

# 避難生活支援リーダー／ サポーター研修概要

「災害関連死・ゼロ」を目指して

避難環境の向上に貢献できる  
地域の人材を育成



内閣府（防災担当）

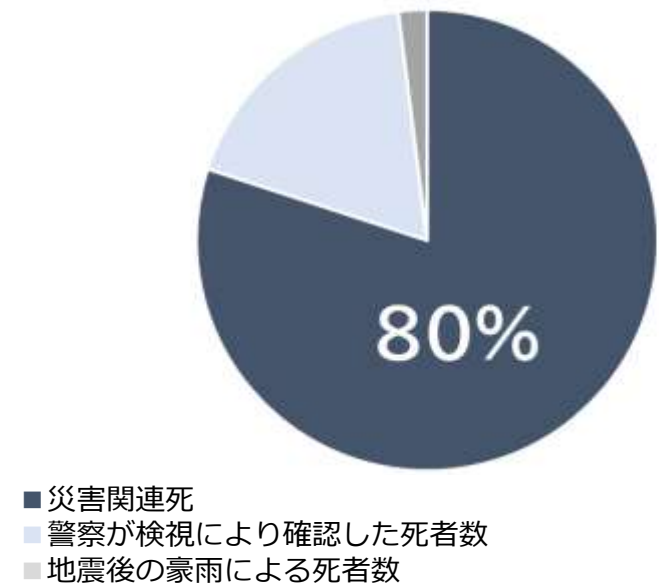
# 避難生活における社会課題

- ・ 長期間の避難生活により、**災害関連死が増加**

**災害関連死とは：**災害の直接被害ではなく、避難中や避難後に健康状態が悪化などにより命を落とすこと。

不十分な医療サービスや避難生活中の劣悪な環境により体調が悪化したり、仮設住宅での生活苦等が要因とされる。

・ 熊本地震では、人的被害の8割は災害関連死



「助かった命をどう守るか」が大きな課題

# 避難生活環境を向上させるために

- ・ 長期的な避難所運営は、自治体職員には限界がある
- ・ 避難者による運営が効果的だが、知識や経験が必要

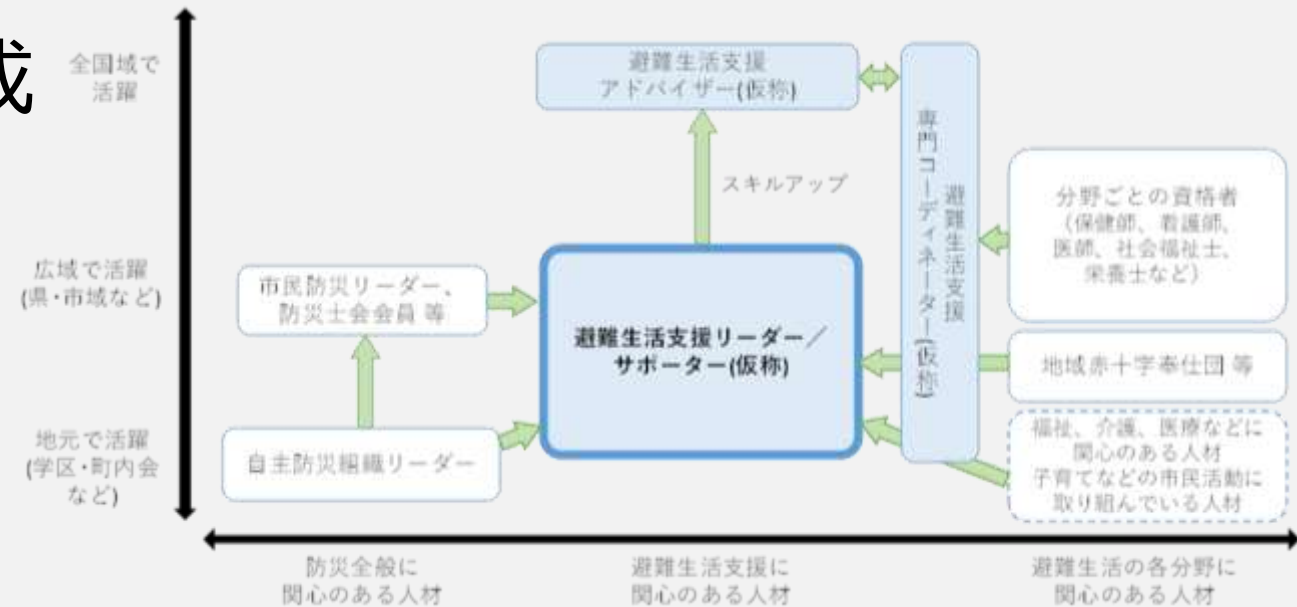
法的な支援制度、寝床やトイレの確保、  
食事の提供、清掃、在宅避難、車中泊など



避難生活支援のできる地域の人材育成が急務

# 避難生活支援リーダー／サポーターを育成

- 避難所運営の**基本的なスキル**を習得し、自治体や避難者と  
ともに、**避難所の生活環境向上に  
率先し取り組む人材**を育成



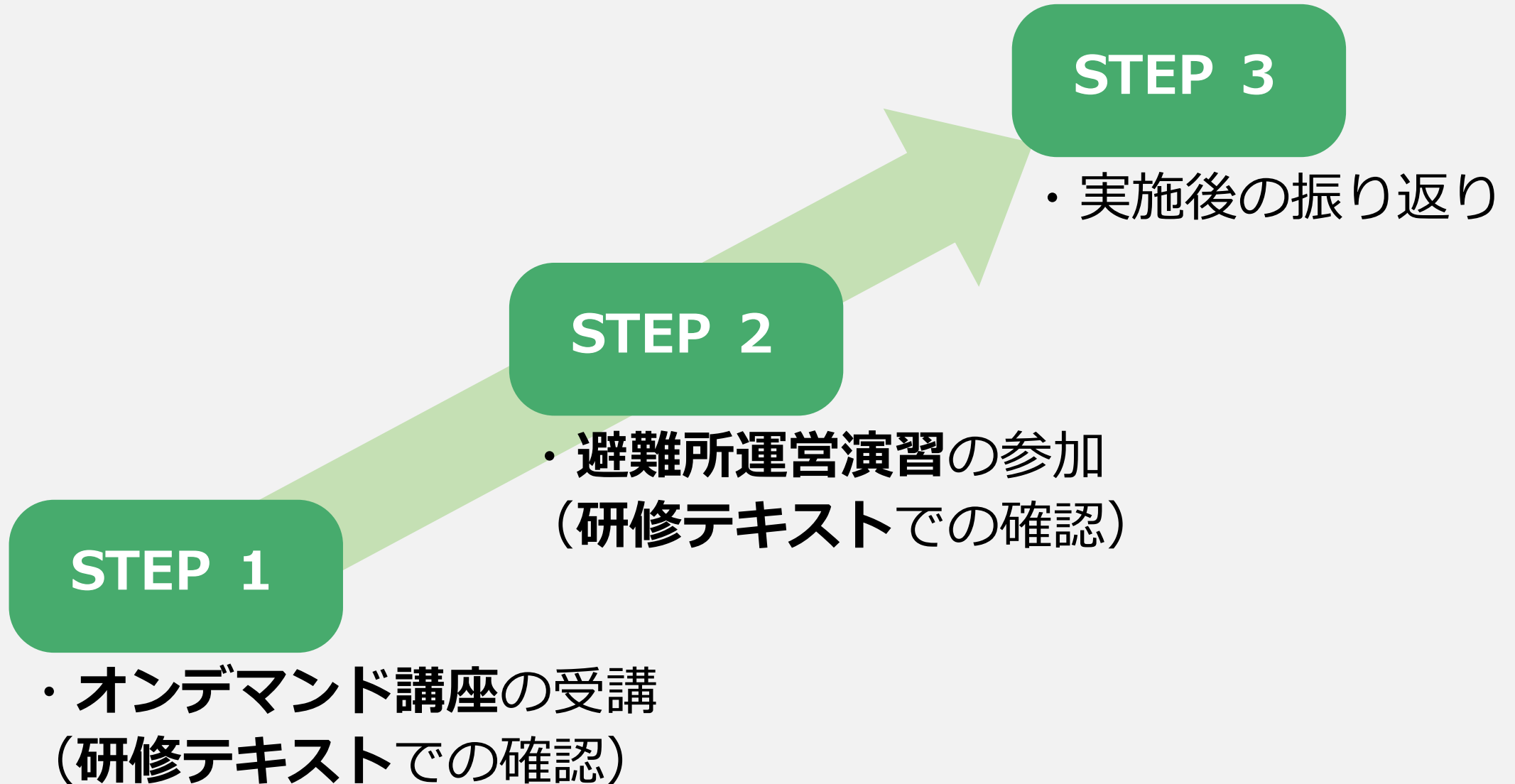
女性や若者など、幅広い層の参加を期待

# 研修受講者の想定

- **町内会や自治会、自主防災組織、民生委員・児童委員等の役員や構成員**
- 地元で防災意識の啓発や市民活動に携わっている個人や団体
- 避難所に指定されている小中学校の **PTA 関係者**
- **防災士の有資格者**
- 地域赤十字奉仕団や日赤防災ボランティアなどの赤十字ボランティア
- 避難生活支援に関心を持つ**地元企業の社員**や**地元大学の教員・学生**
- 自治体と**災害時協力協定を締結**している企業

受講者の平時からの地域への関わりや  
コミュニティづくりが大切

# 研修の内容とその後



# 研修テキスト

1. 避難生活における社会課題と現状
2. 本研修の目的と概要
3. 災害「支援」の基礎知識
4. 避難生活支援リーダー/サポーターの役割と必要な心構え
5. 避難所・避難生活の基礎知識
6. 多様な被災者への配慮とニーズ対応
7. 対人コミュニケーション
8. 避難所運営の知識とスキル
9. 支援者のセルフケア
10. 日常からの取組の重要性

支援者としての基礎知識や役立つスキルを学びます

# オンデマンド講座



## ・オンデマンド（動画視聴）を7コマ程度受講

1. 避難生活支援リーダー／サポーター育成の必要性
2. ボランティア・支援者としての心構え、姿勢
3. 災害「支援」の基礎知識
4. 避難所・避難生活における基礎知識
5. 多様な被災者への配慮ニーズ対応
6. 避難所運営の知識とスキル
7. 日常からの取り組み

テキストの中から特に重要な点を深めます



# 避難所運営演習

- ・ 実会場での3日間の講義および演習を受講

- ・ 1日目の概要

多様な被災者の心情や状況の理解

- ・ 2日目の概要

避難生活の課題と生活環境の整備

- ・ 3日目の概要

対人コミュニケーション、避難所運営の担い手との連携・協働

演習を通じてコミュニケーションの基礎とスキルを深める

# 研修テキストの概要紹介

---

# 1. 避難所・避難生活における社会課題と現状

---

## 避難所運営の質を上げるための重点課題

- ・ 避難所の環境や運営に関する認識・知識不足
- ・ 中長期を想定した避難所の運営体制が整っていない
- ・ 中長期における避難所運営の担い手の課題
- ・ 被災地の支援調整に関する課題

重点課題を念頭に支援の在り方を学習する

## 2. 本研修の目的と概要

---

- ・「災害関連死・ゼロ」という目標の下、避難生活の中長期化に備えて、スキルを持った人材を各地で育成し、被災者支援の担い手の裾野を広げる

- ・それぞれの自治体におけるボランティア育成の取組を補完し、拡充し、都道府県等の自治体レベルで、本研修を参考に、それぞれの人材育成プログラムの構築が進んでいくことを期待している

各自治体での人材育成プログラム構築に期待

# 3. 災害「支援」の基礎知識

---

- 防災、減災とは
- 自助、共助、公助の仕組み
- 支援の4分類（ひと、もの、お金、情報）
- 災害対応フェーズ
- 被災者に対する支援制度（災害対策基本法、災害救助法など）

被災者支援制度の正しく理解する

# 4. 避難生活支援リーダー/サポーターの役割と必要な心構え

---

## 役割

- 研修で学んだ知識やノウハウを生かして、自治体職員等と避難所運営に関わること
- 避難者の困りごとにいち早く気づき、対処ができる人たちにつなぐこと

## 心構え

- 避難所における課題や被災者の困りごとを「自分で解決する」と頑張りすぎず、幅広い人へ支援をつないでいくことを心がけましょう。

**避難生活をみんなで良くしていく姿勢が大切**

# 5. 避難所・避難生活の基礎知識

---

## 避難所の運営

- 避難所には自治体職員の他に、県内外から多くの保健・医療・福祉などの専門職や災害支援に長けたNPOが駆けつけ、避難所の運営をサポートします。

## 避難者による自主運営

- 大切なのは、避難者も支援者も、一人ひとりが「受け身」ではなく、「主体性」をもって、「自分でできることは自分です」という意識を持ち、積極的に行動することです。

**運営は、避難者と一緒に行う体制が大切**

# 6. 多様な被災者への配慮とニーズ対応

---

## 多種多様な被災者

- ・避難所には、多種多様な人々が避難してきます。性別・ジェンダー配慮、持病やアレルギーの有無、障がい、難病、乳幼児や妊産婦、高齢者など特別なケアを必要とする災害時要配慮者も少なくありません。

## 被災者への配慮

- ・大切な家族や友人、家や家財、仕事や生きがいなど、被災者が災害によって失ったものはたくさんあります。さらには、物理的、身体的な被害だけでなく、恐怖感や絶望感、不安感などは、さまざまな精神的苦痛をもたらします。

**多種多様な被災者の困りごとの理解が大切**



# 7. 対人コミュニケーション

---

## コミュニケーションの基本

- 被災者や運営に関わる人に安心して受け入れてもらえるように、日々のコミュニケーションを重ねて、信頼関係をつくることが大切です。

## 話し方・接し方の配慮

- 避難者に対して「何か困っていることはありませんか？」と聞いても、見ず知らずの人にすぐに困っていることを言う人は限られます。日常的に挨拶や声がけをしながら、まずは顔を覚えてもらえるとういでしょう。

**被災者との信頼関係が最重要**

# 8. 避難所運営の知識とスキル

---

## 避難所運営の主な業務内容

- 避難所運営に必要な主な役割は「運営本部」「名簿受付係」「トイレ係」「要配慮者支援係」「誘導係」「物資・食料係」

## 避難所全体の環境整備

- 避難所は避難者が生活する場所であり、様々な立場の人たちが共同生活する場所です。そのため、避難者の実情にあわせて、様々な環境を整備する必要があります。（例）プライバシーの確保や更衣室の設置、寝床と食事場所の区分け、医務室・勉強場所・交流スペースや遊び場の設置、洗濯場所・洗濯物を干すスペース、おむつ交換場所、授乳スペースの設置など

**避難者の実情にあわせた環境整備が大切**

# 9. 支援者のセルフケア

---

## 支援者の健康管理

- まずは自身の心身の安全を確保し、支援者が健康であることが支援を行う上で最も重要です。「私は大丈夫。」と過信したり、無理をしたりしすぎるのではなく、活動中も十分な健康管理を行いましょう。

## 支援者のストレス対処法

- ストレスの兆候があることは恥ずかしいことではなく、自分の体調を知る大事な手掛かりです。自分の感情やストレスに感じていることを素直に認め、自分自身でセルフケアを実践するように心がけていきましょう。

**自分自身の健康を常にチェックすることが大切**

# 10. 日常からの取組の重要性

---

## 地元自治体との協力体制の構築

- 避難所運営には、多様な担い手が関わります。災害時、避難所運営には、様々な専門組織やNPO等による支援が行われているため、過去の災害対応などの事例を通じて、支援の担い手と果たした役割を理解しましょう。

## 研修修了者同士の交流会への参加

- 研修修了者は、自治体等が管理する研修修了者名簿に名前を登録することになります。また、SNS等を活用して、オンライン上のコミュニティを作り、日頃から情報共有の場として活用することも有効です。

日頃から支援関係者とは情報共有を