するかを話し合いました。防災グッズを使ったクイズ、親子で協力する消火体験、地域で協力する競技など、実際の災害時に役立つ内容を取り入れながら、参加者同士が顔見知りになる工夫も重視されました。

また、他地域の事例から、普段のつながりがいざという時の助け合いにつながることも確認されまし

た。今回の取り組みを通じて、防災活動に新しい視点と広がりが生まれました。特に、楽しみながら参加できる工夫を取り入れることで、若い世代や新しい参加者を巻き込む可能性が見えてきました。今後は、これまでの減災行動展の良さを活かしながら、運動会形式の取り組みも加え、「楽しい」と「ためになる」を両立した活動へと発展させていくことが期待されます。

地域のつながりは、一朝一夕にできるものではありません。日頃から顔の見える関係を築くことが、いざという時の安心につながります。今回の取り組みをきっかけに、無理のない形で参加の輪を広げ、綱島らしい防災のかたちを皆さんと一緒に育てていきたいと考えています。



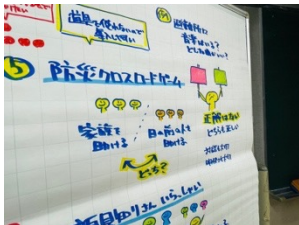
綱島地区14の自治会町内会の関係者を交えた対話



14年以上続く「減災行動展」



M-plus 富川万美さんによる減災行動運動会の紹介



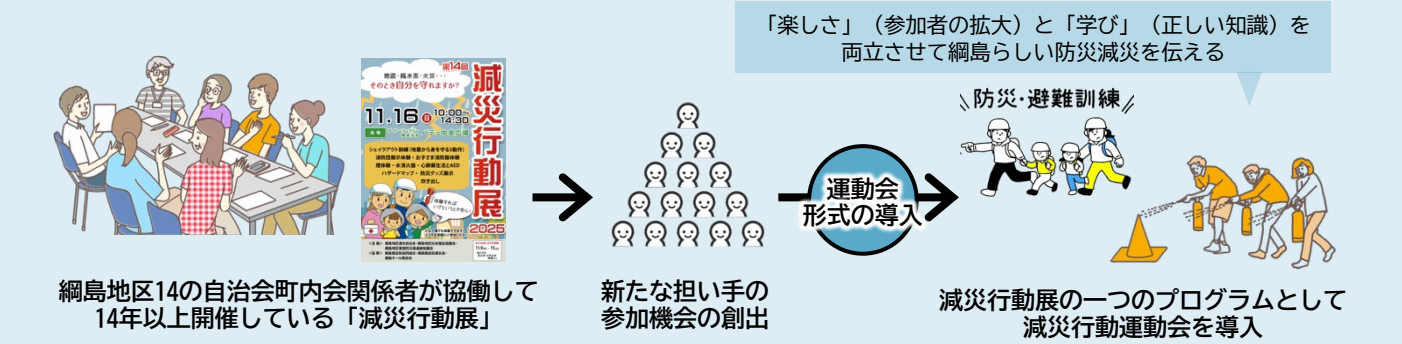
減災行動運動会のプログラム案の検討

参加者の声

伴走支援を通じて、防災活動に新しい気づきや広がりが生まれたと感じています。図解や言葉で整理することで議論が深まり、これまで見ていなかった課題や可能性に気づくことができました。運動会形式は楽しさと学びを両立する工夫の大切さも意識しながら検討を進めていきたいと思っています。

防災をテーマにした課題解決に向けたステップ

これまでの14年以上続く「減災行動展」の振り返りを踏まえ、今後は新たな担い手の参加機会の創出に向けて、減災行動展の一つのプログラムとして「減災行動運動会」を通じて楽しさと学びを両立する企画づくりを進めていきます。



今回ご協力いただいたアドバイザー

特定非営利活動法人
M-plus 富川万美さん



東日本大震災の支援活動を機にM-plusの設立に参加。子育ての当事者が自ら学び、自ら考え、自ら動く「アクティブ防災®」を提唱し、防災講座、ファシリテーターの育成を行う。 <https://web-mamaplus.com/>

自分たちの自治会でも実践してみませんか？

具体的な取り組みやアイデアの一例

【減災行動運動会（楽しさと学びの工夫）】
地域対抗でバケツリレーや担架競争を行い、速さだけでなく「どれだけ水をこぼさず運べたか」「安全に運んでいるか」を評価対象にするアイデア。
楽しみながら参加できるだけでなく、正しい動きや工夫を自然に学べる内容で、競技を通じて会話や協力が生まれ、地域のつながりづくりにもつながることを期待します。



（補足）
災害時に本当に役立つのは「顔の見える関係」です。運動会のように体を動かしながら協力することで、自然と会話生まれ、地域のつながりが深まります。楽しみながら参加できる場合は、これまで関わりの少なかった方の参加のきっかけにもなります。日頃の関係づくりの積み重ねが、いざという時の安心と助け合いにつながります。

自分たちの自治会町内会で導入する際のチェックリスト

- 【楽しさの取り入れ方】防災に「楽しさ」を加えたとしたら、どんな形が考えられるでしょうか？
- 【参加の工夫】見るだけでなく、体を動かして参加できる内容には何があるでしょうか？
- 【学びの深め方】正しいやり方や工夫を自然に学べる仕組みは、どのようにつくれるでしょうか？
- 【つながりづくり】参加者同士が自然に声を掛け合う場にするには、どんな工夫ができるでしょうか？
- 【参加の広がり】これまで参加していない人が来たくなるには、どんなきっかけがあるとよいでしょうか？

日常の延長でつながる「アクティブ防災®」

— 交流を起点に助け合う関係づくり

課題、及び、 目指すところ	● 町内会同士のつながりをさらに広げていくことが課題 ● 防災イベントを通じて町内会同士のゆるやかなつながりの形成を目指す
------------------	---

金沢中部地区では、色々な活動が行われていますが、町内会同士の更なる連携強化とともに、担い手不足が課題となっています。顔は知っていても、実際に一緒に活動する機会は意外と少ないのではないのでしょうか。災害時には地域での助け合いが欠かせないと言われますが、日頃のつながりと相互理解がなければ力は発揮しにくいものです。そこで金沢中部地区社会福祉協議会では、防災という誰にでも大切なテーマをきっかけに地域の交流を広げることを目指し、アクティブ防災®M-plugの富川万美さんをアドバイザーに迎え、防災をテーマとしてミニ集会を企画しました。

2月に開催したミニ集会は「アクティブ防災®って何だろう～金沢中部版オリジナル防災・減災作戦会議～」と題し、防災について学びながら地域同士の交流を深めました。

た。富川さんからは、東日本大震災の経験をもとに「命を守るだけでなく、日常生活を守る防災」の重要性が紹介されました。もし電気や水道、ガスが止まったら、私たちの生活はどうなるでしょうか。備蓄などの「物の備え」だけでなく、地域で助け合う「行動の備え」も大切であることが共有されました。

また、地域の地名や歴史から土地の特性を読み解き、地域を歩いて危険箇所を確認する「防災ウォーク」など、日常の延長で取り組める防災の方法も紹介されました。普段歩いている道にも地域の歴史や地形が隠れているかもしれません。日頃使っている町内の地名の意味を考えてみるのも、地域を知るきっかけにつながります。

近隣エリアでグループをつくり意見交換を行い、体験型の防災訓練

や防災リュックの見直し、危険箇所の共有、若い世代を巻き込む工夫など、さまざまなアイデアが出されました。防災は特別な活動ではなく、日常の交流の延長として取り組めるものであり、顔の見える関係づくりこそが災害時の助け合いにつながる事が確認されました。

今後は、出された意見などをきっかけに、防災ウォークなど多くの人が参加できる体験型イベントの開催に向けて話し合いを続けていく予定です。防災を通じて地域を知り、つながりを深めることが、いざという時に助け合える地域づくりにつながります。皆さんの町内でも、防災をきっかけにした交流を考えてみませんか。

※法務省主催の地域住民が参加する「ミニ集会」の一環として開催しました



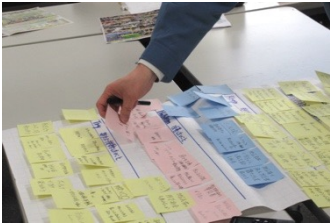
M-plug 富川万美さんによる
アクティブ防災®の説明



地区を越えた
参加者同士の対話



地域特性を踏まえた
防災のアイデアの紹介



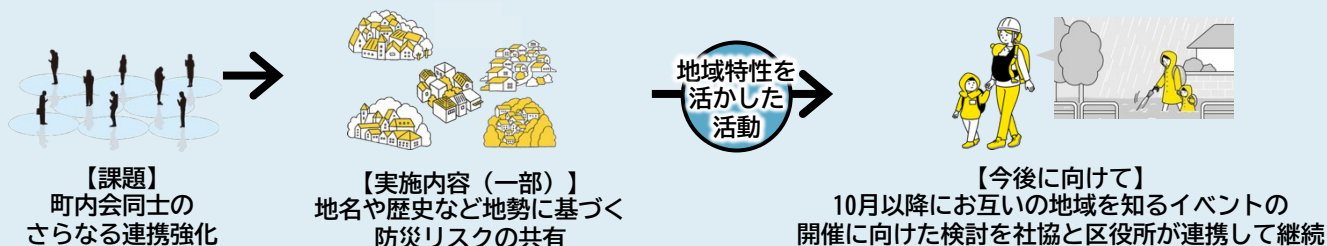
振り返り会で考えた
今後に向けたアクションの数々

参加者の声

防災について話し合っ各地域の活動を知ること、地域の方とつながれたことが印象的でした。普段は顔を知っている程度に関係でも、話すことで距離が近くなったと感じます。日常の中でこうした関係をつくっておくことが、いざという時の助け合いにつながると実感しました。

防災をテーマにした課題解決に向けたステップ

町内会同士のさらなる連携強化に向けて、防災をテーマとしたミニ集会を開催しました。地名や歴史など地勢を踏まえた防災リスクの共有や対話を通じて関係を深め、今後はお互いの地域を知る体験型イベントの開催に向けて検討を進めていきます。



アドバイザーと選定理由

特定非営利活動法人
M-plug 富川万美さん



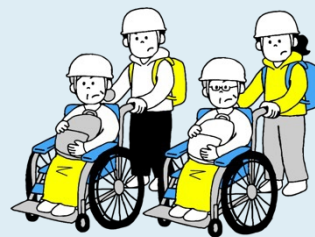
東日本大震災の支援活動を機にM-plugの設立に参加。子育ての当事者が自ら学び、自ら考え、自ら動く「アクティブ防災®」を提唱し、防災講座、ファシリテーターの育成を行う。 <https://web-mamaplug.com/>

自分たちの自治会でも実践してみませんか？

具体的な取り組みやアイデアの一例

【体験を通じた防災の学び】

これまでも車椅子での移動体験や、マンションの隣同士の隔て板を壊す訓練など、実際の災害時を想定した体験を行うことで、普段は気づきにくい不便さや大変さを体感されているとのこと。体験を通じて防災を身近なことと考え、知識に加えて実際の行動につながる学びにされています。



自分たちの自治会町内会で導入する際のチェックリスト

- ☐ 【日常とのつながり】防災を特別なものにせず、日常の中に取り入れるとしたら何ができるでしょうか？
- ☐ 【広がり】他の町内会や地域とつながることで、どんな新しい可能性が生まれるでしょうか？
- ☐ 【学びの深め方】体験を通じて学ぶ機会をつくるとしたら、どんな内容が考えられるでしょうか？
- ☐ 【関係性】顔見知りの関係から一歩進んで、話し合える関係になるには何が必要でしょうか？
- ☐ 【続け方】無理なく続けていくために、どのくらいの規模や頻度がちょうどよいでしょうか？