



特定非営利活動法人  
**富山県防災士会 会報**  
(日本防災士会・富山県支部)

第44号

令和8年3月1日  
発行 富山県防災士会  
連絡先 090-3240-3821  
(事務局長：小林格之)

**防災士研修会・懇親会**

「令和6年能登半島地震～帰省途中の輪島市街地で一人で被災した土地勘のない県外者」増井かおり  
「災害の最悪シナリオと30万人越えの防災士」  
立命館大学政策科学部 井ノ口宗成 教授

12月6日（土）富山県民会館で2部構成の研修会、懇親会を開催しました。（研修参加者57名）いずれも能登半島地震を軸に据えた内容で、鮮明であった被害の衝撃が2年弱で記憶が薄れているを感じながら話に引き込まれました。

増井さんが淡々と話される体験談は、要約するよりも実際に聞いて「感じる」ことが一番だと思います。発災直後から死を意識するような避難道中、そして避難先の輪島市役所での孤独感、とても想像できません。被災した体験を本会員全てに届けたら、活動の動機付けとなるのではないかと感じました。



井ノ口先生からは、中程度被災の氷見の実情と課題を安易に捉えてないかという警鐘、南海トラフの被害想定で東京が被災地となる場合の日本中へのダメージ、行政対応能力の限界が明確であること、これらを俯瞰的に捉えると富山県が直面すると思われる状況、いずれも分析次第で見え方が変わることによって背筋が凍る内容でした。

そこから本題である、30万人を超えた私たち防災士への説法（のような）、位置付けの問いかけがありました。薄々気付いていましたが、漫然といるだけでなく、鍛錬と能力向上が必要であると促していただいていると感じました。



**災害の最悪シナリオと  
30万人越えの防災士**

立命館大学 政策科学部  
井ノ口 宗成

これまでも理事会で防災士の在り方を度々議論し、方向性を模索している中で核心的な内容でした。最後に防災士がすべき3点、①避難所運営、②避難行動の声掛け、③地域の再建への関わり、を助言いただきました。

懇親会では、井ノ口先生、竹内顧問、大西先生に更なる助言をいただきながら、会員の交流を深めることができました。本会では、組織のネットワーク力を生かし、富山県の地域防災、特に「共助力」をブラッシュアップしていくことを目指し、今後も研修やネットワークづくりを進めます。防災士の資格を得たものの、何から始めたらよいか迷っている方は、研修会に参加いただき、理事にお声がけください。できることから一緒に始めましょう。（記 佐伯 ゆかり）



**避難生活支援リーダー/サポーター研修への参加**

10月25・26日（土・日）（主催：内閣府/共催：富山県、小矢部市）に開催された「避難所生活支援リーダー/サポーター研修」に参加（会員6名参加）した。

研修内容は、詳細に再現された避難所生活の実態を通して、そこで想定される「多用な被災者の理解とその配慮」「避難所の課題と生活環境の整備」「対人コミュニケーション」「運営の担い手との連携・協働の必要性」について学ぶという実践的な研修であった。

今回は小矢部市での県内初の開催であったが、今後、他の県内自治体で開催される場合は受講してみてもいいでしょうか。ちなみに、タイトルの「支援リーダー/サポーター」は「支援スタッフのリーダーであり、被災者のためのサポーターでもある」という意味がこめられているとお話でした。（記 吉澤 実）



## 令和7年度富山県原子力防災訓練 滑川複合施設メリカでの避難者受け入れ

平成23年3月11日に発生した東日本大震災により、福島第一原子力発電所が被災し、広い範囲に影響を及ぼす原子力災害が発生いたしました。富山県と氷見市では毎年訓練を実施しています。

今年の訓練は11月24日（休日）に実施され、氷見市南部（明和地区・上庄地区）を対象エリアに指定し実施いたしました。富山県防災士会では緊急時における住民の避難受入を円滑に実施するため、富山県、滑川市、氷見市と連携し、避難所の設置・運営の訓練を実施いたしました。一昨年の能登半島地震を教訓に第1避難先（県西部）での受入が困難な状況を想定しバックアップの第2避難先（滑川市）での受け入れをいたしました。

避難者受入の際の受付、段ボールベッドの組立・設置、また自主的な避難所の運営に係る避難住民向け防災講演会を実施いたしました。今年度は滑川市（中滑川複合施設メリカ）での受け入れであったため、県東部の会員20名の皆様にご協力いただきました。毎年地域を変えての実施となりますので出来るだけ多くの会員の皆さまに参加ご協力頂ければと思っています。

（記 島崎 定則）



## 第1回インクルーシブ部会研修会 種部恭子先生「いのちと防災を考える」

11月30日（土）、婦中ふれあい館にて、インクルーシブ部会の研修会を開催しました。今回は、医師の種部恭子先生を講師にお迎えし、「いのちと防災を考える」というテーマでお話いただきました。

前半の講演では、DMATで被災地に派遣されたときの経験や、現在の社会課題について、実例を挙げながら、災害時に配慮が必要な方々が抱えやすい困りごとや、日頃から地域のつながりを育むことの大切さについて、先生ご自身の経験や事例を交えながらお話されました。医師の立場から医療的ケアが必要な方や高齢者へのサポート、情報の届け方の工夫など、わかりやすいお話を聞き、多くの知識を得ることができました。

後半のワークショップでは、グループに分かれて意見交換を行いました。講演を聞いたうえで、少人数でより深い意見交換が行われ、それぞれが話す時間を多く持ったことで、多様な立場に寄り添ったアイデアや、地域の中で「こんな工夫ができるかもしれない」といった前向きな提案等の発表があり、充実した学びの場となりました。



参加された方はインクルーシブについて知識を深め、本研修で得た学びを、これからの活動に活かすことを期待します。社会的に弱い立場の方々を含め、誰もが安心できる社会を目指していきたいと思います。

講師の種部先生から、「防災には専門知識だけでなく、日頃から地域でつながり合う力がとても大切です。皆さんが丁寧に意見を交わされる姿を見て、富山の地域力を改めて感じました。今日の気づきが、誰もが安心できる地域づくりにつながることを願っています。こうした学びを一過性のものにせず、今後も継続して学びを深める機会を持ってもらいたい。」のコメントがありました。

（記 村上 綾子）

## 富山県主催研修会の参画 マイタイムライン・SUG・HUG

富山県主催の研修会マイ・タイムライン（11月）、SUGおよびHUG（ともに12月）が実施されました。目的は能登半島地震を踏まえ、県内防災士の質的向上を図り、平常時の防災活動と災害時の支援活動をより推進することとしています。当会からは研修の参加はもとより、県に協力し研修運営のためサポーター（延60名）としても参加しました。この関わりにより当会として県内防災士をよりリードする立場をあらためて自覚し、当会での研鑽を重ねて行きたいと感じました。（記 小林 格之）

## 第2回インクルーシブ部会研修会 富山福祉短期大学 泉学長からの「エクササイズ」

2月7日（土）、富山県防災士会インクルーシブ部会主催により、富山福祉短期大学の泉敏郎学長をお招きし、「災害時における避難所でのストレス軽減に必要な軽運動について」と題した講演会を開催しました。

当日は富山県防災士会員約30名が参加し、高齢者や障がいのある方など要配慮者を含め、誰もが無理なく取り組める軽運動やエクササイズについてご指導いただきました。特に、動かないことによるエコノミー症候群の危険性について理解を深め、避難所生活における日常的な体の動かし方の重要性を再認識しました。

これを予防するためのストレッチを、机上だけではなく聴講者と一体になって、実際に身体を動かして学んだ結果、汗がじっとりしてきました。

先生からの内容は、避難所生活という過酷な環境下に



において心身の健康をいかに守るかという、防災士としての非常な重要な視点でのお話でした。

今後はインクルーシブの視点を大切に、防災士一人一人が学びを地域に持ち帰り、実践につなげていくことを部会としての使命とし、すべての人が安心して過ごせる避難所づくりに本講演の成果を活かしてまいります。

（記 割山 拓身）

## 防災士紹介（小椋 真吾）

不謹慎な話を敢えてさせていただきます。私は防災士の活動を「同好会」と捉えています。「同好会」は愛好家同士が好きなように活動する集まりです。防災士会員の皆さんはそれぞれ得意分野（＝「好き」）をお持ちのほ



ず。たとえ防災に直接関係なくても「好き」を思う存分活かして一緒に同じ方向に進んでいけたら最高ではありませんか。（それをまとめる役員各位には感謝しかありません）かく言う私は、富山県民（と行政機関）の自然災害に対する危機意識や防災への興味

会員数：494名（令和8年3月1日現在）  
関心の低さを、まずは何とかしないと、と考えています。昨年は不特定多数の方が来場するイベントに「とにかく目立ってナンボ」な勢いで参加させていただきました。まずは子どもたちに振り向いてもらう・寄ってもらう。するとパパ・ママが来てじいじ・ばあばが来て、ご近所の方も巻き込んで…、と一気に広がっていきます。

お堅い話は親世代が興味を持ってからじっくり攻める。その話を家に持って帰って「我が家の防災会議」開催となれば、こちらの「勝ち」です。防災啓発活動も災害復旧のお手伝いも、妥協や手抜きは一切なしです。好きで楽しくやっている活動ですから。さあ、これからもどんどん「勝ち」をとりに行きますよ！

## 6月13日防災ワクチン研修の開催案内

※防災ワクチンとは：実際の災害を体験する前に、リアリティのある疑似体験を通して人々の災害対応力（免疫力）を高めることを目指す概念。

※「一枚の写真」WS という研修手法：災害の一場面を表す「一枚の写真、一分の映像、一本の記事」などから、発生した事象を示す限られた情報のみを用い、グループでの話し合いによって、事象を類推・ストーリー化することで、被災体験を疑似的に「自分事化」する画期的なワークショップ手法。

開催日：令和8年6月13日（土）

時間：13：00～16：30（受付：12：30～）（予定）

会場：富山県 防災危機管理センター研修室（予定）

定員：100名程度（入場無料・要申し込み）

主催：NPO法人 富山県防災士会、後援：富山県

協力：日本防災士機構 申込み：本年4月頃募集予定

【タイムスケジュール】

◆13：10～14：40（90分）ワークショップ

テーマ：防災ワクチン®「1枚の写真」

（1組5名～10名のグループで「ワークショップ」）

講師 公益社団法人中越防災安全推進機構 上村 靖 理事

◆14：50～16：20（90分）講演

テーマ：当事者意識と主体性を高める防災研修の進め方

講師 長岡技術科学大学 上村 靖司 教授（記 吉澤 実）



令和7年6月に飛騨市で実施した防災ワクチンの様子

## 学校安全アドバイザー派遣事業報告会

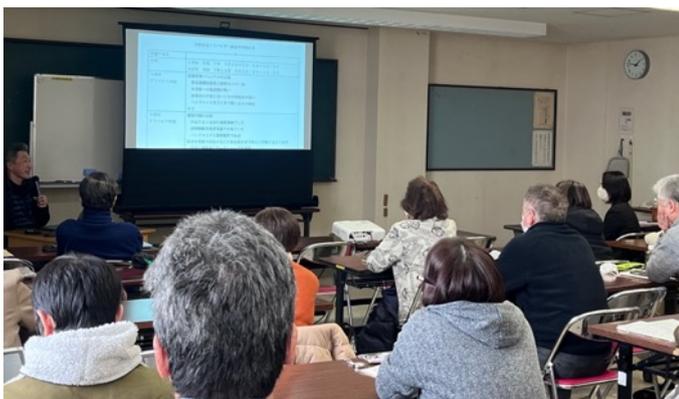
### 1. はじめに：事業の背景と目的

令和8年1月31日（土）、婦中ふれあい館にて「令和7年度学校安全アドバイザー派遣事業」実施報告会が開催されました。本事業は、防災士等の専門家が外部の視点で校内リスクを点検し、教職員が気づきにくい課題を特定することを目的としています。能登半島地震の教訓を踏まえ、形式的な訓練から「動けるマニュアル・訓練」への転換が急務です。報告会では、県内6校の活動詳細と共通課題が共有されました。

### 2. アドバイザー派遣校による活動報告

・朝日町立朝日中学校（今井 防災士） クマ出没やICT活用に伴う停電・断水時の手順を具体化。トイレ問題に着目し、生徒が簡易トイレ設置を体験することで防災の自分事化を図りました。

・滑川市立早月中学校（柳澤 防災士） 実態に即して避難図面を修正。生徒による危険箇所探索ワークショップを提案したほか、教員不在時を見据えた地域住民との「鍵の開閉」ルールを整備しました。



・富山市立山田小学校・中学校（小瀬 防災士） 土砂災害警戒区域内の立地リスクを指摘。校舎崩壊の恐れがある「垂直避難」から、発災前の「水平避難」への転換を提言し、行政との連携による安全確保を強調しました。

・高岡市立国吉義務教育学校（中村 防災士） 全学年が共存する環境下での避難を検討。女性専用スペースや高齢者への配慮など「尊厳」を守る視点をマニュアルに反映し、休み時間の発災を想定した経路再検討も行いました。

・南砺市立福光東部小学校（野原 防災士） 階段避難時の壁側の転倒リスクを指摘。未活用だった非常外用階段の活用を促し、警察・消防を巻き込んだ実践的訓練の定例化を提案しました。

・富山県立伏木高等学校（吉澤 防災士） 高校生に対し、地域を助ける側への意識変革を指導。施設安全の再評価や、緊急時の事務職員を含めた役割分担、メディア連絡体制の明確化を推進しました。



### 3. 全体討論における重要論点

- ・後半の討論では全校共通の「盲点」が議論されました。
- ・避難姿勢：従来の「ダンゴムシ」は強震下で転倒しやすいため、次の行動に移りやすい「四つんばい」への変更を検討すべきとの意見が出ました。
- ・ハード面：片側にしか手すりがない階段での2列避難の危険性を指摘。壁側への増設や安全な降り方の指導が求められています。
- ・避難所運営：教職員の負担軽減のため、児童生徒の安全確保に専念できる「自主防災組織」との事前連携が不可欠です。
- ・季節・天候：積雪時や雨天を想定した経路・待機場所の確保など、通年でのシミュレーションが重要です。

### 4. 総評と今後の展望

富山県教育委員会の大塚指導主事は「外部視点により慣例的な危険が浮き彫りになった」と講評。能登半島地震を風化させず、マニュアルを常に最新の知見（避難姿勢等）に合わせてアップデートし続けることが、学校安全の根幹であると再認識されました。（記 小瀬 善則）

## 事務局からのお知らせ 「会員プロフィール」の会員内公開について

会員の皆さま、日頃より当会の活動へのご理解とご協力、誠にありがとうございます。

NPO法人 富山県防災士会は、今年ついに会員数500名を超える大きな組織となる見込みです。さらに来年には、会としての大きな節目である「発足20周年」を迎えます。

この大きな節目を機に、私たちは会の活動をもう一段上のステージへと進めたいと考えています。

まずは、皆さまが活動するときに自分の地域の仲間をはじめ、当会会員同志の相談や、協力依頼の連絡の取りやすさを目的に、富山県防災士会会員の氏名や連絡先を、富山県防災士会内で情報共有できるようにしたいと考えています。

現在皆さまのご名前、お住まいの学校区、連絡先の開示についての同意確認を実施しているところです。

何卒ご回答をいただきたくお願い申し上げます。