

2023.3.13

# 災害・危機対応マネージャーの活動報告

四国防災・危機管理特別プログラム修了生  
(徳島大学2期生)  
災害・危機対応マネージャー  
大宮 佐知子

## 自己紹介

大宮 佐知子 (おおみや さちこ)

会社員 (若年者就職サポートセンター勤務)

H28年 四国防災・危機管理特別プログラム修了生  
防災士

H20から徳島市消防団に入団  
(広報啓発班さくら連兼務)

## 活動年表



## 本日の報告



# 活動内容

対象		内容	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023
消防	地域住民	火災・風水害出動 広報、防災訓練 応急手当など													
防災士	一般市民	防災講座、 ロープワーク他													
	市役所職員	防災士養成講座講師													
まちかど博士	一般市民	防災講座 防災グッズ作成 応急手当など													
会社	社員	シェイクアウト訓練、 ロープワーク、図上訓練 普通救命講習など													
災害・危機 対応マネー ジャー	四国防災 受講者	実務演習													
	小学校	避難シミュレーションゲーム 防災キャンプなど													
	城之内高校 防災クラブ	災害対応訓練 応急手当													

# まちかど博士

- シビックセンターの「まちかど博士」研究発表の募集
- 勢いで小論文提出
- 2016年11月「まちかど博士」認定
- 2017年4月から活動開始
- 初年度は年4回開催（年2回）

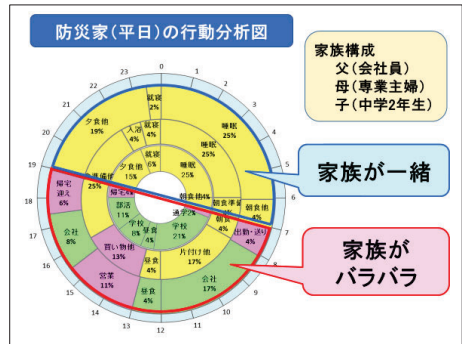


### 過去の地震

名称	発生日	発生日時	規模(M)
熊本地震(本震)	平成28年4月16日	1:25	7.0
昭和三陸地震	昭和8年3月3日	2:30	8.1
三河地震	昭和20年1月13日	3:38	6.8
昭和南海地震	昭和21年12月21日	4:19	8.0
兵庫県南部地震(阪神・淡路大震災)	平成7年1月17日	5:46	7.3
震風地震	明治24年10月28日	6:38	8.0
関東地震(関東大震災)	大正12年9月1日	11:58	7.9
鳥取県西部地震	平成12年10月6日	13:30	7.3
鳥取県中部地震	平成28年10月21日	14:07	6.6
東北地方太平洋沖地震(東日本大震災)	平成23年3月11日	14:46	9.0
福井地震	昭和23年6月28日	16:13	7.1
北丹後地震	昭和2年3月7日	18:23	7.3
明治三陸地震	明治28年6月15日	19:32	8.2
熊本地震(前震)	平成28年4月14日	21:26	7.3

平日 休日  
自宅 7回 8回  
会社 5回  
外出先 2回 6回

自宅・外出時  
対策必要



### 女性目線で考える“防災”

日 4/16 受講料 無料

ワークショップを通して、災害時など、生き抜くための方法を考えます。

講師：大宮 佐知子 回数：全2回  
時間：11:00~12:00 開講曜日：日曜日  
場所：活動室(2) 募集人員：20名  
開催日：4/16 7/23 対象：女性のみ  
材料費：200円



# 災害時の非常食を考える



食材の棚卸	冷蔵庫の中にあるもの	日常ストックしているもの	備蓄として準備しているもの
バター、卵、牛乳、チーズ	・インスタントスープ、味噌汁、お茶づけ	・インスタントラーメン、カップラーメン	・水
・玉ねぎ、にんじん、ジャガイモ	・缶詰（鯖缶、コーン、シーチキンなど）	・パスタソース	・非常食（アルファ米、シチュー、パンなど）
・肉、冷凍食品、冷凍うどん、牛丼の素	・米、乾麺（パスタ、ソーメン、ラーメン）	・茶葉、珈琲、紅茶	
・キャベツ、大根、レタス、米粉	・調味料（塩、砂糖、醤油、ソース、油など）		

【あると便利な物】
・ガセットコンロ、カセットボンベ
・ポリ袋、ゴミ袋、新聞
・サランラップ、アルミホイル、キッチンペーパー、クッキングシート
・万能はさみ、除菌スプレー（ペーパー）
・板皿、紙コップ、割りばし、スプーン、フォーク

## 備蓄の考え方



# 城之内高校防災講座

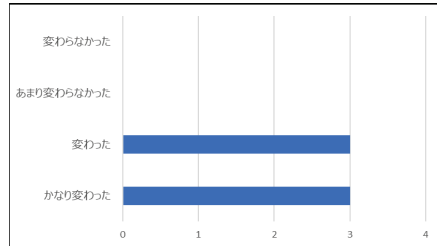
- 2021年度より中等部・高校防災クラブの生徒対象
- 瀬山氏と共同で開催
- 2021年度は3回実施（地震発生後の初動対応）
- 2022年度は2回実施（非常時のトイレ、応急手当）
- 来年度も実施予定

## 机の上で非常用トイレを準備してみる

目的：非常用トイレを校内で使えるようにする。  
 目標：生徒だけでも非常用トイレをできるように準備しておく。  
 <2/9>  
 ・3-5人の班に分ける。  
 ・いつ、どこに、誰が、どのように設置するか考える。（15分）  
 ・シミュレーションしてみても、問題点を見つける。（30分）



Q1. 災害時のトイレについて、受講前後で関心は変わりましたか？



Q3. 今回行ったシミュレーションをふまえて、あなたが城ノ内生に伝えておきたいことを3つ書いてください。

- 利用ルールはしっかり守ってもらわないと大変なことになる。
- 食料の確保も重要だけど、トイレが最も重要な気がする。
- 袋が重要な役割だと思う。
- 懐中電灯を常に持っておく。
- 他の人を思いやる。
- 布をもっておく。
- 利用ルールを守る。
- 事前に災害時に起きること、その対処を考えておくことが大切。
- 災害が起きた時、確認できるまでトイレを使わないようにする。
- 地震が起きる前にいろいろ準備しておく必要がある。



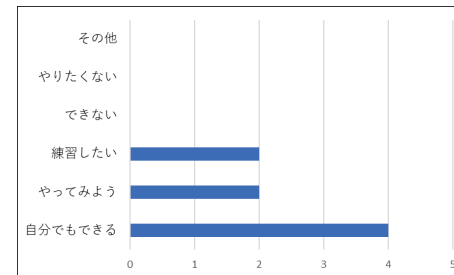
## 応急手当（2023.2.9）

目的：応急手当の基本を学んだうえで、身近にあるもので使える物を考えてみる。  
 目標：生徒だけでも手当ができるように応急手当の仕方を覚えてもらう。

- <実技> 2人一组  
三角巾のたたみ方、結び方、使い方を実技で学びます。
- <グループワーク> 4人〜6人  
応急手当で使えるような物を書き出し、どのようにして使うかを考えます。
- <準備物> 三角巾



Q4. 応急手当をやってみて、どう思いましたか？

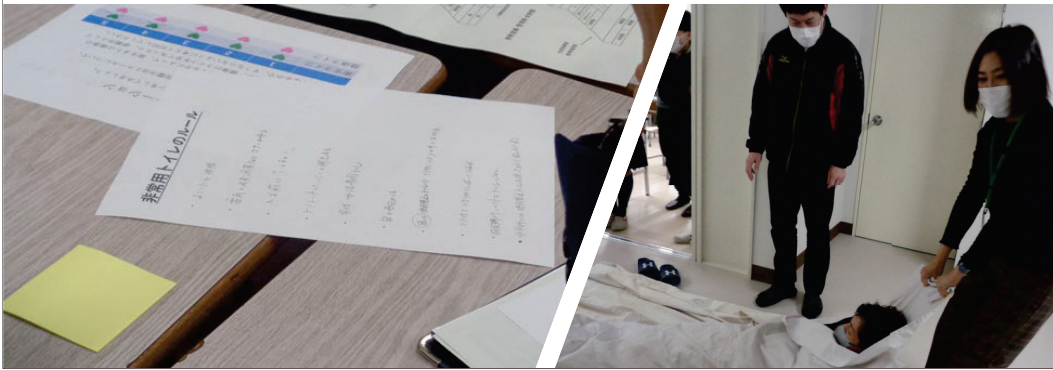


Q5. 災害時、一人でも多くのケガ人を手当てできるように、防災クラブのみなさんが準備できることを1つ以上書いてください。

- 日頃からできることを考え、活用できるものを用意しておく。
- 八つ折りマスターする。
- 巻き方を一つでも多く覚えておく（練習しておく）。
- 生徒でもできる応急手当があることを家族、友達に教える。
- 三角巾、大きめのハンカチを持ち歩く。
- 手当ての復習をする。
- 学校の備品を知っておく。
- 今日教えてもらった応急手当をもっと練習し、他のやり方もできるようにする。







## 災害・危機対応マネージャー

- 実務訓練にファシリテーターとして参加  
(BCP訓練、統括DIGに参加)
- プログラムの後輩に教える
- 自分の勉強も兼ねる (知識の更新)

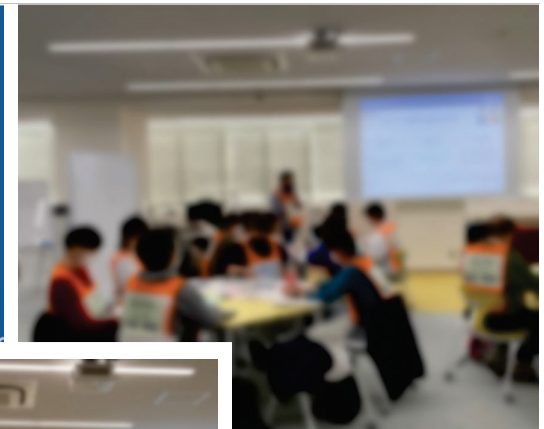


DIG訓練>

『避難所運営訓練』

[地震編]

～避難所・自治体等～





これからも皆と一緒に活動を続けていきます



活動報告を終わります

ありがとうございました