

完了報告書

記入年月日 2026年3月14日

採択団体名 せんだい女性防災リーダーネットワーク

■事業概要

基本情報	
事業名	女性が力を発揮するコミュニティ防災教育の推進を通じた防災人材育成
事業内容	事業内容①:学校・家庭・地域等の連携・協働による防災訓練の実践と学び合い 事業内容②:コミュニティ・スクールの枠組を有効活用した防災教育の先進地域の視察と交流 事業内容③:子ども園や小学校等での防災教育の実践 事業内容④:女性と防災に関する学びのセミナーの開催 事業内容⑤:女性ぼうさいサポーターズブックの制作
事業背景	女性の力が発揮されたコミュニティベースの防災活動を強化することによる防災力の高度化が社会的な重要課題となっているとともに、特に女性の次世代の地域防災人材の創生、持続可能なコミュニティベースの防災教育のロールモデルの提示が求められている。
コミュニティ 設立の経緯	せんだい女性防災リーダーネットワークは、地域の防災力向上に向けて、女性の視点で防災・減災に関する取組を行い、地域に寄与することを目的に、平成26年度から活動を開始した。活動を展開していく中で、仙台市危機管理局減災推進課や公益財団法人せんだい男女共同参画財団仙台市男女共同参画推進センター、東北大学災害科学国際研究所等との連携・協働を図っている。 コミュニティの中心となる何人かのメンバーがコミュニティの核となり、多様な関係機関との連携をしながらマルチチャンネルの人間関係を通して、ネットワークを徐々に拡大してきた。任意団体かつ資金がないことで、市民センター等と連携する中で運営できるように工夫してきた。
本事業に関する過去の 取り組み内容	<ul style="list-style-type: none"> 本事業の代表者である大内幸子は、せんだい女性防災リーダーネットワークの代表であると同時に、自身が仙台市地域防災リーダー(SBL)として、仙台市地域防災リーダー養成講習会の講師を担うなど、日頃より仙台市における地域防災の推進に深く関わっており、仙台市危機管理局減災推進課と連携している。他のメンバーも各自の地元コミュニティにおいて、仙台市地域防災リーダー(SBL)として、地域防災や学校防災等の推進に、日常的かつ積極的に関与している。 仙台市男女共同参画推進センター(エル・パーク仙台)内の市民活動スペースに、防災まちづくりにおける女性のリーダーシップの重要性を発信する「女性と防災コーナー」が併設されている。せんだい女性防災リーダーネットワークはここを拠点に定例会や交流、イベント等を企画運営しており、仙台市男女共同参画推進センターと連携している。
事業体制	<ul style="list-style-type: none"> 仙台市危機管理局減災推進課:事業内容①、②、③の運営支援 2名 仙台市男女共同参画推進センター:事業内容④、⑤の運営支援 1名 宮城県復興・危機管理部防災推進課:事業内容①、②、④、⑤の運営支援 2名 SAY'S 東松島:事業内容①、②、④、⑤の運営支援 1名 東北大学災害科学国際研究所防災教育協働センター:事業全体の企画、運営、事務局担当 2名
全体スケジュール	<p><9月~10月></p> <ul style="list-style-type: none"> 第1回実行委員会(キックオフミーティング)(9/26) 仙台市立高砂小学校での防災授業(10/23) 第2回実行委員会(10/23) <p><11月></p> <ul style="list-style-type: none"> 福住町防火・防災訓練の運営および視察研修会の開催(11/9) 令和7年度仙台市地域防災リーダー(SBL)養成講習会における情報提供(11/15、11/22) 令和7年度女性防災リーダー交流セミナーにおける情報提供(11/26) <p><12月></p> <ul style="list-style-type: none"> 第3回実行委員会(12/2) あしぐろ子ども園の防災訓練への参加(12/13) 先進地域(横浜市)の視察(12/15~16) 中間報告書の提出(12/19) 女性ぼうさいサポーターズブック(取材)

<p>全体スケジュール (つづき)</p>	<p><1月></p> <ul style="list-style-type: none"> 第4回実行委員会(1/22) 女性と防災まちづくりミニイベント(1/24) 女性ぼうさいサポーターズブック(ライティング) <p><2月></p> <ul style="list-style-type: none"> 女性と防災に関する学びのセミナー(2/20) 女性ぼうさいサポーターズブック(1/27:初校、2/3:初校戻し、2/10:校了、2/19:納品) 女性ぼうさいサポーターズブック(Web版の公開) <p><3月></p> <ul style="list-style-type: none"> 第5回実行委員会(3/4) 仙台防災未来フォーラム2026におけるブース展示/情報発信(3/14)
<p>事業目標・事業成果</p>	
<p>事業目標全般 (教育提供者側)</p>	<p>■防災教育の提供者(せんだい女性防災リーダーネットワーク)</p> <ul style="list-style-type: none"> 女性の力が発揮されたコミュニティベースの防災活動を強化することによる当該地域の防災力高度化に貢献することができる。 仙台市内や東松島市内の学校や子ども園を対象としたコミュニティ防災教育の実践に加え、多世代のステークホルダーが関わる本提案事業の実践を通して、学ぶ側と運営する側の双方における次世代の地域防災人材の創生を目指す。 事業成果全体を通して、持続可能なコミュニティベースの防災教育のロールモデルを提示する。
<p>事業成果全般 (教育提供者)</p>	<p>■防災教育の提供者(せんだい女性防災リーダーネットワーク)</p> <ul style="list-style-type: none"> 女性の力が発揮されたコミュニティベースの防災活動を強化することによる当該地域の防災力高度化に貢献することができた。ただし、地域防災力に及ぼした定量的な評価はできない。 仙台市内を中心とした学校や子ども園を対象としたコミュニティ防災教育の実践を通して、仙台市立高砂小学校の全校児童および教職員(計約500名)に、福住町防災パンフレット(水害編)を配布できた。また、4年生の全児童(約70名)に対して、防災授業を実施することができた。 令和7年度の福住町防火・防災訓練において、仙台市立田子中学校の生徒約40人、仙台市立高砂小学校の児童約80人、小中学生の保護者約50人、地域住民等約290人、合計約460人の参加と運営協力を通して、次世代の地域防災人材を育むことができた。 事業成果の全体(中間・完了報告まで)を通して、持続可能なコミュニティベースの防災教育のロールモデルが構築されつつある。
<p>事業目標全般 (参加者側)</p>	<p>■防災教育の参加者</p> <ul style="list-style-type: none"> 小中学生は、防災教育を受けることにより、地域特性を踏まえた防災の備えの必要性、洪水ハザード等について理解を深めることができる。 小中学生の保護者、子ども園の園児の保護者、令和7年度の福住町防火・防災訓練の運営スタッフ等の中から、次世代の地域防災人材を育むことができる。 先進地(横浜)視察の視察先の関係機関、関係者、および女性と防災まちづくりミニイベントや女性と防災に関する学びのセミナーの参加者が、せんだい女性防災リーダーネットワーク等の実践の取組を今後の防災推進に活かすことができる。
<p>事業成果全般 (参加者側)</p>	<p>■防災教育の参加者</p> <ul style="list-style-type: none"> 小中学生は、防災教育や防災訓練を受けることにより、地域特性を踏まえた防災の備えの必要性、洪水ハザード等について理解を深めることができ、併せて地域住民等との顔の見える関係を強化することができた。 小中学生の保護者、子ども園の園児の保護者、令和7年度の福住町防火・防災訓練の運営スタッフ等の中から、次世代の地域防災人材を育むことにつながった。次年度の仙台市地域防災リーダー(女性SBL)の受講者を検討中。 先進地(横浜)視察の視察先の関係機関、関係者が、せんだい女性防災リーダーネットワーク等の実践の取組を今後の防災推進に活かすことができ、併せて継続的な交流に向けた顔の見える関係を構築することができた。
<p>展開できる 知見やノウハウ</p>	<ul style="list-style-type: none"> 関係機関、関係者の顔の見える関係づくりは、「防災」活動だけで構築できるものではない。 ロールモデルに関する学び合いの地域間交流が有効である。
<p>コミュニティ防災教育の重要な観点</p>	<ul style="list-style-type: none"> コミュニティ・スクールの枠組みの有効活用をはじめとした、地域防災と学校防災の連携・融合が持続可能な防災推進にとって重要である。 活動しながら常に次世代の人材育成に取り組むことが重要である。

残課題等	<ul style="list-style-type: none"> 特記事項なし。
------	---

■事業内容


事業内容① 学校・家庭・地域等の連携・協働による防災訓練の実践と学び合い	
事業内容①目標 (提供者側)	<p>■防災教育の提供者(せんだい女性防災リーダーネットワーク:大内幸子)</p> <ul style="list-style-type: none"> 防災訓練を次世代の学びの場(子どもや若手地域人材等の防災人材育成の機会)とする。 女性が力を発揮するコミュニティ防災教育推進の連携・協働体制の強化を図る(宮城県内への連携拡大)。 連携・協働のロールモデルを提示する(全国への波及)。
事業内容①目標 (参加者側)	<p>■防災教育の参加者(仙台市立田子中学校生徒、仙台市立高砂小学校児童、各校保護者、地域住民)</p> <ul style="list-style-type: none"> 中学校:災害発生時だけでなく平常時から地域住民と連携できる。 小学生:防災に関する基礎知識を得ることができる。 保護者:防災訓練に参加することを通して、次世代を担う地域人材となる。 地域住民:防災活動に主体性を持つことができる。
事業内容① 実施内容 A 福住町防火・防災訓練の運営および視察研修会の開催 (実施日:11/9)	<p>■具体的な取り組み内容</p> <ul style="list-style-type: none"> 学校・家庭・地域等の連携・協働型の高砂・田子地区合同防災訓練のうち、福住町防火・防災訓練を本事業における学び合いの実践フィールドとする。 せんだい女性防災リーダーネットワークの各区代表をはじめとし、本事業の関係機関、関係者が、この防災訓練に参画する。 <p>■成果(提供者:大内幸子)</p> <ul style="list-style-type: none"> 宮城県東松島市 SAY' S 東松島の山縣嘉恵代表との連携・協働体制が強化できた。 宮城県気仙沼市内の自主防災組織の関係者がこの防災訓練に参加したことで、気仙沼市内の学校における防災教育の実践モデルとして活用された。 <p>■成果(参加者)</p> <ul style="list-style-type: none"> 仙台市立田子中学校生徒:せんだい女性防災リーダーネットワークのメンバーを中心とした地域住民と協働することができた。相互に顔の見える関係を強化することができた。 仙台市立高砂小学校児童:防災に関する基礎知識を得ることができた。 小中学校の保護者:次世代を担う地域人材を育む足がかりができた。 地域住民:主体性を養うことができた。
事業内容① 実施内容 B 女性と防災まちづくりミニイベントの開催 (実施日:1/24)	<p>■具体的な取り組み内容</p> <ul style="list-style-type: none"> 女性と防災まちづくりミニイベントにおいて、せんだい女性防災リーダーネットワークのメンバーがファシリテーターとなり、「地域と学校で育てる防災力」をテーマとした講話とワークショップを行う。 <p>■成果(提供者:大内幸子、早坂政人)</p> <ul style="list-style-type: none"> 女性が力を発揮するコミュニティ防災教育推進の連携・協働体制の強化を図ることができた。 女性が力を発揮するコミュニティ防災教育推進の社会的潮流を拡大することができた。 <p>■成果(参加者)</p> <ul style="list-style-type: none"> 女性が力を発揮するコミュニティ防災教育の推進事例について学び、今後の活動に活かす情報共有とディスカッションを行うことができた。








福住町防火・防災訓練の様子





		ミニイベントの様子
事業内容①を実施する中で発生した課題や失敗点	<ul style="list-style-type: none"> ■発生した課題や失敗点 <ul style="list-style-type: none"> ・ 特記事項なし。 ■乗り越えた方法 <ul style="list-style-type: none"> ・ 特記事項なし。 	
事業内容①を実施する上で工夫した点	<ul style="list-style-type: none"> ・ 防災教育の提供者(大内幸子)が中心となり、せんだい女性防災リーダーネットワークのメンバーが仙台市内だけでなく、宮城県内の関係機関、関係者との顔の見える関係を積極的に構築した。 	
事業内容①残課題等	<ul style="list-style-type: none"> ・ 持続可能な取組とするために、小学校や中学校の子ども会役員を中心とした女性の若手地域人材を町内会の防災減災部の部員となるように、地域防災人材として活躍できる環境を整備する。 ・ 女性の若手地域人材に、仙台市地域防災リーダー(SBL)の受講を勧める。 	
事業内容② コミュニティ・スクールの枠組を有効活用した防災教育の先進地域の視察と交流		
事業内容②目標 (提供者側)	<ul style="list-style-type: none"> ■防災教育の提供者(せんだい女性防災リーダーネットワーク、SAY' S 東松島、仙台市、宮城県) <ul style="list-style-type: none"> ・ せんだい女性防災リーダーネットワークのメンバーや、コミュニティ・スクールのメンバー等を中心に、先進地視察と交流を行い、学び合いの成果をその後のそれぞれの実践活動に活かす。 ・ 仙台市や東松島市、宮城県で取り組んでいる防災推進の取組について情報発信を行う。 	
事業内容②目標 (参加者側)	<ul style="list-style-type: none"> ■防災教育の参加者(防災塾・だるま、横浜市立北綱島小学校、横浜市立太尾小学校、横浜市男女共同参画推進課) <ul style="list-style-type: none"> ・ 防災塾・だるまのメンバーや、横浜市立北綱島小学校、横浜市立太尾小学校の地域防災拠点運営委員会のメンバー、学校運営協議会のメンバー、横浜市男女共同参画推進課の行政職員らが、仙台市や東松島市、宮城県で取り組んでいる防災推進の情報を得ることにより、今後の取り組みの改善や発展に活かすことができる。 	
事業内容② 実施内容 A コミュニティ・スクールの枠組を有効活用した防災教育の先進地域の視察と交流 (実施日: 12/15-16)	<ul style="list-style-type: none"> ■具体的な取り組み内容 <ul style="list-style-type: none"> ・ 防災塾・だるまの塾長である鷲山龍太郎氏(元横浜市立北綱島小学校長、同太尾小学校長等)と連携して視察と交流を行う。交流先は、以下の通り。 <ul style="list-style-type: none"> ➢ 防災塾・だるま ➢ 横浜市立北綱島小学校 ➢ 横浜市立太尾小学校 ➢ 横浜市政策経営局男女共同参画推進課 ・ 女性が力を発揮するコミュニティ防災教育推進の実践事例について情報共有を行うとともに、学び合いを行う。 ■成果(提供者) <ul style="list-style-type: none"> ・ 視察先の関係機関、関係者に対して、仙台市や東松島市、宮城県で取り組んでいる防災推進の取組について情報提供を行うことができた。 ・ 学びの成果(実践事例のロールモデルやディスカッションで得られた新たな気づき等)を、視察者の各々の地元を持ち帰ることができた。 ■成果(参加者) <ul style="list-style-type: none"> ・ 相互の学び合いができたことにより、視察先の関係機関、関係者が今後、取り組んでいく女性が力を発揮するコミュニティ防災教育推進につなげることができた。 ・ 仙台市と横浜市、宮城県と神奈川県の関係機関、関係者間の顔の見える関係を強化することができた。 	 <p style="text-align: center;">防災塾・だるまとの交流</p>  <p style="text-align: center;">横浜市立北綱島小学校での交流</p> 

		横浜市立太尾小学校での交流
事業内容②を実施する中で発生した課題や失敗点	<ul style="list-style-type: none"> ■発生した課題や失敗点 <ul style="list-style-type: none"> 視察スケジュールが強行日程であり、視察者に身体的負担が生じた。 北海道・三陸沖後発地震注意情報の発表により、視察予定の参加者のキャンセルが発生した。 ■乗り越えた方法 <ul style="list-style-type: none"> キャンセル対応については、代理視察者の調整およびキャンセル手続き等を行った。 	
事業内容②を実施する上で工夫した点	<ul style="list-style-type: none"> 事業代表者である大内幸子や事業事務局を担っている東北大学災害科学国際研究所の佐藤健が持っていた「防災塾・だるま」をはじめ、以前から顔の見える関係を今回の視察に最大限、活かすことができた。 	
事業内容②残課題等	<ul style="list-style-type: none"> コミュニティ・スクールの協議会リーダーと学校が避難所となる場合の避難所運営のリーダーを共通人材とすることにより可能性が拡大する。 コミュニティ・スクールとしての学校経営方針として「安全・防災教育」を重点取組分野とすることが持続可能性の観点から重要となる。 	
事業内容③ 子ども園や小学校等での防災教育の実践		
事業内容③目標 (提供者側)	<ul style="list-style-type: none"> ■防災教育の提供者(せんだい女性防災リーダーネットワーク:大内幸子) <ul style="list-style-type: none"> 最新版の洪水ハザードマップ等を活用した出前授業や講話により、地域特性を踏まえた暮らしと災害についての理解促進を図る。 子どもたちの学びを通して、家庭への防災の取組の波及を図る。 	
事業内容③目標 (参加者側)	<ul style="list-style-type: none"> ■防災教育の参加者(仙台市立高砂小学校 4 年生) <ul style="list-style-type: none"> 学校区の洪水ハザードと命を守るための避難のポイントを理解する。 ■防災教育の参加者(あしぐろ子ども園の園児) <ul style="list-style-type: none"> 家庭(保護者)への防災の取組を波及する。 	
事業内容③ 実施内容 A 仙台市立高砂小学校 での防災授業 (実施日:10/23)	<ul style="list-style-type: none"> ■具体的な取り組み内容 <ul style="list-style-type: none"> 仙台市立高砂小学校 4 年生の全児童を対象として、洪水災害に関する防災授業を実施した。 福住町防災パンフレット(水害編)を 4 年生の全児童、および学校教職員に配布した。 ■成果(提供者:大内幸子) <ul style="list-style-type: none"> 高砂小学校区の地域特性を踏まえた暮らしと災害についての理解を促進することができた。 	 <p style="text-align: center;">防災授業の様子</p>

<p>事業内容③ 実施内容 B あしぐろ子ども園の 防災訓練への参加 (実施日:12/13)</p>	<p>■具体的な取り組み内容</p> <ul style="list-style-type: none"> あしぐろ子ども園が主催する防災訓練に参加するとともに、訓練に対するアドバイスを実施した。 福住町防災パンフレット(水害編)の園児保護者、および、あしぐろ子ども園の教職員への配布を行った。 <p>■成果(提供者:大内幸子)</p> <ul style="list-style-type: none"> 子どもたちの学びを通して、家庭への防災の取組の波及を図る足がかりができた。 	 <p>防災訓練の様子</p>
<p>事業内容③を実施する中で発生した課題や失敗点</p>	<p>■発生した課題や失敗点</p> <ul style="list-style-type: none"> 特記事項なし。 <p>■乗り越えた方法</p> <ul style="list-style-type: none"> 特記事項なし。 	
<p>事業内容③を実施する上で工夫した点</p>	<ul style="list-style-type: none"> 防災教育の提供者(大内幸子)が子どもたちや教職員との顔の見える関係を積極的に構築した。 	
<p>事業内容③ 残課題等</p>	<ul style="list-style-type: none"> 小学校と子ども園との連携のさらなる強化により、収容場所(室)までの避難訓練を実現すること。 	
<p>事業内容④ 女性と防災に関する学びのセミナーの開催</p>		
<p>事業内容④目標 (提供者側)</p>	<p>■防災教育の提供者(せんだい女性防災リーダーネットワーク、一般社団法人男女共同参画地域みらいねっと、静岡大学)</p> <ul style="list-style-type: none"> 女性が力を発揮するコミュニティ防災教育推進の社会的な潮流を拡大する。 	
<p>事業内容④目標 (参加者側)</p>	<p>■防災教育の参加者(仙台市内を中心に宮城県内に在住する女性の地域防災人材)</p> <ul style="list-style-type: none"> コミュニティ防災教育を推進する上で女性の視点の活かし方を学ぶ。 学びの成果を参加者の各々の地元に持ち帰る(宮城県内外への波及)。 	
<p>事業内容④ 実施内容 A 女性と防災に関する 学びのセミナーの開催 (実施日:2/20)</p>	<p>■具体的な取り組み内容</p> <ul style="list-style-type: none"> コミュニティ防災教育を推進する上で女性の視点の活かし方を学ぶとともに、女性が力を発揮することによる地域防災力の高度化を図るために、女性と防災に関する学びのセミナーを開催する。 <p>招待講演</p> <ul style="list-style-type: none"> 池田恵子(静岡大学グローバル共創科学部・教授)「地域防災を担う多様な女性たち:現状と課題」 小山内世喜子(一般社団法人男女共同参画地域みらいねっと・代表理事)「地域防災と女性のチカラ～能登半島で出会った女性たち～」 <p>ワークショップ</p> <ul style="list-style-type: none"> 「私たちがさらにできること～女性が持つ“チカラ”の可能性をさぐる」 <p>■成果(提供者)</p> <ul style="list-style-type: none"> 一般参加者 61 名、当事業関係者 16 名、計 77 名の参加者のもと、予定のプログラムを遂行することができた。 	 <p>セミナー会場</p>  <p>池田恵子氏</p>

	<ul style="list-style-type: none"> 女性が力を発揮するコミュニティ防災教育推進の社会的な潮流を宮城県内外へ拡大することができた。 <p>■成果(参加者)</p> <ul style="list-style-type: none"> 招待講演およびワークショップを通して、女性が力を発揮するコミュニティ防災教育の実践と普及に向けた多くの学びを得ることができ、参加者の各々の地元を持ち帰ることができた。 	 <p>小山内世喜子氏</p>
<p>事業内容④を実施する中で発生した課題や失敗点</p>	<p>■発生した課題や失敗点</p> <ul style="list-style-type: none"> 女性が力を発揮できる環境が整っていない地域が未だに少なくない状況について共有され、社会的な課題が数多く残っていることが明らかになった。 <p>■乗り越えた方法</p> <ul style="list-style-type: none"> 特記事項なし。 	
<p>事業内容④を実施する上で工夫した点</p>	<ul style="list-style-type: none"> 関連事業(本事業からの経費支出なし)として、コミュニティ防災に関する国際交流セミナーを同日開催し、当事業関係者も参加することにより、米国シアトルの Seattle Emergency Hubs (SEH)のメンバーらとの間での情報共有と国際交流を実施した。 仙台市地域防災リーダー(SBL)の活動とその特徴について、国際的な情報発信することができた。 	 <p>コミュニティ防災に関する国際交流セミナーのお様子</p>
<p>事業内容④ 残課題等</p>	<ul style="list-style-type: none"> 関係団体間のネットワーク化を推進すること。 	
<p>事業内容⑤ 女性ぼうさいサポーターズブックの制作</p>		
<p>事業内容⑤目標 (提供者側)</p>	<p>■防災教育の提供者(せんだい女性防災リーダーネットワーク)</p> <ul style="list-style-type: none"> 制作された女性ぼうさいサポーターズブックを宮城県内の関係各所に配布し、女性が力を発揮するコミュニティ防災教育の実践者のネットワークを拡大する。 女性が力を発揮するコミュニティ防災教育推進の社会的な潮流を拡大する。 	
<p>事業内容⑤目標 (参加者側)</p>	<p>■防災教育の参加者(宮城県内を中心に全国に在住する女性の地域防災人材)</p> <ul style="list-style-type: none"> 女性ぼうさいサポーターズブックの利活用により、女性が力を発揮する学校教育活動や地域防災活動の活性化を図る。 	
<p>事業内容⑤ 実施内容 A 女性ぼうさいサポーターズブックの制作 (配布:2月~3月)</p>	<p>■具体的な取り組み内容</p> <ul style="list-style-type: none"> せんだい女性防災リーダーネットワークのメンバーが中心となった多様な実践活動の記録や、新たな取材に基づいて制作する。 制作された女性ぼうさいサポーターズブック(冊子版)を宮城県内の関係各所に配布し、仙台市内だけでなく宮城県内において、女性が力を発揮するコミュニティ防災教育の実践者のネットワークを拡大するためのツール、情報源とする。 	

	<ul style="list-style-type: none"> 制作された女性ぼうさいサポーターズブックについて、東北大学災害科学国際研究所防災教育協働センターのウェブサイトプラットフォームとしたウェブ版も公開する。 制作された女性ぼうさいサポーターズブックについて、仙台防災未来フォーラム 2026 の展示ブースにおいて、来場者に広く配布し、情報発信を行う(3/14)。 <p>■成果(提供者)</p> <ul style="list-style-type: none"> 女性が力を発揮するコミュニティ防災教育の実践者による多種多様な活動事例を広く社会に紹介することができた。 女性が力を発揮するコミュニティ防災教育推進の社会的な潮流を宮城県内外へ拡大することができた。 	 <p>https://drredu-collabo.sakura.ne.jp/jyoseibosai/ln</p>
<p>事業内容⑤を実施する中で発生した課題や失敗点</p>	<p>■発生した課題や失敗点</p> <ul style="list-style-type: none"> 特記事項なし。 <p>■乗り越えた方法</p> <ul style="list-style-type: none"> 特記事項なし。 	
<p>事業内容⑤を実施する上で工夫した点</p>	<ul style="list-style-type: none"> 制作された女性ぼうさいサポーターズブック(冊子版)の関係各所への配布にあたり、本事業の関係機関の協力を得ることができた。 配布先は以下の通り。 <ul style="list-style-type: none"> ➢ せんだい女性防災リーダーネットワーク ➢ 女性ぼうさいサポーターズブックの掲載者 ➢ 「女性と防災に関する学びのセミナー(2/20)」当日の参加者 ➢ 仙台市危機管理局減災推進課 ➢ 仙台市市民局市民活躍推進部男女共同参画課 ➢ 仙台市男女共同参画推進センター エル・パーク仙台 ➢ 宮城県復興・危機管理部防災推進課 ➢ 宮城県内市町村の男女共同参画関係課室 ➢ 東北大学災害科学国際研究所防災教育協働センターなど 制作された女性ぼうさいサポーターズブック(冊子版)の情報発信の機会として、仙台防災未来フォーラム 2026 の展示ブースを活用する(3/14、本事業からの経費支出なし)。 	 <p>仙台防災未来フォーラム 2026 のブース展示の様子</p>
<p>事業内容⑤ 残課題等</p>	<ul style="list-style-type: none"> 特記事項なし。 	

■参考資料

- 参考資料 1-1:田子地区地域防災訓練表 2025 および第 23 回福住町防火・防災訓練小学生・中学生フローチャート
- 参考資料 1-2:せんだい女性防災リーダーネットワークの活動紹介パネル(10 枚)
- 参考資料 1-3:女性と防災まちづくりミニイベント「地域と学校で育てる防災力」フライヤー
- 参考資料 2-1:先進地視察(横浜)訪問者リストおよびスケジュール
- 参考資料 2-2:せんだい女性防災リーダーネットワーク(大内幸子)ミニプレゼン資料
「地域防災の取り組みと学校との連携」地域と学校がパートナーとして協働～災害に備えて～
- 参考資料 2-3:SAY'S 東松島(山縣嘉恵)ミニプレゼン資料
「宮城県東松島市の地域と学校をつなぐ活動事例～小学校にとことん寄り添うゆるやかな活動～」
- 参考資料 2-4:仙台市危機管理局減災推進課(早坂政人)ミニプレゼン資料
「仙台市における地域防災推進の取り組み～自助・共助推進のための公助～」
- 参考資料 2-5:宮城県復興・危機管理部防災推進課地域防災班(福原 熙)ミニプレゼン資料
「宮城県における女性の地域防災参画に向けた取り組みについて」
- 参考資料 3-1:ハザードマップ(福住町防災パンフレット(水害編))
- 参考資料 4-1:女性と防災に関する学びのセミナーのフライヤー
- 参考資料 4-2:コミュニティ防災に関する国際交流セミナープログラム
- 参考資料 5-1:女性ぼうさいサポーターズブック(PDF)

田子地区地域防災訓練表 2025

福住町内会

◇訓練のタイム・スケジュール

時刻	内容	行動計画	備考
8:00	町内会役員集合	会場設営(前日も)	
9:00	情報収集開始	情報収集班	各班長
9:30		宮城野消防団高砂分団福田町部 到着	
9:45	町内広報出発 受付開始	広報車で防災訓練と白旗掲示の広報	SBL大内・中1年
10:00	開会宣言 軽症者・要支援者の安否確認	本部受付で各役員色別テープを張る 【赤】情報収集班・班長 【黄】救援物資班 【青】救急救護班【銀】給食・給水班【緑】消防協力班 【黒】町内会役員【白】来賓・他町内会 女性部・防火クラブ・中学生が向かう	女性部・各役員 来賓・他町内会名簿 車椅子持参
10:20	各コーナー紹介 ・トイレカー ・救急車両 ・河北新報社防災教育室 ・(空き缶でご飯を炊く)サバ飯 ・消防団車両	減災ブース・パネル展示(23ブース) リバースネット梅田川・みみサポみやぎ・ バルーン創作・救命胴衣・日本建築士会 災害時給水栓開栓演習・感染症対策 腹話術・消防のショウちゃん『防災教室』	SBL大内 小学生・中学生
10:50	救援物資の搬送訓練	災害時協力協定支援物資受け取り 千葉県流山市四季野自治会	救援物資班 中学生
11:10	中学生・小学生による実技訓練	車椅子・白杖体験 (社会福祉協議会) 水囊づくり・高齢者疑似体験 ラップで応急処置・簡易トイレ・キット制作 (せんだい女性防災リーダー)	中学1年・3年生 中学1・2年生
11:30	倒壊家屋からの救出・搬送 消火訓練	中学生が負傷者を救出・手作りタンカ 救急車へ搬送 ①オイルパン消火 ②消火訓練 ③バケツリレー (中学生・防火クラブ・班長)	女性防火クラブ 中学2・3年生 救護班 消防協力班 赤間・鈴木
12:15	閉会式 炊き出しによる昼食	総評 (東北大学災害研・佐藤健氏) 豚汁	菅原会長 中学校役員 中学生手伝い
13:00	片付け・終了	全員で!	

第23回 2025 11.9

福住町防火・防災訓練

小学生・中学生フローチャート

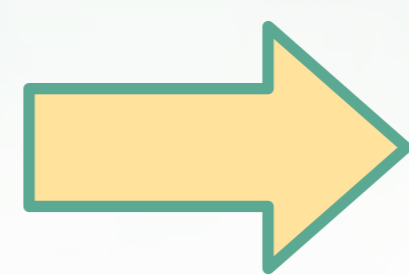


8:40	高砂小学校登校 授業1時間 (8:40~9:25) 保護者の授業参観
9:30	一斉下校→福住公園へ (担当の先生2名・役員さん1名~2名) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;">中学生 9:30到着 9:40から広報車両で広報 (仮) 要支援者の安否確認・女性部と車椅子で向かう</div>
10:00	開会宣言 <div style="border: 2px dashed red; padding: 5px; margin: 10px 0;">小学生・中学生のお父さん・お母さんたちも皆さんで参加しましょう!</div>
10:20	各コーナー紹介 (小学生の部) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"><ul style="list-style-type: none">・風船で遊ぶコーナー・キッズ防火服試着体験 (写真撮影OK)・防災カラフルランタンづくり (1年~4年生)・腹話術「お人形ショウちゃんの楽しい防災教室」(1年~3年)・(空き缶でご飯を炊く) サバ飯 (5, 6年生)・防災ぬりえ (4年生)</div>
11:10	中学生の実技訓練 (全員で中央コーナーへ・見学) <div style="display: flex; justify-content: space-between;"><div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"><ul style="list-style-type: none">・車椅子・白杖体験・高齢者疑似体験・「倒壊家屋からの負傷者救出と救急車への搬送」・毛布でタンカづくり・サランラップを使い傷の手当・簡易トイレづくり</div><div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"><ul style="list-style-type: none">・災害時協定支援物資搬送訓練・水囊づくり・災害時給水栓開栓演習 (小学生も参加可能)</div></div>
11:30	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;">大声コンテスト(小学生低学年)</div> <h3 style="text-align: center;">消火訓練</h3> <ul style="list-style-type: none">・女性防火クラブ(オイルパン消火)・小学生親子・中学生消火訓練・全員でバケツリレー <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; display: inline-block; margin: 10px 0;">必ず役員さんがついてください</div> <div style="text-align: right;"> (はくせい) のパンダがみれるよ!</div>
12:20	総評 炊き出しによる昼食 (豚汁)

せんだい女性防災リーダーネットワーク

「女性のための防災リーダー養成講座」終了時に修了生が立ち上げ、（青葉区・宮城野区・太白区・泉区・若林区）5区で各区での活動
町内会役員・学校支援関係者・民生委員・防災士・市職員・SBLのメンバーからなる。
現在72名 月1度の各区代表者会議・月1度程度の各区定例会

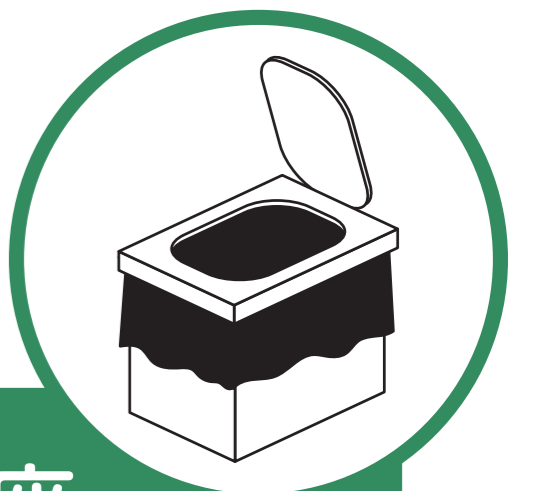
仲間とつながることが出来、
活動の範囲が広がる



地域に
生かせる

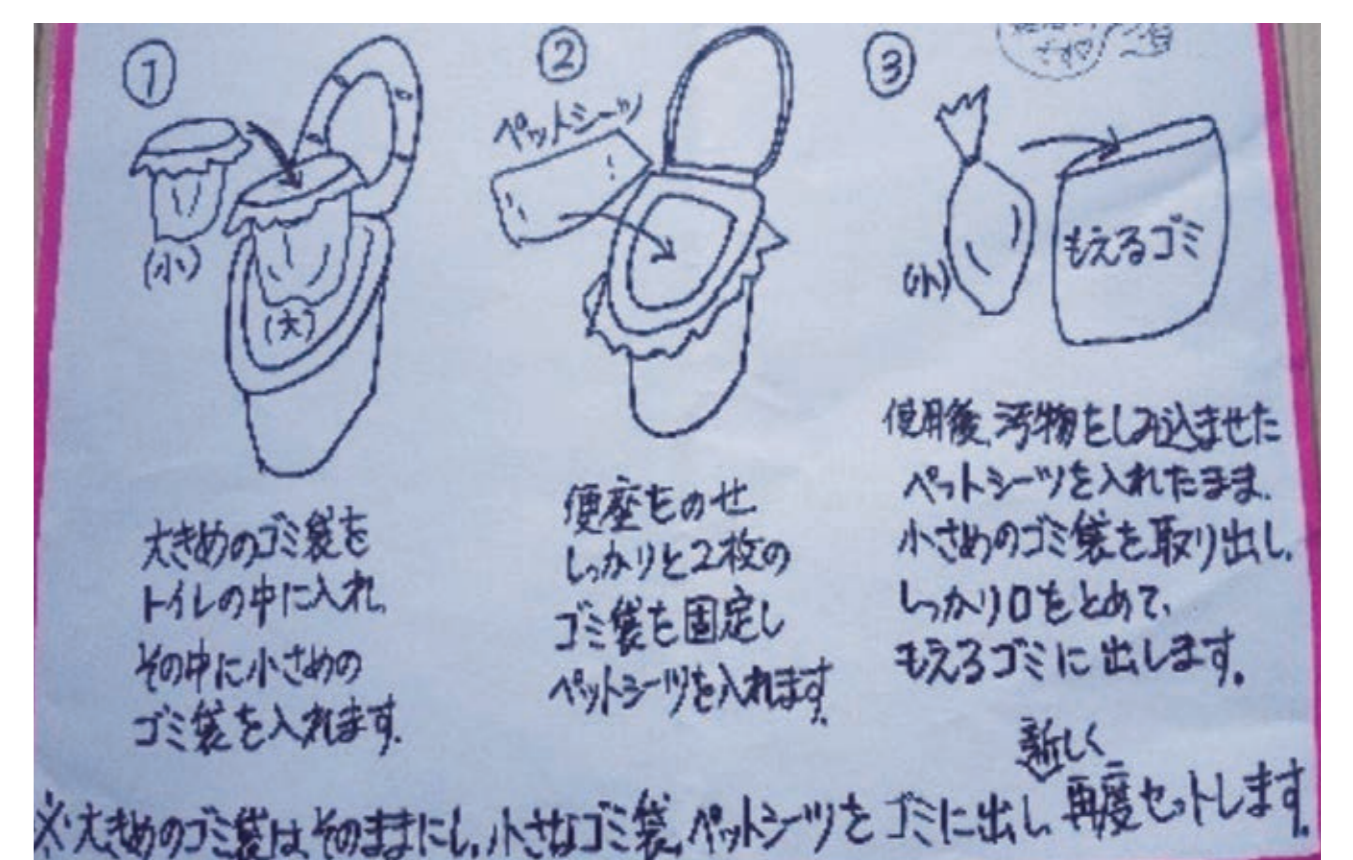
多様な視点での
防災に取り組む

『仙台市防災功労表彰受賞 R4.1.17』（事務局は5区の代表者で運営）



- イベントや研修会等いろいろな切り口から楽しく防災を学ぶワークショップ等を開催
- 女性ならではの視点とリーダーシップを活かしながら地域防災力を高める
- さまざまな活動で、地域に貢献したいとの思い！
- 老若男女や多様な人たちとの交流を図り、地域に根差した活動を平成26年から始める

携帯トイレ作成講座



ママのための防災講座



防災講座 『避難所ってどんなところ？』



八幡児童館防災講座



せんだい女性防災リーダーネットワーク

R5年3月

女性防災リーダー養成講座2023開催

2023年1月16日(月) 13:30~15:30

会場：エルパーク仙台セミナーホール
主催：特定非営利活動法人イコールネット仙台
せんだい女性防災リーダーネットワーク

1. 講演

阿部 利江 講師

(災害時に障がい者が抱える困難について)

八幡 悦子 講師

(被害者が災害時に抱える困難について)

宗片恵美子 講師

(防災・災害復興に必要な
女性の視点・多様な視点とは)

2. シンポジウム

～それぞれに必要な支援の在り方を考える～

コーディネーター 宗片恵美子

2023年1月30日(月) 13:30~16:00

会場：エルパーク仙台セミナーホール
主催：特定非営利活動法人イコールネット仙台
せんだい女性防災リーダーネットワーク

1. 「仙台市地域防災計画を知ろう！」

～自助・共助・公助の役割～

(仙台市危機管理局減災推進課 長濱課長)

2. せんだい女性防災リーダーネットワークの 活動報告と防災ワークショップ

(せんだい女性防災リーダーネットワーク)

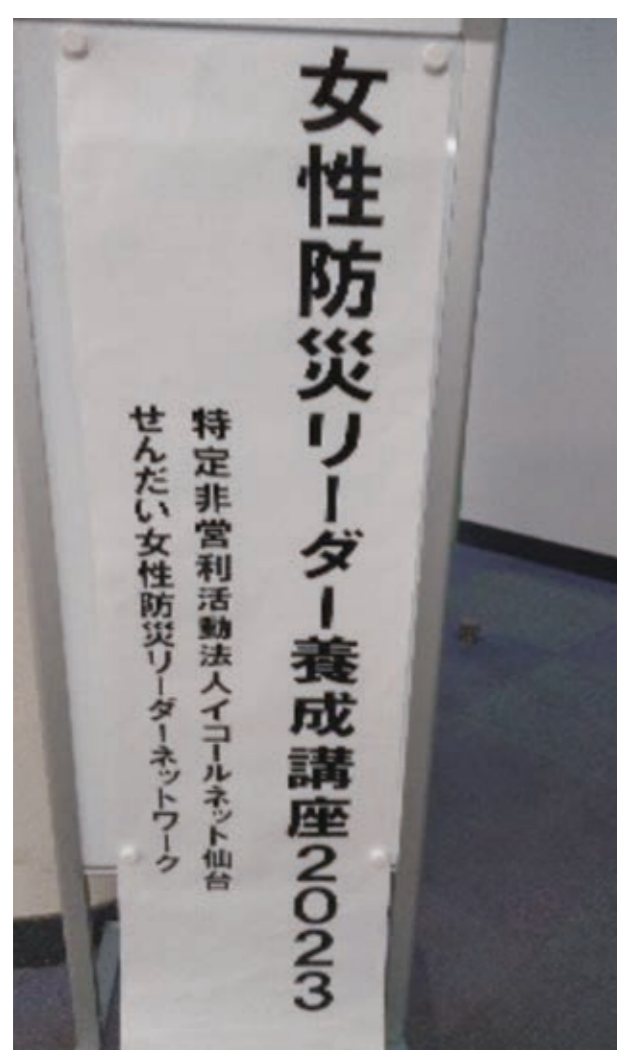
大内. 室月. 須藤. 今野. 澤田.

若生. 繁野. 高畑. 伊藤



震災から12年がたち、新たなメンバーを増やしたいという思いで、約10年ぶりでの養成講座の開催でした。22名の受講生が、女性とジェンダー、多様な視点で取り組む防災・減災を学びました。ワークショップでは仙台市の防災の取り組み、地域の避難所運営を聞きながら女性防災リーダーへの抱負等、沢山の意見が出ました。女性の視点を活かしながら、地域に根差した防災活動を、新メンバーと一緒に楽しく取り組んでいけたらと思います。

大内 幸子



せんだい女性防災リーダーネットワーク

R7年3月

各区代表者が毎月1回、エルパーク仙台5階交流スペースで「代表者会議」を開催。各区の活動報告や情報交換をしながら、多様な視点での防災活動に取り組んでいます。



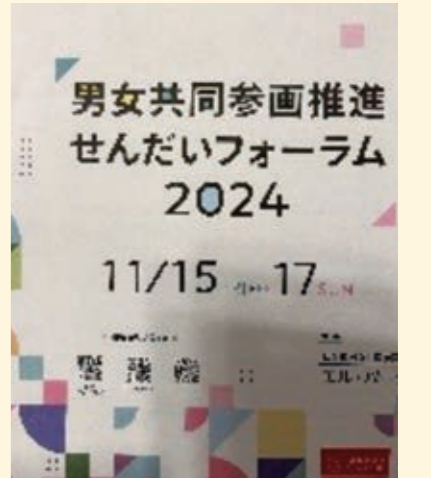
「男女共同参画推進せんだいフォーラム2024」

R6.11.15(金) 13:30～

せんだい女性防災リーダーネットワーク 主催企画

防災・減災「自然災害に備えよう」～講話とワークショップ～

講師：仙台市減災アドバイザー 早坂 政人氏



アンケートから

* 町内会の活動に活かしたい。* 参加者の皆さんが、湯気が出るほど元気に意見を出し合い、来ない人にも聞いてほしい講座です。* 避難所初動、とても大切。* 早坂氏のお話が分かり易く、楽しかった。* 防災・減災に熱い思いの人達と繋がることが出来刺激になった。* 課題に対するアイデアをもらった。



「女性と防災ミニイベント」

R7.3.22(土) 13:30～

男女共同参画(財)主催 せんだい女性防災リーダーネットワーク企画協力・実施

「みんなで話そう災害への備え」～なぜ一人一人の備えが必要?～



アンケートから

* トイレの事はとても大事なので実演が見れてよかった。* 女性防災リーダーの活躍の場があり、初めて知ったことが多い。* 聴講、ワークショップ、実演、備蓄の閲覧と内容が濃くもっと時間が欲しい。* 参加し、学び続けることが大事と学んだ。* 防災都市仙台は自助の意識の高い市民で出来ていると思った。

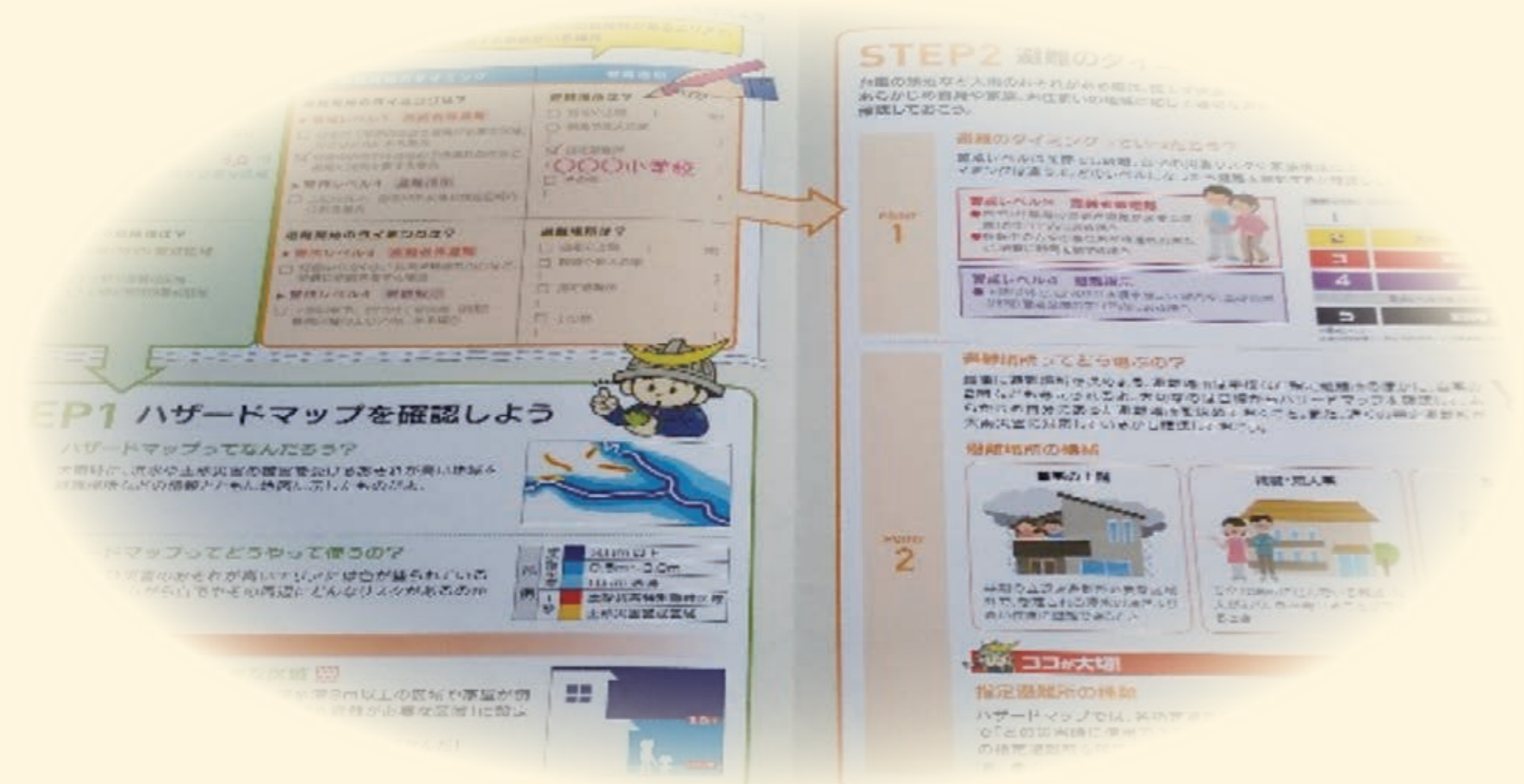
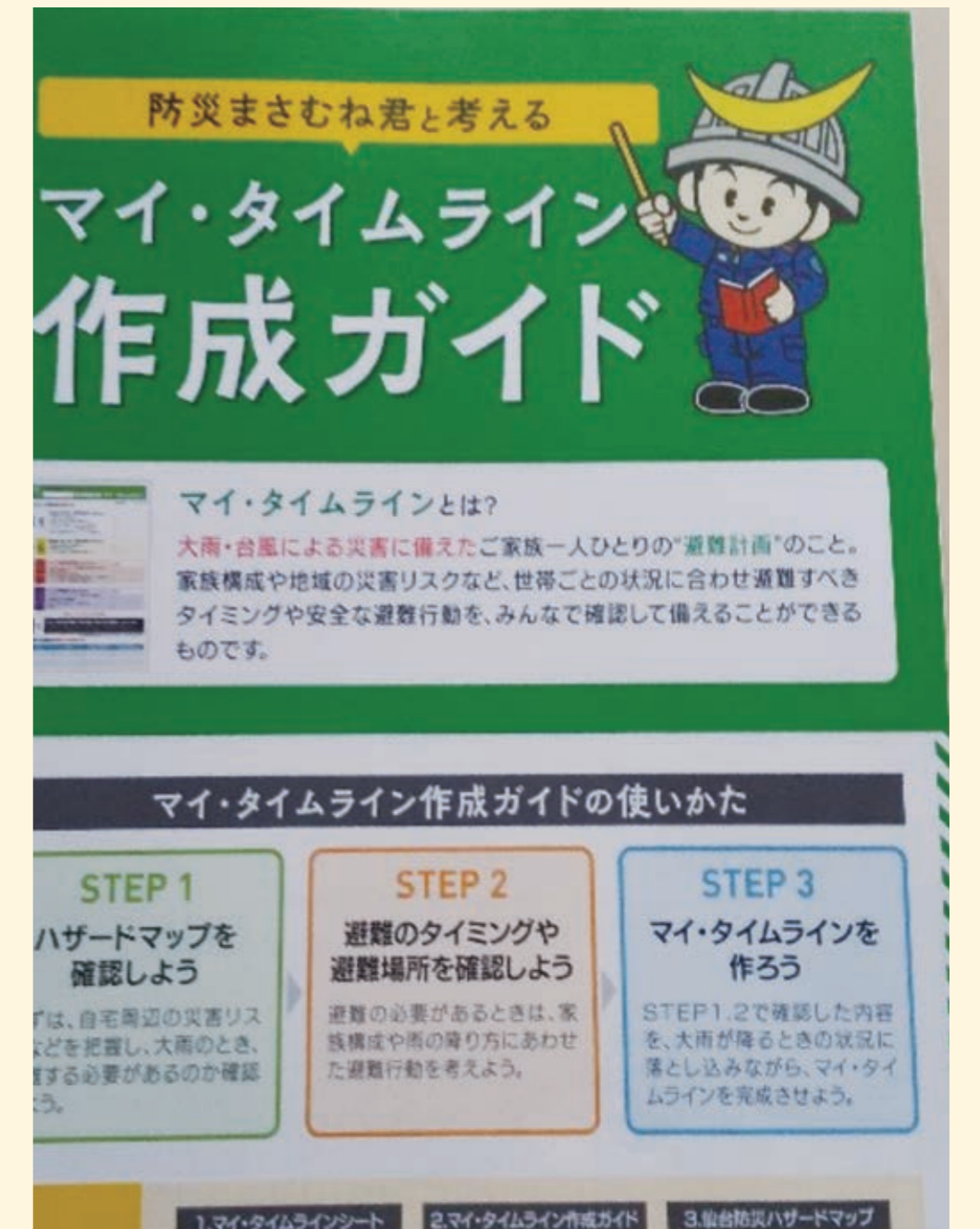


いつも皆様のご協力をありがとうございます♡



せんだい女性防災リーダーネットワーク

仙台市危機管理局減災推進課主催 「マイ・タイムライン作成講座」



※せんだい女性防災リーダーネットワーク (SBLに在籍) に、減災推進課から運営サポート依頼がありました。

せんだい女性防災リーダーネットワーク宮城野

R7年7月22日(火) 宮城野区シンポジウム・納涼名刺交換会 (サンプラザ)

「自然災害から身を守るために！」 講師：川原田 春義 氏



企画員：有坂・菅野・大内・田中・眞野

女性防災リーダー宮城野5名が企画委員をさせていただいています。❤

※新田学区総合防災訓練…眞野さんが活躍

(R7.6.15)



※カムチャッカ半島大地震 (R7.7.30)

津波警報が鳴り続け、高砂小で避難所運営。(100名近く避難)

・赤ちゃんや妊婦さんが多く避難してきました。女性防災リーダーの必要性を実感！ (大内)



R7年8月2日(土) みやぎの防災・減災ひろば (中央市民センター・女性防災リーダー宮城野共催)

「災害拠点病院とは？」 講師：佐藤 大 氏

※災害医療を行う拠点病院の役割を学ぶ。普段、地域との接点がなかなかない病院関係・医科薬科大学。ワークショップから、「地域が病院にしてほしいこと」「病院が地域にしてほしいこと」のテーマで沢山の意見が出て盛り上がりました。😊 講座では、医療のお話の前に自然災害や防災気象情報、自助・共助についてのお話しをしていただきました。

アンケートから

- ・拠点病院の事をもっと多くの人に周知したい。
- ・初めて聞いた人にもわかり易く理解できた。
- ・トリアージを詳しく実践的な方法を知れてよかった。



次回定例会は9月3日(水) 13:00~ 「SUG」の勉強会をします。

・気仙沼防災リーダー (KBL) 養成講座
・東北学院大 (100名) 防災講座 講師依頼 大内

せんだい女性防災リーダーネットワーク宮城野

みやぎの防災・減災ひろば

H30.9.29

「みんなで考える“聞こえない”という事」

聴覚障害者の方が、震災時に困難を抱えたこと。
私たちに出来る事、地域で出来る事、自然災害が多発している昨今、自分事としてグループで気づきを発表をしました。

みみサポみやぎさんとワークショップ



※講座前の準備として、「みみサポみやぎ出前講座」をお願いしました。

東日本大震災の時、避難所に避難したものの、皆さんが何で並んでいるのか、情報をとるのにとっても苦労したそうです。

せんだい女性防災リーダーネットワーク泉

防災講座「子育て世帯の在宅避難の備え」

避難とは → 「**難**」を「**避**」けること

避難所に行くことだけが避難ではありません。

ライフラインが止まっても自宅で生活できる備えとは？

電気・水道・ガス＋情報

八乙女児童館 2025年9月26日(金)



防災グッズの展示



東日本大震災当時のこの地域の状況の説明



防災グッズを見ながら
質疑応答



クイズのタイトルは子どもたちが作ってくれました！



解答発表会の様子

防災講座・防災減災クイズともに、2019年より継続してご依頼いただき活動しています

せんだい女性防災リーダーネットワーク若林

若林メンバーは5名
若林区の「防災・減災」「地域密着」活動を目指しています



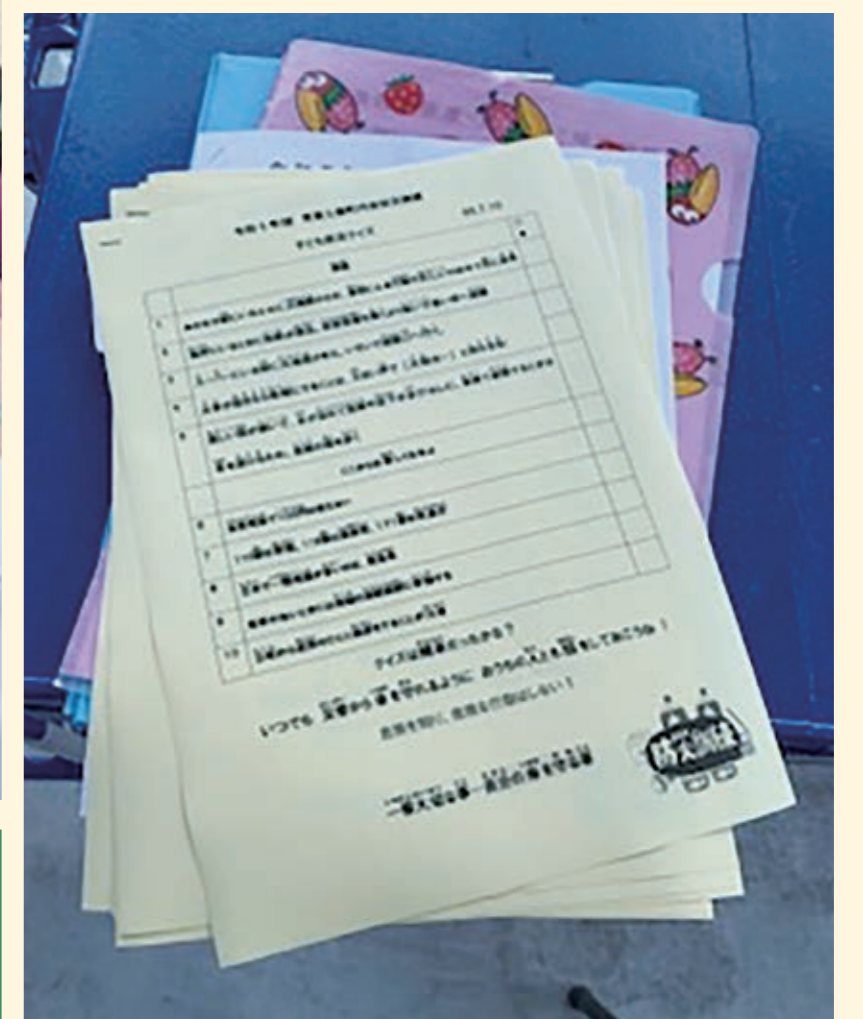
若林区 2022年「ふるさとまつり」出展店の様子



2023年エルパーク仙台フォーラム
若林区メンバーと



防災訓練活動の様子



個人活動や自主防災グループと若林全体活動の共存を検討中！



せんだい女性防災リーダーネットワーク太白

☆太白区民まつり

2025・10・19(日)

秋晴れの日 これから活動です



非常時携帯トイレ個包装 → 持ち帰り

参加の皆様、真剣な作業



防災のお話

2025年7月24日(木)

茂庭台児童館防災講座



3年目の防災講座です

防災ランタンを作ろう・携帯トイレを知ろう!!

2025年9月6日(土)

山田市民センター防災講座



時間の経過とともに
集中力が増し!!

防災ランタンって?!

2025年10月10日(金)

長町児童館子育て支援クラブ防災講座／長町市民センター防災講座



とても綺麗に出来ました。
災害時少しホットしますね。

せんだい女性防災リーダーネットワーク青葉

「サバ飯を作ろう」 上杉山通小学校区

通勤族が多く、震災時はライフラインが止まっていた状況や避難所について知識不足でした。備蓄用のアルファ米を食べたことのない方が殆どだったので、小学校の家庭科室を利用し、アルファ米を使ったサバ飯づくりを行った。災害後も自宅で生活するメリットとして、プライバシーが守れる、子供の世話をしやすい、自宅の片づけをマイペースでできるなどを伝え、備蓄や家庭間の連絡方法の必要性も伝えた。

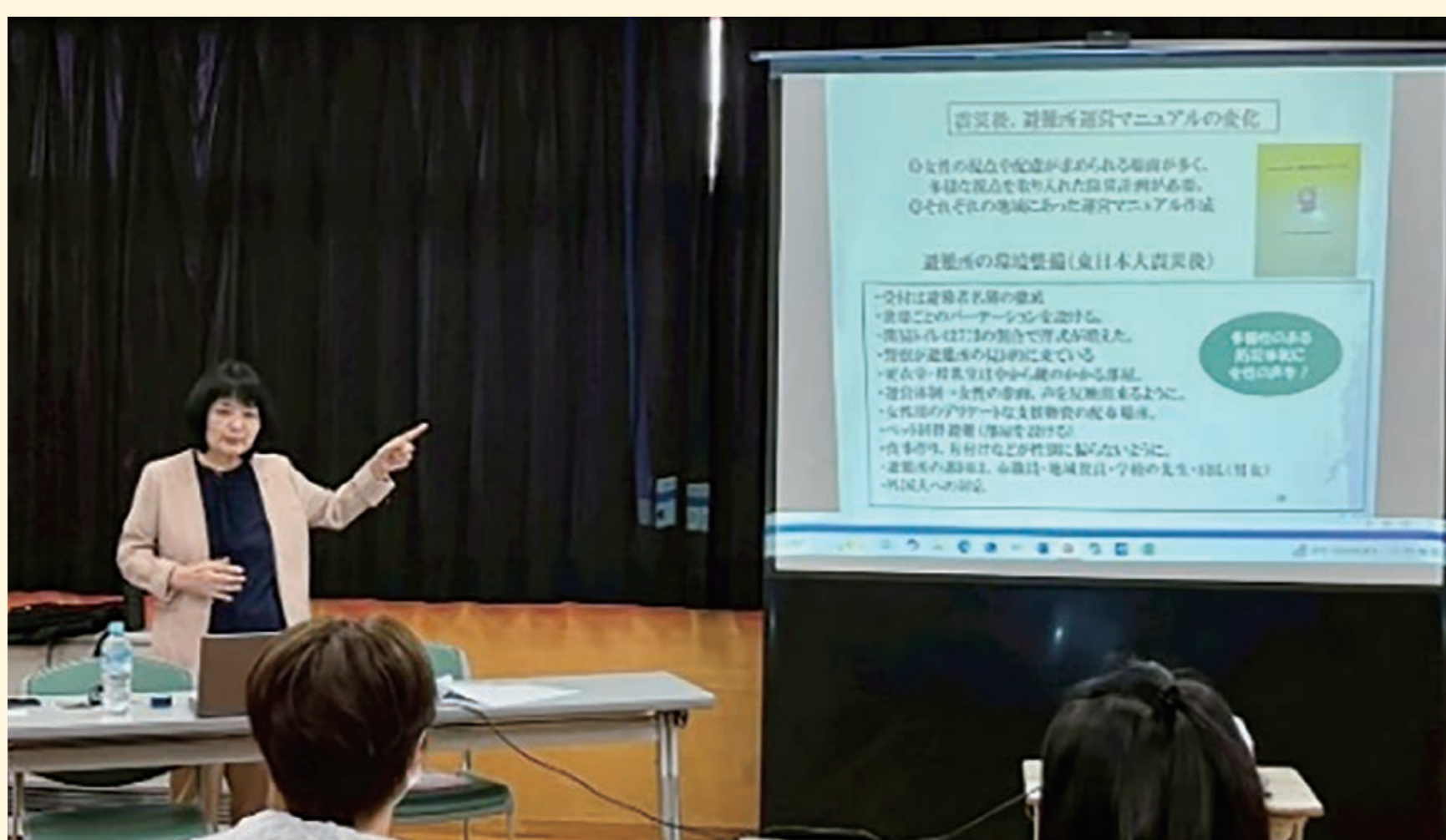


ポケットティッシュづくり

「大人向け防災講座」 上杉山通小学校社会学級

地域の大人が小学校に集まり、「東日本大震災から学んだ教訓と備え」
～多様な視点で自助・共助を学ぶ～

と題した防災講座を行いました。通勤族が多い地域なので、普段から顔が見える関係づくりを大切にしていきたい、と声が上がりました。マンションに住んでいる方も多くマンション防災も学びました。



平時からの備えと顔が見える関係づくりを！

女性と防災ミニ講座・普段からの備え(エルパーク)

地域と学校で育てる防災力

学校の防災授業ってどんな感じ？
地域に暮らす私たちはどうやって
学校とつながる？

取り組み事例を聞き、
自分にできることを
参加者同士で話しましょう。



Women Can Do It!

話題提供

早坂政人氏 (仙台市防災・減災アドバイザー)

大内幸子氏 (せんだい女性防災リーダーネットワーク代表)

2026
1/24(土) 13:30-15:15

会場 エル・パーク仙台
市民活動スペース
141ビル(仙台三越定禅寺通り館)5階

参加費 無料

定員 15名 (先着順)



申込はこちら

企画協力・実施

せんだい女性防災リーダーネットワーク

「女性のための防災リーダー養成講座」を受講した
メンバーが地域や世代を越えたネットワークを生かし、
地域に根ざした防災減災活動をおこなっています。

託児 お子さん1人あたり300円
(要申込・先着順・1月15日締切)



申込・問合せ

エル・パーク仙台 管理事業課 事業係
TEL 022-268-8301 ✉ park2@sendai-l.jp

主催：(公財)せんだい男女共同参画財団

内閣府（防災）令和7年度「コミュニティ防災教育推進事業」
先進地視察（横浜）訪問者リスト

	氏名	所属・肩書
1	◎ <small>おおうち ゆきこ</small> 大内 幸子	せんだい女性防災リーダーネットワーク・代表／宮城野代表
2	<small>すとう なおみ</small> 須藤 直美	同上・副代表（会計兼務）／泉代表 ※都合により欠席
3	<small>こんの まり</small> 今野 麻里	同上・副代表／太白代表
4	<small>さわだ ひろみ</small> 澤田 宏美	同上・監事／若林代表
5	<small>さとう ともこ</small> 佐藤 朋子	同上・監事／青葉代表
6	<small>しげの みどり</small> 繁野 みどり	同上（太白元代表）
7	<small>わかう あや</small> 若生 彩	同上（若林元代表）
8	<small>たかはた のぶこ</small> 高畑 信子	同上（宮城野元代表）
9	<small>はやさか まさと</small> 早坂 政人	仙台市危機管理局防災・減災部減災推進課・仙台市防災・減災アドバイザー
10	<small>ささき こうじ</small> 佐々木 浩司	仙台市危機管理局防災・減災部減災推進課減災推進係
	<small>ふくはら ひかり</small> 福原 熙	宮城県復興・危機管理部防災推進課地域防災班・主事 ※北海道・三陸沖後発地震注意情報の発表によりキャンセル
11	<small>おくだいら ゆきえ</small> 奥平 幸恵	仙台市立長町南小学校学校運営協議会・委員／スーパーバイザー
12	<small>やまがた かえ</small> 山縣 嘉恵	SAY'S 東松島・代表
13	<small>さいとう ゆみこ</small> 齋藤 由美子	東北大学災害科学国際研究所上廣防災学寄附研究部門・助手
14	<small>かん へうおん</small> 康 慧元	東北大学災害科学国際研究所防災実践推進部門防災教育実践学分野・Visiting researcher
15	<small>ほりぐち いずみ</small> 堀口 和泉	東北大学工学部建築・社会環境工学科（防災教育実践学分野）・4年生
16	○ <small>さとう たけし</small> 佐藤 健	東北大学災害科学国際研究所防災実践推進部門防災教育実践学分野・教授

◎代表、○事務局

内閣府（防災）令和7年度「コミュニティ防災教育推進事業」
先進地視察（横浜）スケジュール

1日目：2025年12月15日（月）

仙台駅集合（10:00）

※集合場所：JR 仙台駅 3階新幹線南口改札付近

参加者確認およびブリーフィング

はやぶさ 108号(E5/H5系)(東京行) 351.8km (昼食は新幹線内で各自)

| 10:22-11:56 [94分]

◇東京 21番線着・10番線発 [乗換7分+待ち3分]

| 東海道本線(東日本)(熱海行) 28.8km

| ↓ 12:06-12:33 [27分] (普通車)

横浜駅着

【研修①】「防災塾・だるま」との情報交流会

会場：かながわ県民活動サポートセンター11階講義室

(神奈川県横浜市神奈川区鶴屋町 2-24-2)

オープニング

13:00-13:20 開会・歓迎挨拶／会員紹介

鷲山龍太郎（防災塾・だるま 塾長）

趣旨説明・訪問団紹介

大内幸子（せんだい女性防災リーダーネットワーク 代表）

佐藤 健（東北大学災害科学国際研究所 教授）

第1部：神奈川・宮城における防災活動と女性防災リーダー（Ⅰ）

13:20-13:40 横浜の地域防災拠点訓練の取組

和泉 禮子（東希望が丘小学校地域防災拠点運営委員会 会長）

13:40-14:00 せんだい女性防災リーダーネットワークと仙台市地域防災リーダー（SBL）の活動

大内幸子（せんだい女性防災リーダーネットワーク 代表）

14:00-14:20 防災塾・だるまの活動と「防災庁」設置への提言

鷲山龍太郎（防災塾・だるま 塾長）

14:20-14:40 質疑応答・意見交換（全体討議）

14:40-15:00 休憩・名刺交換

第2部：神奈川・宮城における防災活動と女性防災リーダー（Ⅱ）

15:00-15:20 仙台市における地域防災推進の取り組み

～自助・共助推進のための公助～

早坂 政人（仙台市危機管理局 防災・減災アドバイザー）

15:20-15:40 平塚市における地域防災と女性リーダーの実践

山田 美智子（ひらつか防災まちづくりの会 代表／防災塾・だるま副塾長）

15:40-16:00 宮城県東松島市の地域と学校をつなぐ活動事例

～小学校にとことん寄り添うゆるやかな活動～

山縣 嘉恵（SAY'S 東松島 代表）

16:00-16:20 全体討議：今後の連携に向けて（実務課題・共同テーマ抽出）

クロージング

16:20-16:30 閉会挨拶・記念撮影

宿泊先：ホテルルートイン横浜馬車道（神奈川県横浜市中区弁天通 4-53-1）

2日目：2025年12月16日（火）

宿泊先チェックアウト
貸切バスで移動

【研修②】 10:00～11:30 横浜市立北綱島小学校訪問
(横浜市港北区綱島西 5-14-40／電話：045-542-9248)

進行：佐藤 健（東北大学災害科学国際研究所 教授）

- 10:00-10:05 オープニング、挨拶
- 10:05-10:20 ミニプレゼン①「北綱島小学校での安全防災教育の取組（仮題）」
福島 豊先生：横浜市立北綱島小学校・校長
- 10:20-10:35 ミニプレゼン②「学校運営協議会で連携する防災まちづくり」
垣中 祐二氏：北綱島小学校地域防災拠点運営委員会・副会長
- 10:35-10:50 ミニプレゼン③「せんだい女性防災リーダーネットワークと仙台市地域防災リーダー（SBL）の活動」
大内 幸子：せんだい女性防災リーダーネットワーク・代表
- 10:50-11:05 ミニプレゼン④「宮城県東松島市の地域と学校をつなぐ活動事例
～小学校にとことん寄り添うゆるやかな活動～」
山縣 嘉恵：SAY'S 東松島・代表
- 11:05-11:25 質疑応答・総合討論
- 11:25-11:30 クロージング、挨拶、写真撮影

貸切バスで移動

～昼食～

レストラン オークラ本店（神奈川県横浜市港北区樽町 1-22-24／050-5594-8934）
貸切バスで移動

【研修②】 13:30～15:00 横浜市立太尾小学校訪問
(横浜市港北区大倉山 7-34-1／電話：045-541-7651)

進行：佐藤 健（東北大学災害科学国際研究所 教授）

- 13:30-13:35 オープニング、挨拶
- 13:35-13:50 ミニプレゼン①「コミュニティ・スクールと地域学校協働活動の一体的推進（仮題）」
館 雅之先生：横浜市立太尾小学校・校長
- 13:50-14:05 ミニプレゼン②「学校を拠点とした防災まちづくり」
竹崎 理浩氏：太尾小学校地域防災拠点運営委員会・委員長
- 14:05-14:20 ミニプレゼン③「せんだい女性防災リーダーネットワークと仙台市地域防災リーダー（SBL）の活動」
大内 幸子：せんだい女性防災リーダーネットワーク・代表
- 14:20-14:35 ミニプレゼン④「宮城県東松島市の地域と学校をつなぐ活動事例
～小学校にとことん寄り添うゆるやかな活動～」
山縣 嘉恵：SAY'S 東松島・代表
- 14:35-14:55 質疑応答・総合討論
- 14:55-15:00 クロージング、挨拶、写真撮影

貸切バスで移動

【研修③】 16:00～17:00 横浜市政策経営局男女共同参画推進課訪問
(横浜市中区本町 6-50-10 市庁舎 9 階 / 045-671-2017)

進行：佐藤 健 (東北大学災害科学国際研究所 教授)

16:00-16:05 オープニング、挨拶

16:05-16:20 ミニプレゼン①「横浜市男女共同参画の視点を取り入れた防災事業について」

佐藤 あゆみ氏：横浜市政策経営局男女共同参画推進課・担当係長

16:20-16:30 質疑応答

16:30-16:45 ミニプレゼン②「宮城県における女性の地域防災参画に向けた取り組みについて」

福原 熙：宮城県復興・危機管理部防災推進課地域防災班・主事

代理発表：佐藤 健 (東北大学災害科学国際研究所)

16:45-16:55 質疑応答

16:55-17:00 クロージング、挨拶、写真撮影

横浜市庁舎から宿泊先（ホテルルートイン横浜馬車道）へ徒歩移動し、各自の荷物をピックアップ、その後、みなとみらい線の馬車道駅へ徒歩移動。

馬車道

| みなとみらい線（横浜・渋谷・池袋方面） 17:25, 17:29, 17:33, 17:37, 17:41

| 5分

◇横浜

| 東海道本線（東日本） 17:40-18:05 [25分] / 17:48-18:13 [25分]

| 17:54-18:20 [26分] / 18:05-18:30 [25分]

| ↓ （普通車）

◇東京

| 18:56⇒20:28 はやぶさ 109号 351.8km

| ↓

仙台駅着（仙台駅解散）

※ 切符、宿泊先等の手配は、事務局が（株）ワールドトラベル仙台に包括発注

以上

「地域防災の取り組みと学校との連携」 地域と学校がパートナーとして協働 ～災害に備えて～

R7年12月15・16

仙台市地域防災リーダー(SBL)
せんだい女性防災リーダーネットワーク代表
福住町町内会 防災・減災部長
大内幸子

1

私と学校との関わり

高砂小学校支援地域本部・スーパーバイザー
高砂小学校運営協議会・コミュニティスクール副委員長
小学1年生学習・生活支援サポート
防犯ボランティア、体育振興会理事



高砂小学校

「学校支援地域本部・スーパーバイザー」
学校の教育活動を支援するため地域の方々の
学校支援ボランティアとしての参加を
コーディネートする。

地域に作られた学校の応援団！



地域と小学校との合同運動会

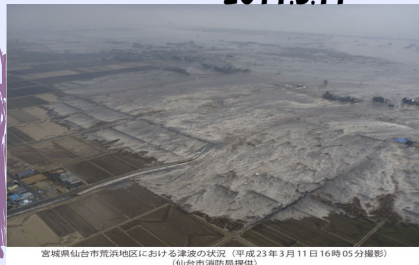


学校防犯ボランティア

2

東日本大震災

2011.3.11



宮城県仙台市荒浜地区における津波の状況（平成23年3月11日16時05分撮影）
（仙台市消防局提供）



七北田川の遡上

死者 15,884人
行方不明者 2,636人

普段の訓練通りに動けた！

14時46分

小学校は「帰りの会」の最中
中学生は次の日が卒業式のため帰宅
小学校へ子供たちの安全を確認に走る！
町内では対策本部を立ち上げ、安否確認に走る！（避難行動要支援者）
避難所の開設（高砂小学校・福住集会所）
炊き出しの準備

3

3.11の指定避難所（高砂小学校）の当日の様子



18時半

- ・500人収容の避難所に2000人近くの避難者（帰宅困難者含む）
- ・仮設トイレは外にあり、和式なので足の不自由な高齢者は大変だった。
- ・更衣室も授乳室もなく女性は着替えに苦勞する。（避難所運営初期の段階）
- ・赤ちゃんを抱えたお母さんはミルクはあるがお湯が無い。
- ・支援物資（プライベートなもの）の受け取りの不具合。
- ・備蓄品は500人分（毛布・ペットボトルは行き渡らない）
- ・避難所は普段の生活そのもの
- ・この当時は避難所運営は男性主体、女性参画のマニュアルではなかった。



全国から支援物資が続々と届く。ありがたかった。
嬉しかった。

避難所での卒業式 2011.3.18

小学校の先生、避難所の方達、地域の人達での手作りの卒業式

※厳しい避難生活の中でも、子供たちに、前向きな記憶を残すための大きな取組みとなった。



震災で思ったこと！

災害の規模が大きければ大きいほど公助には限界！
自助・共助の取組が重要。

日常の取組と訓練が災害時に力を発揮！
災害時には女性の視点に立った防災・減災が必要
○子供達・高齢者など災害弱者への気配りと支援
○避難所は実生活そのもの、災害時の対応能力を持つ

東日本大震災後 自分の気持ちが大きく変わる！
過去の災害の事を伝える事は人の命を守る事に繋がる！
災害時に専門的な知識が無いと行動出来ない！
(福祉・救護・防災・減災、その他沢山学びたいと思った)

仙台市地域防災リーダー（SBL）認定
女性のための防災リーダー養成講座 受講
(せんだい女性防災リーダーネットワークの立ち上げ)
総務省消防庁「災害伝承プロジェクト」語り部として、
東日本大震災の教訓と人の命の大切さ、備えなどを全国に発信！
沢山学んだ知識を地域で発揮したい！

仙台市地域防災リーダー（SBL）の活動

東日本大震災後
自主防災組織の必要性和重要性
災害の規模が大きすぎて行政も被災

→ 地域防災力の強化

発災時

住民の安否確認
情報収集・伝達
避難誘導
初期消火
救出救護
避難所の開設・運営

平常時

地域のマップ作り
自主防災計画(アクションカード)
指定避難所運営の協議・学校との連携
地域住民に対する情報提供・啓発活動
地域防災リーダーどうしの情報交換

- ・仙台市がSBLを活動しやすいように支援
→バックアップ講習会・名簿を学校と町内会長に提示
- ・仙台市独自の講習カリキュラム
→地域防災力診断、DIG、5年以上活動できること。
- ・令和4年度4月現在 774名(うち女性189名)

地域に根差した防災活動



せんだい女性防災リーダーネットワーク

「女性のための防災リーダー養成講座」終了時に修了生が立ち上げ、
青葉区・宮城野区・太白区・若林区・泉区の5区での活動
町内会役員・学校支援者・防災士・民生委員・市職員・SBLのメンバーからなる
現在72名 月1度定例会・月1度各区の代表者会議（事務局は5区の代表者で運営）

仲間とつながる事が出来、
活動の範囲が広がる



多様な視点での
防災に取り組む

イベントや研修会などいろいろな切り口から楽しく防災を学ぶワークショップを開催。
女性ならではの視点とリーダーシップを活かしながら地域防災力を高める活動で
地域に貢献したいとの思い！
老若男女や多様な人たちとの交流を図り、地域に根差した活動を平成26年から始動
「**仙台市防災功労表彰受賞 R4.1.17**」



福住町防火・防災訓練の企画と運営(SBL)

みんなで防災訓練に参加しよう！



中学生と防災訓練の広報



白い旗を玄関に掲げ、訓練に参加

日赤AED



小学生親子



女性防火クラブ

高齢者疑似体験(中1)



ドローン



キッズ防火服着用体験

福住クリニックの先生からトリアージ
震災前から福住町防災訓練に参加



段ボールベッドの作成(中3)



中学校で打ち合わせ

災害救助犬



小学校・中学校は授業として地域の人たち
と一緒に防災訓練をする。
(月曜日は振休)

小学生は楽しい事を切り口に防災を学ぶ。
中学生は3年間 防災の知識を学ぶだけ
ではなく、人として育ち、地域の大きな力と
地域を支える存在になっていきます。



災害時協定・支援物資搬送



サバ飯づくり・子供会



3年生・救出訓練



中学生へメッセージ



中学生たちは3年間の体験を通して、自分達が地域のために役に立っているという自己肯定感を持つようになる。



JAF

黄色エフロン
紺色エフロン、
ピンクエフロン
からし色エフロン

「防災まち歩き」・・・女性防災リーダー・福住町防災部

東北大・北海道大の先生も参加



小学生・中学生親子が参加



梅田川

防災まち歩きの成果物



5年前からの「親子でまち歩き」の学びと2019年の台風19号で床上浸水・床下浸水した町の方たちのアンケートに基づき作成。備えや気づき、ハザードマップ(内水氾濫・外水氾濫)福住町全戸と高砂小学校全児童・教職員に配布。

防災パンフレット

地域保育園の防災訓練(SBLとして参加)

最終指定避難所は高砂小学校なので顔の見える関係づくり



SBLの大内さん!



学校での防災教育サポート



田子中学校



高砂小学校



夏の講座(コムスク提案)



教職員への防災研修会(簡易トイレ組立)



保護者への引き渡し訓練



アドバイスを!

学校での防災教育サポート 令和7年度 高砂小学校4年生



VR体験(洪水)

早坂さん(仙台市防災・減災アドバイザー)の講話



福住町 防災パンフレットの配布と説明

令和7年度 福住町防火・防災訓練の企画と運営(SBL)



中学生と防災訓練の広報

担架づくりとけが人の搬送訓練



中学生

消火訓練

せんだい女性防災リーダーネットワーク

令和7年度 福住町防火・防災訓練の企画と運営(SBL)



救出訓練

仙台市の給水車と給水訓練



中学生

要支援者の避難誘導

ランタンづくり

中学生かほく防災記者
(河北新報社)

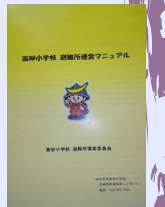
避難所を運営している人たち

避難所運営委員会(学校・行政・地域・SBL)

- ◎普段からコミュニケーションを取っておくと、災害時の避難所運営はスムーズに!
- ◎女性の視点や配慮が求められている場面が多く、多様な視点を取り入れた防災計画が必要。
- ◎それぞれの地域に合った運営マニュアルを作成



避難所運営委員会



地域コミュニティと学校との連携は、 災害時の避難所運営にも反映。

自然災害や事故など、子供達が学校にいる時間帯より地域で発生する確率が高い。学校だけでは子供達は守れなくなっている。

災害が起こったらどうするかではなく、災害が起きる前に準備をしておく！

災害が起きる前に（平常時から）
学校・地域・行政との防災協議会を開催

災害リスクは日本全国にある。

- ・震災と地域の災害を次世代に伝承！
子供達に伝える大切さ。
- ・次世代を担う子供達に伝承していく事が、
安心して安全な持続可能な未来のまちづくりと
人づくりに繋がっていく！



学校の備蓄倉庫の引っ越し。
1階から2階へ「台風の教訓」

21

まとめ

コミュニティ・スクール(CS)の魅力

子供達は地域の宝

子供にとって：学びや体験活動を通して自己肯定感や他人を思いやる心が育つ
教職員にとって：地域の人たちの理解と協力を得た、学校運営が充実
保護者にとって：学校や地域に対して理解が深まり、地域で子供が育てられているという安心感
地域住民にとって：経験を生かすことで生きがいに繋がり、学校を中心とした地域ネットワークが形成される。

女性防災リーダー・地域防災リーダー(SBL)として思う事

- ・地域の災害の歴史を次世代に根気よく伝承して行く
- ・お祭りやイベントを通じ、顔の見える関係が減災に！
- ・学校の防災教育と地域防災のタイアップが、地域の発展と防災力向上に繋がっていく。
- ・災害時は女性の視点に立った防災・減災が必要不可欠。
- ・防災は日常生活そのもの。さまざまなイベントや活動があって防災の活動が活性化する。 → 災害リスク削減

これからも地道に持続可能な防災・減災活動を進めていきたい！



2025年12月16日(火)(事例発表)資料(15分)
宮城県東松島市の
地域と学校をつなぐ活動事例
～小学校にとことん寄り添うゆるやかな活動～

- (1) 山縣 嘉恵プロフィール
- (2) 東松島市について
- (3) 自宅再建まで と本校舎完成までの小学校の様子
- (4) 私の地域活動の紹介～学校にとことん寄り添う活動
自主活動や既存の活動の支援や組織の事業等にもよる
多面的な顔の見える関係性作りを目指した取り組み
- (5) 子どもたちへのボランティア活動が地域にもたらす効果
まとめ ～見える と つなぐ～

作成者：SAY'S東松島代表 山縣嘉恵

2025/12/16

(1)プロフィール
山縣 嘉恵 (防災士)



好きなもの
芋、納豆
です😊

やまがた かね

- ・1967年仙台生まれ仙台育ち。宮城県仙台南高校7回生。
- ・元バスガイド。
- ・結婚して東松島市野蒜へ。(旧鳴瀬町)
- ・震災前から野蒜小の読み聞かせボランティア活動に参加。(現 宮野森小学校)
- ・避難していた野蒜小学校体育館外玄関で津波から逃げて助かる。
- ・家族は全員無事。家は津波で流失。
- ・市民活動グループSAY'S (セイズ) 東松島代表
- ・一般社団法人 石巻震災伝承の会副代表
- ・東松島市立宮野森小学校学校運営協議会協議委員
- ・野蒜みんなの食堂運営委員 ・野蒜地域自主防災組織避難所運営支援担当
- ・東松島市生涯学習課リーダーズバンク登録講師
- ・消防庁「防災意識向上プロジェクト」語り部 ・宮城県防災指導員

バンド♪も
やってます
😊

(2)東松島市
について

宮城県東松島市
人口約37,000人

松島町の先
石巻市の手前

ブルーインパルス
縄文時代の貝塚
2005年矢本町と鳴瀬町が合併して市に。
海苔、牡蠣、米、やさい
嵯峨溪の景観

※参考

東松島市被災状況
※東松島市作成資料より

市内14校中6校が
浸水被害。
うち3校は使用不能に。
・鳴瀬第二中学校
・野蒜小学校
・浜市小学校

(生徒・児童・園児
・保育所児 犠牲者)
小学生 24人
中学生 8人
園児 1人
保育所児 11人 計 44人

(震災遺児・孤児)
遺児 70人(未就学17人、
小学生22人、中学生5人、高
校生など26人)
孤児 6人(小学生1人、中
学生4人、高校生など1人)

管理下外ではあったが、守れた命があったのではないかと
平時からの地域と学校の顔の見える関係性作り強化へ。
平成25年鳴瀬未来中は宮城県内最初のコミュニティスクールに

浸水地域は市街地の65%
(全国の被災市町村中最大)

東松島市の被害状況
平成27年5月20日以降時点修正なし

■人的被害(市民) 1,110人
死 1,044人(死者1,044人+避難死66人)
行方不明者 2人(全住民の約3%)
計 1,132人

■家屋被害 1,133人
全壊世帯 5,513棟
大規模半壊 3,060棟
半壊世帯 2,500棟
計 11,073棟 (全世帯の約73%)

■避難者(最大) 1万5,125人
■避難所(最大) 106箇所
■浸水農地面積 1,460ha/全農地面積3,349ha

野蒜地域

校舎

震災前と震災後の人口・世帯数の推移

年次	人口(人)				世帯数(世帯)			
	世帯別	年少人口	生産年齢人口	老年人口	世帯別	年少世帯	生産年齢世帯	老年世帯
平成22年	14,013	42,903	20,875	22,028	421.2			
平成27年	13,868	39,503	19,408	20,995	389.7	-3,400	-7.9	

年次別人口(年少人口・生産年齢人口・老年人口)

年次	人口(人)			世帯数(世帯)		
	年少人口	生産年齢人口	老年人口	年少世帯	生産年齢世帯	老年世帯
平成27年10月推定	39,503	23,680	10,328	13.5	99.9	26.1

平成27年10月推定
人口 39,503人、世帯数 13,808戸

- ・震災により3,400人の人口減少(人口減少の加速)
- ・震災後、世帯分離等により世帯数は横ばい
- ・65歳以上の人口は約10,000人(全人口の約26%)
- ・半うち介護が必要な方は約1,800人(そのうち65歳以上が半数を占める)
- ・10年後には65歳以上が30%以上に増加
- ・2040年には世帯人口が33,000人まで減少するとの予測

H27国勢調査 39,503人

参考 東松島市について ○は発災前からのことが元になって、震災で、取り組むことに➔つながった、機能したこと。言われること

2003年7.26 宮城県北部連続地震
2005年4. 鳴瀬町と矢本町が合併して東松島市に。

2009年4~まちづくり基本条例
➔市民協働のまちづくりへ

地域自治組織と、地区自治会の制度に(市内8エリア活用)

(行政区長制度廃止)

進める準備がはじまり随時移行。

2011年3.11 東日本大震災
(1)津波の被害が甚大
(2)市民協働のまちづくりが機能した。

2017年地区自治会制度へ移行(市内69自治会)
2025年3月31日市民センター第5期指定管理終了
4月~第6期は令和7年度、8年度は市の直営に

震災がれきの手選別(市建設業協会と協定)

震災がれき発生量

木材・木くず	37万1,000t
混合ごみ	7万9,000t
コンクリート破	40万4,000t
アスファルト破	3万4,000t
金属類	2万5,000t
不燃物混合類	18万5,000t
合計	109万8,000t
(リサイクル量)	107万3,000t
(焼却量(焼却・廃プラ等))	2万5,000t
(処理困難物(石綿・PCB等))	3,000t

宮城県が受託した震災廃棄物の処理単価

事業費	処理量(千t)	処理単価(円)
気仙沼市	113,893	1,138
南三陸町	52,982	586
石巻市	194,230	3,589
女川町	13,297	877
東松島市	58,067	1,098
鹿角市	15,683	239
七ヶ浜町	18,688	298
多賀城市	15,292	242
多賀町	31,799	741
浜子町	25,860	473
市川町	47,876	495
山元町	43,888	794
計	613,663	1,160



(3)自宅再建までと本校舎完成までの小学校の様子



必死 ①野蒜小学校 2011年3月11日~2011年3月13日 避難所

必死 ②近くの内陸の親戚宅 2011年3月13日~2011年3月17日 避難生活

必死 ③仙台の実家 2011年3月17日~2011年4月5日 避難生活

必死 ④塩竈市内みなし仮設 2011年4月5日~2017年7月20日 仮住ま

⑤自宅再建 防災集団移転団地 2017年7月20日移転 読み聞かせボランティア活動再開

ある時教頭先生からお声をかけてもらいました

野蒜小 2011年5月鳴瀬庁舎内に開設 2012年1月仮設プレハブ校舎完成 2016年3月閉校 4月~宮野森小学校に。 2017年1月新校舎完成 5月校長先生から注意される! 7月第1回コミスク学校運営協議会会議 2021年4月学校運営協議委員に委嘱される。

(4)私(山縣嘉恵)の地域活動の紹介
学校にとことん、寄り添う活動をしています。



東松島市の場合

地域自治組織で全て動いていく的なまちづくり
良い面➔自主防組織設置率100%。全世帯会員
課題面➔設置で全てをやれた気になってしまう点もある。
課題点の一つでもあると感じる

平時からの顔の見える関係性作りを多面的に行うことが大事だと感じ活動しています。

=自主活動のほか既にある組織やその事業をいかして出来ることもあります。
※いくつかの取り組みの例をあげてみます

活動⑤世話焼きセミナー事業

🌸市の生涯学習課の事業

🌸市民が講師登録。

🌸市民が市の担当課に申込み。

➡主催の市が講師に派遣日程調整依頼

➡講師と依頼者が相談し内容等決定

🌸依頼者は場所を用意

🌸講師は全てボランティア

🌸材料費等は依頼者負担

依頼者も
依頼される側
も行政が入っ
ている安心感

活動⑥地域食堂(再会と世代間の出会いの場)

(野蒜みんなの食堂)運営(メンバー計12名(各4地区からの有志))

自治会をまたいだメンバーが調理作業を行うこと



防災力を高めています。

コミュニティ支援活動再会と交流と出会いの場作りです。

顔の見える関係性作りの場は年代問わず

いくつあってもよいと感じています。 私はメンバーを支える

役割です。書記(下まわり)としてメンバーに渡す活動記録の報告書や食材提供の方々への御礼状作成等会の活動の見える化に取り組んでいます。

成果事例1 2019年令和元年10月12日(土)令和元年東日本台風(台風19号)での地域避難所運営支援活動を行った際に◇泊した避難者:66名◇備蓄を持参し**早めの避難行動**をした方々の中には、「山縣さんがいると思って会えると思ってきました。」と言ってくれた方々がいました。地域食堂で育まれた顔の見える関係性が、早めの避難行動につながりました。

成果事例2 2025年7月30日(水)はカムチャッカ半島地震による津波警報発表の際に、自主的に私や地域食堂の運営メンバーたちが協力し、**約160食分のアルファ米をお湯で作って、避難者の方々にお渡ししたり、相談に対応したり**しました。普段食材提供して下さる事業者さんも避難して下さり、顔の見える関係性が構築されているため、コミュニケーションをとることが出来て円滑な避難所の運営に役に立ちました。

(5)子どもたちへのボランティア活動が

地域にもたらす効果 まとめ ~見えるとつなぐ~

1.読み聞かせなど既に学校で行われてきた活動の支援で、無理なく、学校に寄り添い➡子どもたちから、**気づきや、元気をいただ**いています。

2.学校運営協議会の有効活用により、つながる活動があります。

➡①**運営協議会からも、防災の日学習支援活動の継続の依頼**があり、先生方が異動なさっても**持続可能な活動**になり震災伝承の継承の機会にもなっています。

※311の話は大事ですが辛くてその話をしたくない方もいらっしゃることも忘れてはならないことの一つだと感じています。

➡②PTA活動では実現しにくかった**ご父兄からの生の声の相談**を、運営協議会がすくい上げ、活動出来ました。学校行事の際に、在校児童の弟妹の未就学児のお子さんを図書室で地域の方々が**見守るボランティア活動依頼の相談**があり、運営協議会でボランティアを呼びかけ、**実現に至り、現在も、継続**しています。ボランティアで再会した地域の方々や出会いにもつながり、地域のボランティア活動して下さる方々の**プラットホームの役割**も果たしています。

3.地域新聞で学校の情報を共有し、地域の方々の無理のない、学校との関わる場を作り、安全なまちの一助に。 ご清聴ありがとうございました。山縣 嘉恵

令和8年12月15日(月)

内閣府防災 令和7年度「コミュニティ防災教育推進事業」
先進地視察(横浜市)

仙台市における 地域防災推進の取り組み ～自助・共助推進のための公助～

仙台市危機管理局減災推進課
仙台市防災・減災アドバイザー
早坂 政人
kks000130@city.sendai.jp

はじめに…

【1978年(S53)宮城県沖地震の教訓】

- 町内会を単位とした**自主防災組織**の結成を促進
- 自主防災組織結成率95%以上(H22.4)
- 一方で、活動の**形骸化**、**マンネリ感**が課題



防災に関する市民意識調査 (H18.6)

<Q> 地域で行っている防災活動すべて選べ

- ・自主防災組織 (34%)
- ・婦人防火クラブ (20%)
- ・どれも結成されていない (5%)
- ・よくわからない (53%)

<Q> 防災訓練の参加状況

- ・参加している (53%)
- ・参加していない (46%)

【目次】

- 1 仙台市地域防災リーダー(SBL)
- 2 仙台市における“防災学習”
- 3 せんだい災害VR
- 4 防災・減災アドバイザー
- 5 その他の支援



【防災まさむね君】
伊達家伯記念会協力

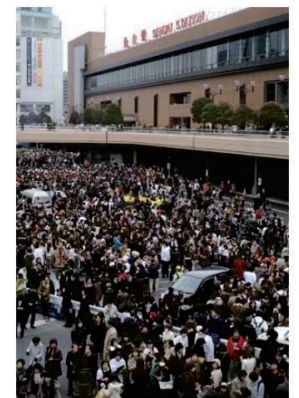
はじめに…

【東日本大震災(2011年3月11日)における事実】

- 避難者数、避難所の数ともに、**膨大な数**に上った。
- 行政機関による**適切な対応**がとれなかった。



【地震直後の仙台市役所付近】



【JR仙台駅】

はじめに…

【東日本大震災(2011年3月11日)における事実】

- 避難所運営に関するマニュアルは、地域・施設管理者・行政の間で共有されず、避難所運営に多大な支障をきたした。



【避難所の状況】

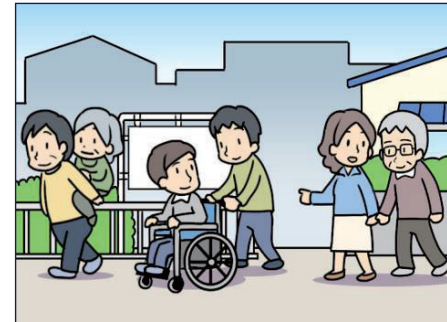
東日本大震災
翌日(3/12)

5

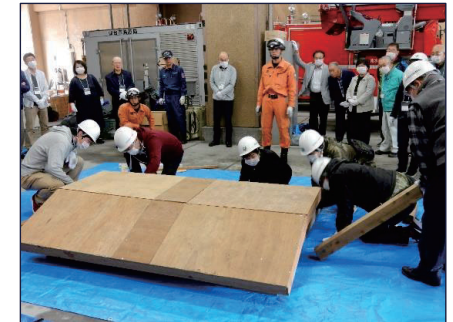
はじめに…

【学んだ教訓】

- 災害が大規模になるほど、行政機関の対応(公助)は困難
- 公助に頼らない、自助・共助の取組は、より重要となる。



【共助:地域の助け合い・お声掛け】



【共助:住民による救助活動】

6

1 仙台市地域防災リーダー(SBL) ①

取組・現状

仙台市独自の講習カリキュラムに基づき、
仙台市地域防災リーダー(SBL)養成を開始。

※ 養成開始：平成24年度～

【令和7年4月1日時点】

活動するSBL数：988名

男性：722名(73.1%)

女性：266名(26.9%)

※ 令和6年度までに1,349名を養成。

➡ うち361名は、活動を辞退。



【SBL装備品】

7

1 仙台市地域防災リーダー(SBL) ②

新規養成カリキュラム

講習時間：2日間 (計12時間)

受講要件

- 居住する町内会等の自主防災組織と連携し、できるだけ長い期間(概ね5年以上)活動できる。
- 災害発生の際、率先して活動できる行動力がある。
- 自分の連絡先を提供することに同意できる。

〔連絡先の提供：地域の連合町内会長、町内会長、
地域の市立学校、他のSBL〕



8

1 仙台市地域防災リーダー(SBL) ③

募集人数

各年度：計 100名程度

- 70名：各区連合町内会長協議会 推薦
- 30名：一般公募

貸与品(装備品)



【ヘルメット】



【ビブス】

9

1 仙台市地域防災リーダー(SBL) ⑤

災害発生した際の活動

地域住民の避難誘導や、避難所運営、救助・救護活動を**指揮する役割**を担う。

- 住民の安否確認
- 情報収集・伝達
- 初期消火
- 要配慮者への支援
- 避難者の支援
- 避難所の開設・運営等



11

1 仙台市地域防災リーダー(SBL) ④

平時における活動



SBLは、町内会長等を補佐する。
平常時は、地域に応じた計画づくりや、防災訓練を企画立案するなど、**災害予防の中心的役割**を担う。

- 実践的な防災訓練を企画・運営
- 地域住民に対する情報提供、啓発活動
- 指定避難所の運営に関連する**学校や、関係団体との協議・連携**



10

1 仙台市地域防災リーダー(SBL) ⑥

避難所運営委員会・訓練への参加



【避難所運営委員会】



【避難所運営訓練】

12

1 仙台市地域防災リーダー(SBL) ⑦

継続研修

全市 バックアップ講習会

対象：SBL
目的：知識・技術の向上
情報交換

これまでの研修例

- 避難所運営手順と訓練手法、マニュアル作成要領
- マイ・タイムラインを地域に広げよう
- 近年の気象災害に備えて

各区 バックアップ講習会

対象：SBL・連合町内会長
目的：SBL間のネットワーク作り
地域との関係構築

これまでの研修例

- SBLによる活動発表
- 障害のある方への支援、避難所受入
- グループディスカッション
 - ・防災訓練の実情や改善点
 - ・地域で抱える悩み
 - ・避難所の運営方法

1 仙台市地域防災リーダー(SBL) ⑨

情報提供

○防災・減災活動に係る情報や、自主防災活動のポイント、SBL活動の紹介など、有用な情報を掲載し、年3回発行。



【SBL通信】

例：第18号

【SBL通信：送付対象】

- SBL（約1,000名）
 - 連合町内会長
 - 町内会長
- ※市ホームページ掲載

1 仙台市地域防災リーダー(SBL) ⑧

認知度向上

○ホームページ等の広報媒体

仙台市地域防災リーダー（SBL）とは

私たちは、いつ、どこで大きな災害に遭遇するかわかりません。東日本大震災や関東・東北豪雨の経験から、災害被害を軽減するには地域住民が助け合い、支え合いが不可欠であることを学びました。地震や台風災害などの自然災害による被害を軽減するためには、行政はもとより、地域住民同士による「共助」の力が求められることから、市民一人ひとりの防災への参加を一層推進する必要があります。

このような観点から、仙台市では平成24年度より地域防災の担い手を育成する目的で「仙台市地域防災リーダー（SBL）養成講座」を開催しました。

仙台市地域防災リーダー（SBL）には、町内会長などを補佐しながら、平常時には地域特性を考慮した防災計画づくりや防災的な訓練の企画運営、災害時には地域住民の避難誘導や救出・救護活動の指揮を行うなどの役割を期待しています。

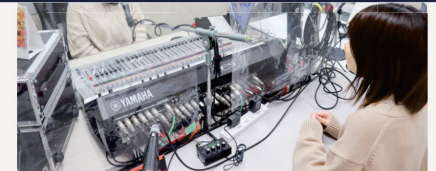
※SBLとは、(Sendai-shi Chiki Bousai Leader)の略です。

SBLの役割

平常時

【仙台市ホームページ】

○コミュニティFM 月1回放送



1.地域に根差した情報を発信

普段からラジオ3では、「せんだい防災！SBLラジオ」という番組を放送しています。SBLとは、「仙台市地域防災リーダー」のこと。町内会長などを補佐しながら、平常時には地域特性を考慮した防災計画づくりや効果的な訓練の企画運営、災害時には地域住民の避難誘導や救出・救護活動の指揮を行うなどの役割を担っています。machico防災部でも、以前SBLの方からローリングストックについて学びました！
[記事はこちら：サブバイブルめしとレシピも届か！ローリングストックをはじめよう。machico防災部]

「せんだい防災！SBLラジオ」はそんな地域で活躍するSBLをゲストに迎え、特色ある地域防災の数組みについて紹介する番組です。災害時にはこのSBLから避難所の情報を貰い、ラジオで放送したりしています。いざという時に動くのではなく、普段からそういった関係性を築くことを大切にしているそうです。災害時、SNSなどはどうしてもガマや誤った情報が紛れしていますが、ラジオは信頼できる情報を発信するメディアの一つ。正しい情報とともに、自分の生活圏に近い人の声や、その人が見たものが直接聞けるということは、とても大切な判断材料の一つになりますよ。

【せんだい防災！SBLラジオ】

2 仙台市における“防災学習”

防災学習とは

幅広い市民が生活に根差した学びとして
災害リスクや適切な避難行動を習得すること。

- 【背景】
- 豪雨災害の激甚化・頻発化
 - 大規模災害を経験していない若い世代増加

【取組項目】

- VR映像視聴による災害体験
- マイ・タイムラインの作成
- 防災講座・防災パネル展等の開催
- 防災リーフレット、ハザードマップの配布等

3 せんだい災害VR事業 ①

「せんだい災害VR事業」とは

VR(バーチャルリアリティ:仮想現実)映像視聴による
災害体験を通じた、**体験型の防災学習**

- 地域や各種団体の防災研修会等に専門スタッフを派遣
- 仮想現実による疑似体験を用い、各種災害への備えや、具体的な対応方法を学ぶ

※ 令和4年7月から運用を開始
(公益社団法人仙台市防災安全協会に業務委託)



【VR映像視聴】

利用会場・対象

会場：集会所、市民センター、事業所、学校などの屋内
対象：概ね10名以上の町内会、事業所、学校などの各種団体

17

3 せんだい災害VR事業 ②

種類と内容

種類	主な学習項目		時間	
地震災害編	事前説明・導入映像	VR映像視聴	地震への備え 家具の転倒防止 循環備蓄	約20分
内水氾濫編			内水ハザードマップの見方 浸水時の注意点 浸水への備え	約20分
津波災害編			津波からの避難 避難する際の注意点 日頃からの心構え	約20分
洪水・土砂災害編			避難情報の種類 ハザードマップの見方 マイ・タイムライン作成	約50分

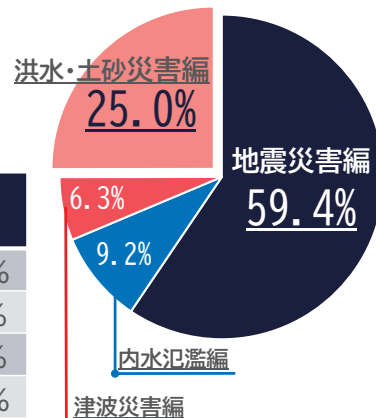
18

3 せんだい災害VR事業 ③

利用実績

年度	受講者数
令和4年度	4,145 人
令和5年度	6,538 人
累計	10,683 人

種類	10,683人 内訳	割合
地震災害編	6,346 人	59.4 %
内水氾濫編	988 人	9.2 %
津波災害編	677 人	6.3 %
洪水・土砂災害編	2,672 人	25.0 %



※ 割合は、小数第2位を四捨五入。

19

4 防災・減災アドバイザー ①

防災・減災アドバイザーとは

- 趣旨
市民や地域団体等の防災・減災意識の醸成や
災害対応力の向上を図るため、
防災・減災に関する取組を**普及啓発**する。

○普及啓発

- 1 研修・講習会・講話等における講師
- 2 テレビ・ラジオ等を活用
- 3 新聞・広報誌等への寄稿

○活動期間：通年

様々な機会や時季をとらえ、情報を提供



協力
仙台市防災・減災
アドバイザー
早稲田大学

20

4 防災・減災アドバイザー ②

活動実績（令和6年度）

○研修・講習会・講話

対象	回数	人数
市民	20	821
地域団体	59	2,497
事業所	7	253
学生等	24	2,579
市職員	9	458
その他	1	30
計	120	6,638

○出演・寄稿等

対象	回数
テレビ	5
ラジオ	48
紙面	18
ウェブサイト	0
その他	0
計	71

※一年間に、計 200回程度の普及啓発に取り組んでいる。

21

5 その他の支援

コミュニティ防災センター

防災資機材倉庫を併設した
自主防災活動の拠点施設



○小学校区に1か所程度(132か所)

○消防署が定期点検、防災訓練で使用可能

防災用品助成

自主防災組織結成時に世帯数に応じて
防災用品を貸与

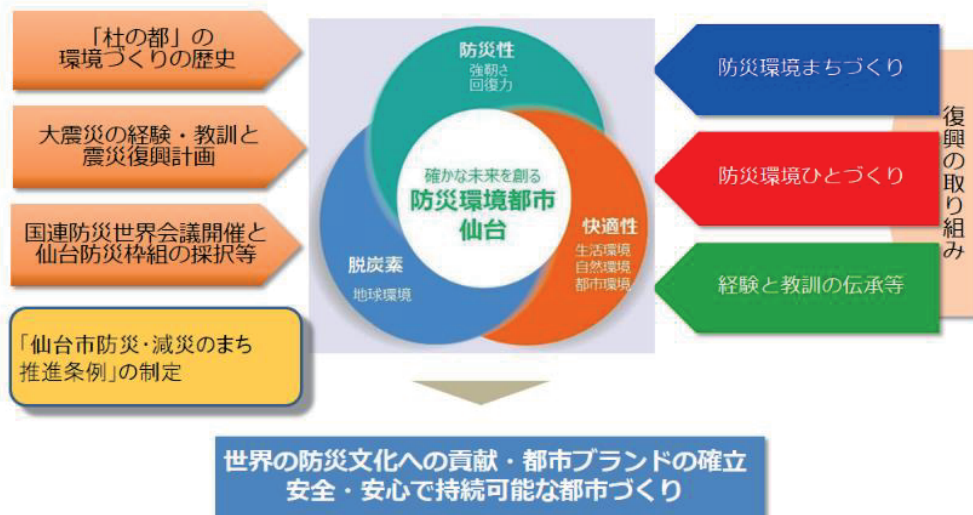
○担架、懐中電灯、バール、ハンマー、救急セットなど

22

終わりに…

背景

施策



(仙台市が掲げる「防災環境都市」のビジョン (提供: 仙台市))

23

宮城県における 女性の地域防災参画に向けた 取り組みについて

令和7年12月16日(火)
宮城県復興・危機管理部防災推進課地域防災班

本日の内容

1. 現状と課題

- ・宮城県防災指導員（地域防災リーダー）の養成
- ・そこから見えた課題

2. 宮城県の取組

- ・パンフレットによる普及啓発
- ・女性防災リーダー交流セミナー
- ・みやぎ防災movie
- ・防災eラーニング講座
- ・その他 若年層を対象とした講習

1.現状と課題

(1) 宮城県防災指導員とは

- ・宮城県の条例で定める地域防災リーダー
- ・地域や企業における防災活動の中心
- ・H21年度より養成をスタート

参考 <https://www.pref.miyagi.jp/soshiki/bousai/shidouin.html>

〈近年の養成講習開催実績〉

年度	回数	受講者数
R3	13	469
R4	19	622
R5	14	476
R6	17	585

防災士等の資格保有者は、講習を受講せずに認定可能

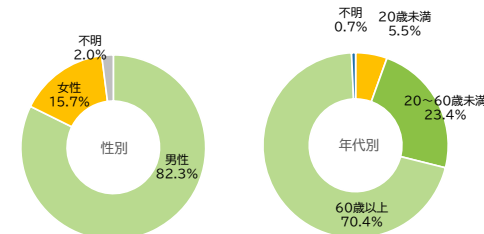
R6年度末の累計登録者数は
約11,000人

1.現状と課題

(2) 宮城県防災指導員の構成

- ・認定者の約82%が男性、女性は約16%のみ
- ・認定者の約70%が60歳以上

〈宮城県防災指導員の登録状況（R6年度末）〉



様々な課題

防災=男性のイメージ？

参集型の講習会に構造的なハードル？

防災には男女双方の視点が必要
↓
県民への啓発は十分か？

1. 現状と課題

- ・宮城県防災指導員（地域防災リーダー）の養成
- ・そこから見えた課題

2. 宮城県の取組

- ・パンフレットによる普及啓発
- ・女性防災リーダー交流セミナー
- ・みやぎ防災movie
- ・防災eラーニング講座
- ・その他 若年層を対象とした講習

2. 取組① パンフレット

(1) みんなで備える 防災・減災のてびき（共同参画社会推進課）



〈内容〉

- ・平時からの備蓄推進
- ・防災訓練参画の重要性
- ・避難所生活でのプライバシー・安全確保・役割分担・女性用品の配布方法 など

- ✓ 東日本大震災の教訓を踏まえて作成
- ✓ 要配慮者など、多様な住民の意見を取り入れる重要性

参考 <https://www.pref.miyagi.jp/soshiki/kyosha/danjyo-keihatsu.html>

2. 取組① パンフレット

(2) 女性の視点“も”活かした わたしたちの備えるブック

〈内容〉



- ・漫画
- ・アタマの備え：認知バイアス、避難のタイミング
- ・キモチの備え：避難所運営、防犯
- ・モノの備え：フェーズフリー、防災ボトル

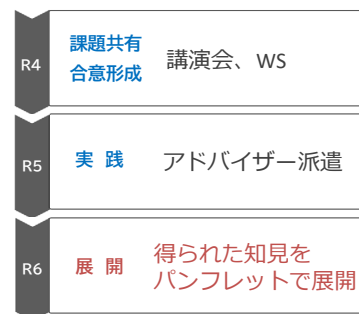
- ✓ 男女両方が手に取りやすい内容
- ✓ 防災ボトルのラベルにもなるデザイン

参考 <https://www.pref.miyagi.jp/soshiki/bousai/josei-shiten/josei-book.html>

2. 取組① パンフレット

(参考) 「女性の視点“も”活かした わたしたちの備えるブック」作成の経緯

女性の視点を取り入れた地域防災推進事業



R4～R5の取組において、女性の防災参画には下記の両方が大切という知見を得た

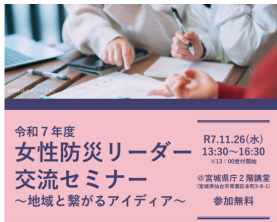
- ✓ 女性が防災に参画する
- ✓ 男性も女性の参画の重要性を理解する

↓

防災に関心が薄い女性
防災に関心がある男性

両方への
アプローチを
目標にパンフ
レットを作成

2. 取組② 女性防災リーダー交流セミナー



〈内容〉

- ・宮城県内の女性防災リーダーを対象に実施
- ・女性防災リーダーの活動事例発表×2人 + グループワーク形式の意見交換

- ✓ R7は定員(60名)を上回る申込
- ✓ 現在の活動について共有し、今後の防災活動を検討

参考 https://www.pref.miyagi.jp/soshiki/bousai/r7josei_bousai_kaisai.html

2. 取組② 女性防災リーダー交流セミナー

(参考) 意見交換の中で出たご意見

テーマ：みなさんが地域の防災活動に参加しやすくなるためのアイディア

日頃のつながり

- ・ママ友や同僚と防災の話をする
- ・お茶っこサロン、手芸クラブ、スポーツ、レクリエーションなど、日頃からコミュニティ活動を行い防災活動に繋げる
- ・小学校が拠点の社会学級に参加する

楽しさを重視

- ・防災クイズ、防災めりえ
- ・HUG(避難所運営ゲーム)
- ・クリスマスツリー飾りつけ会×防災訓練
- ・お茶、お菓子、サバ飯など食べ物を取り入れる

★子どもが参加しやすい
→保護者の参加率UP

その他にもたくさんの意見が出ました

他のイベントとの抱き合わせで“ついぞ”に訓練

防災活動のハードルを下げる

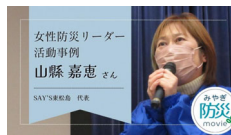
普段の訓練をSNSで配信する

2. 取組③ みやぎ防災movie



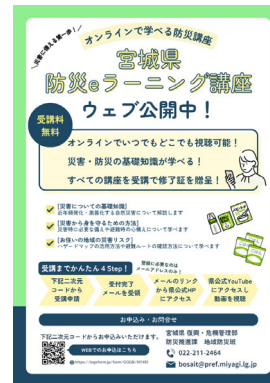
〈内容〉

- ・防災に関する有識者の講演
- ・宮城県からのお知らせ
- ・女性防災リーダーの活動事例
※前述のセミナーを動画化



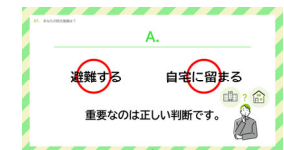
参考 https://www.pref.miyagi.jp/soshiki/bousai/bosai_movie_nagekomi.html

2. 取組④ 宮城県防災eラーニング講座



〈内容〉

- ・防災の基礎知識を無料で学習
- ・5～10分の講義動画×10本



- ✓ 中学生も理解できる難易度
- ✓ ポップで堅苦しくない

参考 <https://www.pref.miyagi.jp/soshiki/bousai/e-learning/e-learning-top.html>

2. 取組④ 宮城県防災eラーニング講座

(参考) 作成の経緯

参集型講習	防災eラーニング
課題：若年層や女性への参加が少ない	目標：若年層や女性への受講
背景：仕事、家事、育児で多忙 費用がかかる 会場が遠い 周りの受講者は男性が多い	特徴：いつでも視聴・中断可 無料 自宅で受講 他の受講者を気にしなくて良い

2. 取組⑤ その他 若年層を対象とした講習

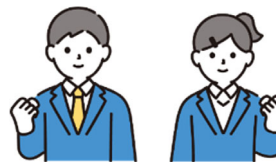
〈概要〉

- ✓ 若年層を対象とした講習では、参加者の男女比が約1：1になる傾向

※場合によっては女性の方が多いことも...

〈取組の一例〉

- ・大学生を対象とした宮城県防災指導員養成講習
- ・中学生を対象としたネクスト防災リーダー養成講座



福住町 防災 パンフレット

水害編

発行：福住町町内会
協力：東北大学災害科学国際研究所
防災教育国際協働センター

2022年3月発行



参考情報

<p>せんだい くらしのマップ</p>	<p>仙台防災ナビ</p>	<p>仙台市危機管理局 Twitter</p>
-------------------------	---------------	-----------------------------

このパンフレットは、東北大学災害科学国際研究所の共同研究課題の成果として作成しました。
研究チーム：草薙敏夫（釧路高等専門学校）、森太郎（北海道大学）、佐藤健・定池祐季（東北大学）

いざという時のために、そなえましょう！

福住町町内会 各家庭での大雨対応例



福住町はこれまで、家庭や地域の防災・減災対策によって過去の災害を乗り越えてきました。次の対応例のうち、**◎**印は令和元年東日本台風の時に福住町の住民が実際にとった行動です。これらを参考に、大雨へのそなえを始めておきましょう。

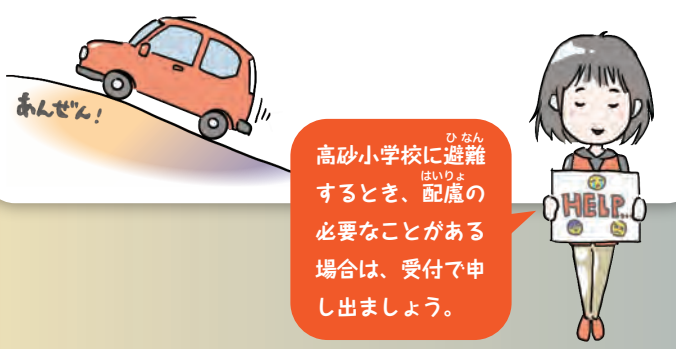
ふだんの備え

- 天気予報、台風情報、避難情報入手できる方法を**確認**し、ふだんから**使っておく**
(テレビのニュース・dボタン、ウェブサイトやアプリなど)
- アプリの例

Yahoo! 防災速報	NHK ニュース・防災アプリ	NHK ニュース防災
-------------	----------------	------------
- 食料・飲料水などの**備蓄品**と**非常時持ち出し品**を用意
- ハザードマップで自宅周辺の**浸水予測**を確認
- 自分や家族の**避難先**を**考えておく**
(高砂小学校2階(指定避難所)・在宅避難・親せきの家など)
- ★ 家族との**連絡方法**・**連絡先**を確認しておく

数日後に大雨のおそれがあるとき

- 天気予報・台風情報を確認(テレビのニュース・dボタン、ウェブサイトやアプリなど)
- ◎ 電話・LINEなどで**近所の人と情報交換**
- ◎ 風で飛びそうな物を**屋内に片付ける**
- ◎ 風で**倒れ**そうな物を**固定**する
- ◎ **植木鉢**を片付ける
- ◎ **浸水**の心配がない場所に車を**移動**させる
- ◎ ガラスの**飛散防止対策**をする
- ◎ **畳**や**電化製品**・**貴重品**を2階に**上げる**
- ◎ **土のう袋**・**水のう袋**を用意する
- 雨具を用意する
- **非常時持ち出し品**などの確認をする



高砂小学校に避難するとき、配慮の必要なことがある場合は、受付で申し出ましょう。

高砂小学校に避難をするか、在宅避難をするか決めた後

- 天気予報・台風情報を確認(テレビのニュース・dボタン、ウェブサイトやアプリなど)
- 電話・LINEなどで**情報交換**
- 防災用品を取り出す(中身は事前に用意しておく)
- 水のうを作りトイレ・排水口を**ふさぐ**
- 水のうや土のうで外の水が**玄関**から入らないように**ふさぐ**
- ★ 梅田川は**決して見に行かない!**

高砂小学校に避難をする場合

- ◎ 防災用品を持ち出す(アルミマットがあると便利)
- ガスの**元栓**を閉める
- 電気の**ブレーカー**を落とす
- 戸締まりの確認をする

在宅避難の場合

- ◎ 食事の用意
- ◎ 飲み水と生活用水の**確保**(浴槽、鍋、ペットボトル等に)
- ◎ 雨・風の**影響**を受けにくい場所に**寝室**を移動

高砂小学校・在宅避難をした後

- ◎ 天気情報・河川情報を確認
「Yahoo! 天気・災害」河川水位情報
<https://typhoon.yahoo.co.jp/weather/river/>
キキクル(気象庁)河川水位等に基づく危険度分布
https://www.jma.go.jp/bosai/#area_type=class20s&area_code=0410001&pattern=rain_level
宮城県土木部総合情報システム(河川流域情報・砂防情報・道路情報)
<https://www.dobokusougou.pref.miyagi.jp/miyagi/serve/Gamen30Servlet>
- LINEで**情報交換**
- ◎ (在宅避難の場合)自宅から**外の様子**を確認

大雨がおさまった後

- 自宅や周辺の**被害**を確認
- 片づけ
「水害にあったときに」(震つな)を参考に
<https://shintsuna.org/tools/>

ふだんのそなえが大切です



季節や各世帯の状況に応じて用意する物の例

- 携帯用カイロ
- 汗ふきシート
- アレルギー**対応**食
- 赤ちゃん用ミルク
- 赤ちゃん用品
(スプーン、ストローマグ、離乳食など)
- おむつ(子ども用・大人用) □ 介護用品
- 生理用品・おりものシート
- スキンケアグッズ □ ペット用品
- 予備の**めがね**・**コンタクト**レンズ
- おくすり手帳 □ 母子手帳 □ 障害者手帳

高砂市民センターなどでは、土のう袋を配布しています。(1世帯10袋)
詳しくは
土のう 配布 仙台

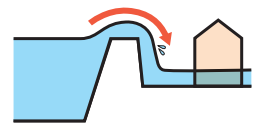
区域内の大雨時の指定避難所は、高砂小学校(2階以上)です。
福住町集会所は大雨時に**浸水**のおそれがあるため、**使用しない**でください。



洪水ハザードマップ

七北田川や梅田川の堤防を越えて水があふれたり、堤防がこわれたりした場合の浸水の深さと範囲を予測した地図です。

出典：「せんだいぐらしのマップ」洪水ハザードマップ



分類	凡例
3.0m 以上	赤
0.5m ~ 3m	オレンジ
0.5m 未満	黄

早期の立退き避難が必要な区域

高砂学区 主な浸水被害

れきし
水害の歴史を
知ってそなえよう



最大1時間降水量 総降雨量

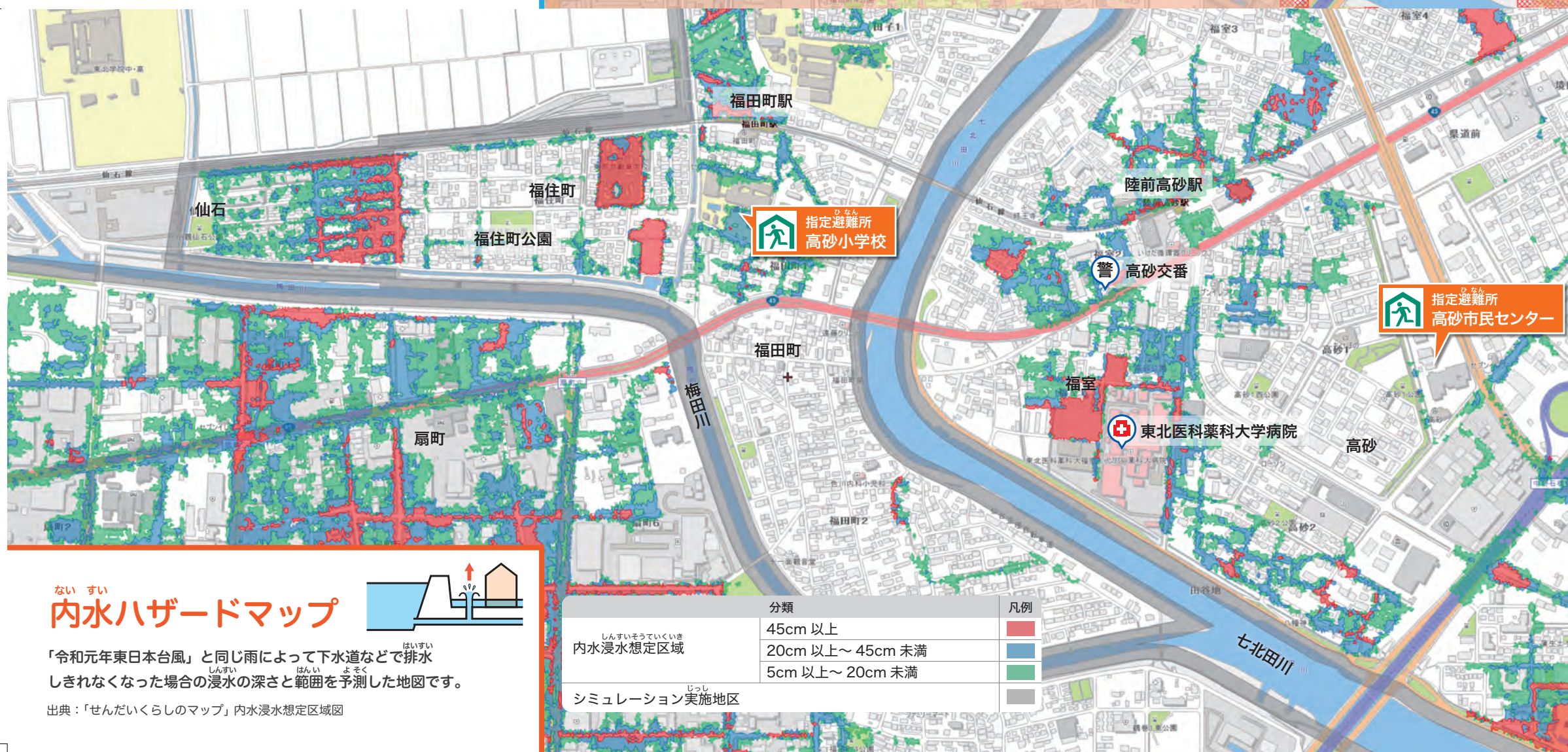
1986年8月4~5日 台風10号	43.5 mm / 402.0 mm	最大浸水深 3m
2015年9月10~11日 関東東北豪雨	50.0 mm / 271.5 mm	一部道路冠水
2019年10月12~13日 台風19号	63.0 mm / 382.0 mm	最大 120cm 浸水(内水)



1986年8月5日 提供：大内幸子



2019年10月12日 提供：大内幸子



内水ハザードマップ

「令和元年東日本台風」と同じ雨によって下水道などで排水しきれなくなった場合の浸水の深さと範囲を予測した地図です。

出典：「せんだいぐらしのマップ」内水浸水想定区域図



分類	凡例
45cm 以上	赤
20cm 以上 ~ 45cm 未満	オレンジ
5cm 以上 ~ 20cm 未満	黄

シミュレーション実施地区

航空写真でみる 高砂学区の歴史

もともと水田
だったところが
住宅地に
なったんだね



1947年



1984年



2019年

出典：国土地理院 空中写真

女性と防災に関する 学びのセミナー

参加費
無料

開催趣旨

「仙台防災枠組2015-2030」には、防災・減災に向けた女性のリーダーシップの重要性が盛り込まれています。「せんだい女性防災リーダーネットワーク」は、これまで女性が力を発揮するコミュニティ防災教育の推進と防災人材育成に積極的に取り組んでいます。

この度、令和7年度コミュニティ防災教育推進事業として、コミュニティ防災教育を推進する上で女性の視点の活かし方を学ぶとともに、女性が力を発揮することによる地域防災力の高度化を図るために、本セミナーを開催します。

本セミナーを通して、防災に関わる女性たちのネットワークがさらに拡大していくことを期待します。

日時

2026(令和8)年 2月20日 金 13:00~16:30

場所

東北大学災害科学国際研究所 多目的ホール

仙台市青葉区荒巻字青葉468-1



キャンパスマップ

参加申込

定員100名(先着順、11月15日より申込開始)



参加申込はこちらから▶

プログラム

13:00~13:10 開会挨拶

大内 幸子(せんだい女性防災リーダーネットワーク・代表)

13:10~14:20 招待講演①

「地域防災を担う多様な女性たち:現状と課題」

池田 恵子(静岡大学グローバル共創科学部・教授)

※講演60分、質疑応答10分

14:20~14:25 休憩

14:25~15:35 招待講演②

「地域防災と女性のチカラ ~能登半島で出会った女性たち~」

小山内 世喜子(一般社団法人男女共同参画地域みらいねっと・代表理事)

※講演60分、質疑応答10分

15:35~15:40 休憩

15:40~16:10 ワークショップ

「私たちがさらにできること ~女性が持つ“チカラ”の可能性をさぐる」

16:10~16:20 ワークショップの総評

池田 恵子(前掲)・小山内 世喜子(前掲)

16:20~16:30 閉会挨拶

プロフィール



池田 恵子氏

静岡大学グローバル共創科学部・教授

東日本大震災以後、日本における災害とジェンダーの研究に力を入れている。減災と男女共同参画研修推進センター共同代表等。



小山内 世喜子氏

一般社団法人男女共同参画地域みらいねっと・代表理事

東日本大震災以後、「防災と男女共同参画」をテーマに「安心できる避難所運営」等に取り組んでいる。近年は、女性防災リーダーの育成にも取り組んでいる。

主催：せんだい女性防災リーダーネットワーク

共催：東北大学災害科学国際研究所 防災教育協働センター

後援：宮城県・仙台市・公益財団法人せんだい男女共同参画財団

内閣府（防災）地域防災力向上に資する「コミュニティ防災教育推進事業」

コミュニティ防災に関する国際交流セミナー

開催趣旨

ノースカロライナ大学の研究者と米国シアトルの Seattle Emergency Hubs (SEH) の関係者が東北大学災害科学国際研究所を訪問することになり、女性と防災に関する学びのセミナーのポストプログラムとして開催するものです。

コミュニティ防災に関する学び合いと国際交流を推進するために、本セミナーを開催します。

日時：2026（令和8）年2月20日（金）17:00～18:30
場所：東北大学災害科学国際研究所1階 会議・セミナー室
（仙台市青葉区荒巻字青葉468-1）
主催：せんだい女性防災リーダーネットワーク
共催：東北大学災害科学国際研究所 防災教育協働センター
東北大学災害科学国際研究所 国際研究推進オフィス
参加費：無料

プログラム

全体進行：佐藤 健（東北大学災害科学国際研究所）

通訳：マリ エリザベス（東北大学災害科学国際研究所/SBL）

- 17:00～17:10 オープニング
開会挨拶
大内 幸子（せんだい女性防災リーダーネットワーク・代表）
- 17:10～17:30 ミニプレゼン①
大内 幸子（せんだい女性防災リーダーネットワーク・代表）
「仙台市地域防災リーダー（SBL）の活動」
- 17:30～17:45 質疑応答、ディスカッション
- 17:45～18:05 ミニプレゼン②
Cindi Barker シンディ・バーカー, (Seattle Emergency Hubs・代表)
「Seattle Emergency Hubs の活動」
- 18:05～18:20 質疑応答、ディスカッション
- 18:20～18:30 クロージング
閉会挨拶
Katherine Idziorek キャサリン・アイジオレク（ノースカロライナ大学）
写真撮影
- 18:30 閉会

米国側参加者：3名予定

日本側参加者：せんだい女性防災リーダーネットワーク関係者（10名前後）、池田恵子（静岡大学グローバル共創科学部・教授）、小山内世喜子（一般社団法人男女共同参画地域みらいねっと・代表理事）、災害研関係者（3～4名）、計15～16名見込み



あなたにできることが、 あつまる

女性ぼうさい
サポーターズブック

発行 せんだい女性防災リーダーネットワーク
協力 東北大学災害科学国際研究所
防災教育協働センター



はじめに

この冊子は、「せんだい女性防災リーダーネットワーク」会員を中心としたインタビューを通じて、各地域の女性防災リーダーが取り組んでいる防災活動（特に、町内会や小・中学校と連携した活動）を紹介するものです。仙台在住のリーダーについては仙台市地域防災リーダー（SBL）としての活動に重点を置いています。また、仙台市だけでなく、宮城県（東松島市、美里町）のリーダーの地域防災活動についてもご紹介しています。

「せんだい女性防災リーダーネットワーク」とは

会員は現在、計72名です。うち70名がSBLの資格を持っています。仙台市の全行政区（宮城野区、太白区、泉区、若林区、青葉区）にメンバーがいて、各区代表者が毎月の代表者会議を開催するほか、それぞれ自分が住む地域で防災活動を展開しています。

「せんだい女性防災リーダーネットワーク」の源流は、東日本大震災の後、仙台市において2013年から3期・3年にわたって開催された「女性のための防災リーダー養成講座」です。この講座には約100名が参加し、参加者の多くが、同時にSBLの講習も受けてSBLにもなりました。

講座終了後、参加した有志5名が、「講

座で学んだことを生かして、地域でぜひもっと防災を続けたい」と、自主的に立ち上げたのが、「せんだい女性防災リーダーネットワーク」です。最初の数年は、主に、月1回集まっての勉強会・情報交換会を続けていました。その後、メンバーの多くが力をつけ、避難所運営支援や、地域の学校と連携した防災活動など、実践活動へ重点を移していきました。今では、実際の地域防災の主力を担うメンバーも多数います。

「せんだい女性防災リーダーネットワーク」は、規約はありますが、完全な自主組織です。制約がないので、それぞれが自分で考え、自由に活動を続けられるのが特色です。

これまでネットワーク会員は、自分の地域を活動のベースとしつつ、地域を超えてお互いに活動を学び合い、手伝い合い、刺激を受け合いながら、活動を発展させてきました。地域の特性に合わせて工夫を凝らし、町内会や学校をはじめとする地域のさまざまな関係者と協力して進めてきた結果、今では行政や専門家の方々も注目する、全国でも先進的な防災活動も展開するようになりました。



小学1年生対象
防災講座
BOUSAI ランタンを
つくるう
(2025年10月10日)

この冊子の使い方

この冊子は、SBLの方々や、防災以外の地域活動をしていてSBLにも興味を持っている方々を、主な読者として想定しています。

みなさんの中には「防災って難しそう」「防災リーダーになるなんて大変そう」と思っておられる方もいるかもしれません。でも、決してそんなことはありません。「防災リーダー」とは、「普段から地域で顔の見える関係を作っておき、いざ災害が起きたときに率先して動ける人」のことです。「せんだい女性防災リーダーネットワーク」会員の多くが東日本大震災の経験をもとに活動していますが、みんな日々楽しく、自由に、好きなこととして続けています。そのことがこの冊子から少しでも伝わると良いと思います。

この冊子は、どこから読んでいただいても大丈夫です。各地域の女性防災リーダーがどんな活動をしているのか、活動を始めたきっかけや想いなど、ぜひヒントにいただければと思います。

災害で特に大変な思いをするのは、妊婦や幼い子ども、高齢者、障害のある方など、いわゆる“災害弱者”です。多くの女性が災害弱者の当事者であったり、災害弱者のケアを担っている現状があるので、防災に女性の視点はとても重要です。一方で、男性、特に若い世代の方々にもぜひ興味を持ってもらえたらと思います。東日本大震災の時は、地域との普段のかかわりを持っていなかった人たちが多数、地域の避難所に行き、大きな課題になりました。地域の構成員みんなが、それぞれの立場でかかわる防災を目指していきたいです。

この冊子でも何人かが言っていますが、



活動パネルの紹介
(福住町防災訓練にて、2025年11月9日)

防災に一つの正解はありません。信頼できる情報を得ることは重要ですが、まずは、それぞれができる範囲でかかわるのでよく、そして、自分や地域の実情に合わせたそれぞれのやり方を作っていくのがよいと思います。

日本全国どこでも、絶対安全な場所はありません。地震はまた必ず起きますし、気候変動で台風、洪水、土砂災害なども激しくなっています。そして、いざという時に普段やっていないことはできません。自分と周りの人を守るため、皆さんもぜひ防災リーダーになって、私たちと一緒に活動してみませんか。

「東日本大震災の時は何もできなかったけれど、次に大災害が起きたら、私たちはもっとできる。知識もあるし、困難を抱えた人たちを少しは支援できるはず」——私たちは、この想いを共有しながら、気軽に、楽しく、防災活動を続けています。

せんだい女性防災リーダーネットワーク代表
大内幸子

小・中学生が地域の防災の担い手として育っています

せんだい女性防災リーダーネットワーク代表/SBL 大内幸子



福住町町内会（470世帯）は、自助・共助を大事にした地域防災に取り組んでいます。水害にあいやすい土地柄で、2003年に自主防災組織を立ち上げ、活動は年々発展を遂げました。

東日本大震災の時、福住町周辺は震度6強。液状化で道路が沈むなど大きな被害がありましたが、震災前から町内会など4団体と災害時相互協力協定を結んでいたため、福住は直接、支援物資を受け取ることができ、さらに支援物資の9割をもっと大変な被災地に届けることができました。

福住町では要支援者名簿を独自作成しており、執行部役員11名が、災害時に担当の各5人ずつ安否確認を行います。他地域でも災害時に民生委員が安否確認を行うことになっていますが、平時はともかく、災害時で自分も大変なとき、30人もの確認はできません。普段からの地域の皆さんの声がけや見守りも大切です。

福住町では、年1回の夏祭りで、顔の見

える楽しい地域づくりをしています。加えて、毎年11月の日曜日に、地元の小・中学校の児童・生徒、保護者、地域の人たちと一緒に防災訓練をしています。

東日本大震災は昼間に起きました。働いている若い世代が自宅に戻れない中、中学生が小さい子の面倒を見たり、水くみを手伝ったりして、頼りになることが証明されました。震災後、防災訓練が地元中学校の授業の一環として取り入れられ、小学校も続きました。次世代が地域を支える存在になっていることを実感しています。



中学生も参加する福住町防災訓練
(2025年11月9日)

自分の住むまちが好きだから

学校の先生方は転勤があるので、特に着任直後は、地元の災害についてよく知らないことがあります。新しく校長先生、教頭先生が着任されるたびに、福住の土地柄と災害についてお伝えするようにしています。子どもたちには、きちんと知識を身につけて、大人に頼らず自分の身は自分で守れるようになってほしいと思います。

女性の視点も取り入れながら、いわゆる“災害弱者”の方々や、地域の人たちそれぞれの事情に配慮して、みんなに無理がかからないような防災活動を進めてきました。どうして活動をするの？ と聞かれる時もありますが、根底に「やっぱり自分の住むまちが好き」という想いがあって、それが私の原動力になっています。

東日本大震災で、 いざという時の対応力の差を実感して

せんだい女性防災リーダーネットワーク太白代表/SBL 今野麻里



地域や児童館での防災講座、小学校での防災訓練支援などを実施しています。災害時用の携帯トイレの啓発・普及活動にも力を入れており、毎年9月1日に町内会の全450世帯に配布しています。特に女性にとって、災害時はトイレをどうするかが大きな問題になります。

震災前に民生委員となり、災害時要援護者登録にかかわっていました。災害は意識していましたが、備えが十分でないと思っているうちに、東日本大震災が起きました。

震災直後に民生委員として担当地域の高齢者の安否確認をして、同じ地域でも、人により災害対応力に大きな差があることを実感しました。電気・ガス・水道が止まった状況で、普段から他の人と繋がりのある人たちは、知人の家に避難し安全に過ごしていました。一方で、孤立して、水や食料がなくても隣近所に助けを求められない人たちもいました。「受援力」の大切さを痛感しました。

震災後、SBLと女性防災リーダーネットワークに入り、防災活動に力を入れてきました。長らく男性中心で行われていた防災活動ですが、私たち女性も知識と経験が増えたことで、女性の意見が尊重され、取り入れられるようになってきました。女性の視点やニーズは防災に必須です。

震災後、学校の防災教育に関わる活動に発展して、この15年で子どもたちの防災力は確実に上がった実感があります。PTAで話しても、熱心に聞いていただけになりました。



携帯トイレの普及活動

● 3人、4人が行動を起こすだけでも、ゼロとは全然違います ●

防災活動は、皆が困らないことを考えたり、実行したりすれば十分で、それにちょっと楽しいことを加えたら、尚、良いです。こうしよう、ああしようと考えながら身体も使うので、私はいつも元気で、よく眠れて、食事も美味しくなります。

防災に興味を持ったら、さらに一歩踏み出してくれる人が増えたら嬉しいです。忙しい若い世代で、今は継続した参加が

難しいなら、まずは子どもが学校で習ったことを家庭で話せる雰囲気や時間を作っていただけたらと思います。

そして少しずつでいいので備えてみてください。水、食料、携帯トイレ、カセットコンロがあれば、災害時に1週間程度はしのげて、それだけで避難所に行かずにすむかも知れません。3人、4人が行動を起こすだけでも、ゼロとは全然違います。

地区の防災ハンドブックを作って全児童へ配布 児童館で講座も開催

せんだい女性防災リーダーネットワーク泉代表/SBL 須藤直美



東日本大震災のとき、避難所で主に炊き出しをしました。避難スペースの分け方などもっと工夫できたのではないかと、女性は炊き出し係のようになってしまったがそれで本当によかったのか……など、モヤモヤした思いがあったので、震災後に防災を学び、SBLになりました。

SBLとして力を入れている活動の一つは、八乙女小学校区の子どもたちに配る防災ハンドブックの作成です。校区の一時(いっとき)避難場所や指定避難所の場所、AEDが設置されている場所などを地図つきで紹介しています。

AEDの設置場所は一つ一つ訪問して、掲載の許可をもらいました。在宅避難に役立つ備え、非常持ち出し袋のチェックリストなども載せています。PTAと子育て支援クラブの資金を使わせていただいたおかげで、全校児童や児童館の来館者に配布できています。

八乙女地区は通勤族の方も多く住んでいます。仙台に通勤が決まると地震への備えが気になりだすようで、児童館で防災講座を企画すると「東日本大震災の経験を聞きたい」と多くの保護者が関心を持ってくれます。

とはいえ、若い親御さんは忙しいので、子どもを通じて大人に防災が伝わるように、児童館で災害用トイレを「家でうちのひとと使ってね」と言って渡したりしています。



八乙女小学校区で配布している防災ハンドブック

●● 防災の仲間をつくろう ●●

最初は私一人で活動していました。一人のときは防災について話しても、あまり聞いてもらえなかったのですが、SBLの仲間が増えるにつれて、耳を傾け共感してくれる人が増え、ここ数年で地域の人の意識が変わってきている実感があります。地区のSBLは最近まで女性4人だったのですが、男性が1人加わったので、その男性のネットワークを通じて男

性たちにも広がっていくことを期待しています。

せんだい女性防災リーダーネットワークの各代表者の繋がりも、とっても役に立っています。他の地域の事例を学び合うことで、新しい気付きがあるからです。ああだ、こうだと話し合える仲間を持つことが防災・減災には必要だなと思っています。

中学生を運営の担い手とした 避難所訓練を毎年実施

せんだい女性防災リーダーネットワーク若林代表／SBL 澤田宏美



特に力を入れているのは、中学生を巻き込んで年1回実施する避難所訓練で、2014年から続けています。八軒中学校の生徒が出身校の古城・南材木町・若林小学校に分散し、避難訓練に参加します。私は古城小学校区地域防災連絡協議会事務局とSBLの立場で、訓練全体のコーディネートを担当させていただいています。

中2・中3の生徒は分散配置し、地域運営委員と協働で作業に当たります。中1の生徒は訓練に参加する地域住民として全体を見てもらい、先輩の姿を見てもらうことで次年度の自覚を促します。訓練の最後には中学生リーダーに気づきや改善点を発表してもらうとともに、地域住民には若い力が災害時に頼りになることを認識してもらえるように、避難訓練の形を模索しています。

現在は避難所の簡易マニュアル作成にも取り組んでいます。現行の避

難所運営マニュアルは項目も多く、発災時に確認するのは困難です。避難所運営マニュアルを見直して更新し、地域に合った「簡易マニュアル」を作成したいと思います。

私自身がもう一つ力を入れているのは、自主防災グループ「Wakka (わかっか)」の活動です。地域を超えた6人の女性で、小中学校で防災出前授業を展開しています。ひとりではできないことも、仲間やネットワークで活動が広がっています。



中学生が参加した訓練 (2025年10月)

● 防災は気負わず柔軟に! ●

東日本大震災のとき、避難所でお手伝いを申し出たのに、断られてしまいました。あのとき自分にも何かできたのではないかと、思って防災の講座を受講し、SBLの活動を始めました。

最初のうちは防災に「正解」があるのだと思って気負ってしまっていたのですが、実際にはマニュアルどおりにはいかないことがわかり、だんだん柔軟にでき

るようになりました。

地域には年齢・職業・出身などが異なるさまざまな人が住んでいます。これからの時代はますます、多様な生活背景を想像する力が求められるのではないのでしょうか。相手を認め、その方にとって何が必要かを想像することが大切だと思います。

学んで、伝えて、つながろう！ みんなで高める防災意識

せんだい女性防災リーダーネットワーク青葉代表/SBL
仙台市社会学級研究会会長

佐藤朋子



仙台市では、大人が地域の小学校に集まって勉強する「社会学級」の活動が盛んです。私は青葉区の上杉山通小学校の社会学級に所属しており、年に10回程度、講座の企画・運営をしています。テーマは、食育や福祉、施設見学など色々ですが、年に1回は防災を取り上げます。転勤族が多いエリアで、仙台に来たばかりの人に対しては、心構えや家での準備品などからお話するようにしています。

地域にマンション住民が多いので、今回は「マンション防災」を取り上げました。地震でも、マンションの建物が大丈夫なら、避難所に行かない選択肢もあります。ただ、在宅避難を可能にするには、食料や災害用トイレ、家具の転倒防止対策などが必要です。また、いざという時に情報交換し、支え合う知り合いを持つことも大切です。

社会学級は質疑応答も活発で、一方通行の講義ではなく、参加者が自らの考えを自らの言葉で話せる場となっています。

私が防災活動を始めたのは、震災の5年後くらいです。熱心に活動されていた社会学級生の方々から刺激を受け、「私も知っておくべき大事な知識を地域へ広げていきたい」と思い、SBLになりました。

SBLは防災の専門家とも直接的・間接的に関わっているので、災害についてアップデートされた知識を正確に、ポイントを押さえることができます。災害時の誤情報を防ぐためにも、普段から自分の地域のリスクをハザードマップなどから確認し、地域で聞ける人を作っておくのが大事です。



マンション防災についての講座

●● 防災に自分なりのアレンジを ●●

身近な人を守ることが大切ですが、そのためには、やはり知識を増やす必要があります。学んだ後、自分だけにとどめず、家族、知り合い、同僚に伝え広めていくことも大切です。

防災が大事といっても、深刻にならなくて大丈夫です。続けていくためには、「来週雨が強そうだからちょっと準備しておこう」とか、その程度の気軽さでいいと思います。

人によって準備するものが違うのも、防災が難しく、また面白いところです。衛生用品や着替えをはじめとして、女性ならではの必需品もたくさんあります。正解は一つではないので、自分のケースで考えて「これをやらなきゃ」ではなく「これいいな」など「快適さ」や「安心感」を自分なりにアレンジすればいいと思います。

自分がまず助かって、 そして周りも助けられるように

せんだい女性防災リーダーネットワーク太白元代表／SBL 繁野みど里



地域での防災講座に加え、地域のSBLメンバーが自立して防災活動ができるように支援しています。

震災後、地域で高齢者向けサロンを立ち上げました。月1回、毎回15～20名が参加しています。フルートの演奏会、誕生日など、和やかなネットワークの場になっていますが、ここにも自然な形で防災要素も取り入れています。筋トレや体操などを定番メニューにして、定期的に、119番のかけ方を大きな声で練習しています。ここでも「いざというとき、なるべく自分で動けるように」という思いがあります。

東日本大震災の時は、民生委員として、地域の方々の安否確認に走り回りました。その後、海沿いの民生委員が亡くなったと知りショックでした。その方も私と同じく、地域の担当の方々の安否確認をしていた筈です。震災をきっかけに、「民生委員も、自分が避難しなければいけないと知らなければ」、「地域の皆が、民生委員に頼らず避

難できるようにならなければ」と痛感し、それが防災活動始めるきっかけになりました。震災時に、避難所で実施された洗濯ボランティアの活動に感銘を受けていたのですが、その団体が女性防災リーダー養成講座をすることを知って応募し、SBLにもなりました。

防災活動を続けている最大のモチベーションは、仲間と楽しくできることです。講座をするのも楽しいし、皆と一緒に知恵を集めているいろいろなことをするのも楽しい。知らなかったことが分かる学びもあります。



子どもたちへの防災講座

● 防災は特別なことではなく、生活の知恵 ●

子どもたちにも、「自分がまず助かって、助かったら周りにも声をかけてみんなで助かろうね」と伝えています。防災活動を通じて知ったことや、地域とのつながりは、いつか必ず役に立つので、ぜひ若い世代にも興味を持ってほしいと思います。

「防災」という言葉より、もっと気軽な言葉があればいいのですが。「循環備蓄」は「少し多めに買い置きしておく」

ことですし、「共助」は「助け合う」ことです。その中身は、みな、昔の人はごく当たり前にやっていたことでした。

毎日ご飯を作ったり、誰かの面倒を見たりという日常の延長に防災があり、防災は生活の知恵だと思います。身の回りのものを普段から活用し、災害時にも役立つ「フェーズフリー」の考え方に共感しています。

人との繋がりで防災活動を進めてきました

せんだい女性防災リーダーネットワーク若林元代表/SBL 若生彩



令和元年台風19号の際などに、地元の小学校で避難所運営を支援しました。女性の視点が入れば、家族・単身者でゾーン分けして過ごしやすくする、着替え場所に配慮するなど、多くのメリットが生まれます。

私は最初、防災活動はしていませんでした。それが変わったきっかけは、東日本大震災です。長らく転勤族で、震災の前年に仙台に戻ってきたのですが、「子どもが通う学校や地域で人と繋がりたい」と思い、すぐ、小学校のPTAと社会学級に参加しました。そして震災が起きました。震災直後の混乱で、交通事故が増えたため、PTAと地域の方が協力し、通学路の安全点検や登下校時の見守りを実施しました。その活動の中で、「子どもを守るには、防犯だけでなく防災の視点も必要」と痛感し、防災について学ぶため、女性のための防災リーダー養成講座を受講し、SBLにもなりました。その後、防災士、応急手当普及員などの資格も順番に取りました。

SBLとして、市民カレッジ「SBLプロデュース防災・減災講座」の企画委員をつとめてきました。この講座は仙台市生涯学習支援センターからの依頼で9年続いています。

また、女性のための防災リーダー養成講座一期生の庄子千枝子さんが始めた「ちょっとお茶っ子サロン」のお手伝いをしています。荒浜地区から集団移転した人たちにに向けたサロンで、被災して離れ離れになった人たちがどこから来てもいいように、地域の外にも開かれているのが特色です。



SBLプロデュース防災・減災講座

子どもたちに、命と暮らしを守っていける知恵やスキルを身につけてほしい

災害は日常の先に起きます。いざという時に自分や身近な人の命を守るため、地域の人たちと日頃からつながっていること、ハザードを知ることが防災の一番大事なことだと思います。地域で「この前の雨で、あそこに水が出た」といった災害情報を共有し、さらに「洪水の時は、長靴はダメ。脱げて流されてしまうから。濡れてしまうけど、スニーカーなど脱げない靴のほうが安全」といった豆知識も

加えて、井戸端会議的に防災を進めています。人と繋がりが先で、それに防災がついてくる感じです。

これから地球温暖化が進んで、環境が今より過酷になり、災害も増えそうです。そんな中で、子どもたちには、命と暮らしを守っていける知恵やスキルを身につけてほしい、がんばってほしいと願っています。

定例会で学びを深める リスクの小さい地域でも学ぶ機会を作りたい

せんだい女性防災リーダーネットワーク宮城野元代表/SBL 高畑信子



避難所の運営マニュアル作成をきっかけに防災に関わるようになりました。SBLとして年1回の原町小学校での避難所訓練のほか、せんだい女性防災リーダーネットワーク宮城野のメンバーは毎月の定例会で防災を学んでいます。サバメシ（防災食）の講座では、市民センターの調理室で実際に調理しました。乾物「麩」を牛乳に浸して焼く「お麩レンチトースト」はとっても美味しくて、特におすすめです。みみサボみやぎ（宮城県聴覚障害者情報センター）の出前講座では、聴覚障害の方にも参加していただき、外見からは障害がわかりにくいこと、避難所では視覚的な表示が重要であることなどを学びました。

最近印象に残ったのは、災害拠点病院についての講座です。災害拠点病院は災害時に重症の方などを受け入れるので、軽症者は一般の病院に行ったほうがよいことを知りました。地域の防災活動とは関係の薄いテーマかもしれないと思ったら、まったく

そんなことはなかったです。原町地区は災害リスクが低く、訓練でものんびりしがちなのが課題です。せめて、このような講座で学ぶ機会を地域のみなさんに提供したいと思っています。

人手の足りない地区の訓練をお手伝いすることもあります。先日はある地区で、大人が訓練をしている間に、中学生向けに災害対応カードゲーム「クロスロード」を実施しました。せんだい女性防災リーダーネットワークの仲間がいることが私のモチベーションになっています。



災害拠点病院の講座を開催（2025年8月）

女性がいれば子どもも男性も安心

命を守るための大切な情報というのは、人と人との輪の中でこそ、いちばん伝わりやすいと思います。住民同士が顔の見える関係でいることがとっても大切なので、忙しい方々も、地域の活動やお祭りにちょっとだけでも顔を出してもらえたらうれしいです。学校の交通当番をやるだけでも、顔見知りになれると思います。

防災に生かせる女性視点はいろいろありますが、子どもたちを守るためにも、女性の力は大きいと思います。子どもと接するとき、男性だけよりも、女性もいたほうが安全に気を配ることができません。女性がいれば、男性も安心して子どもと遊ぶことができ、うれしいんじゃないかと思います。

子育て情報に防災をプラス お母さんたちに講座も開催

せんだい女性防災リーダーネットワーク宮城野/SBL 育村みどり



東日本大震災の際に岩切地区の避難所でボランティアをしました。前年に、岩切の女性たちで「防災宣言」をつくることになり、その一員として災害のことを考える機会がありました。でも実際に災害が発生してみると、何をしたらいいかわからず、誰に何を言えば状況が改善されるのかもわからず、だいいち私のような素人が言うてよいのかと悩みました。

これはいけない、防災についてしっかり学ばなければ！と思っていたところ、震災後に女性防災リーダーの研修会を受講する機会がありました。SBLにもなり、町内会連合会の防災訓練に携わっています。

私は民生委員の主任児童委員でもあるので、子育て中のお母さん向けの防災にも力を入れています。小さい子を持つお母さんは防災訓練にはなかなか出られないので、子育てサークルの場などを利用して、子育て情報にプラスして防災のことを伝えるようにしています。子育てリーフレットの防

災版も作成し、リーフレットを使った講座も開いています。

岩切地区の主なメンバーとは、小学校のPTAから20年以上のおつきあいです。かわいい子どもたちを守りたい、その思いを共有して同じ方向を向いて歩いていける仲間がいることが私の支えになっています。



岩切子育て情報
リーフレットの防災版



防災訓練で子ども向けに実施した
防災かるた取りの様子

● 防災は難しくない! ●

防災は難しい、面倒だ、というイメージがあるかもしれませんが、そんなことはありません。私も学ぶ前は「難しい」と思っていたのですが、学んでみたら「難しくない」に変わりました。

好きな食べ物を多めに買っておく、水を水筒に入れて冷蔵庫に入れておくなど、ちょっとした工夫が「災害備蓄」になります。サバメシ（防災食）も、手軽

なレシピとしてポリ袋調理を試してみる、消費期限が近くなったパスタは水で戻してみるなど、家族といっしょに楽しんでみてください。赤ちゃんを育てているお母さんは「ママバック」に自分だったら何を入れるか、書き出してみるといいですよ。携帯ライト、コンタクトレンズ、薬など、人によって違うはずです。

東日本大震災で痛感した助け合いのありがたさ 私も役に立ちたい

せんだい女性防災リーダーネットワーク宮城野/SBL 中静洋子



東日本大震災のとき、妊娠3カ月でした。夫は災害時に現場を周る仕事のため、頼ることができません。ガスも電気も水道も止まり、ガソリンや食料の買い置きもなく、上の子たちの世話もあるのに自分自身も体調が悪い……。途方にくれていたところ、近所の人が食べ物を分けてくれました。水の出るおうちでトイレを使わせてもらったり、プロパンガスを使っている友人宅でお風呂に入れてもらったりしました。本当に助かりました。

助けてもらったご恩があるので、いつか自分も地域の役に立ちたいと思っていたとき、小学校のボランティアで「せんだい女性防災リーダーネットワーク」の大内幸子さんと知り合い、SBLの存在を知りました。さっそく講習を受けてSBLになりました。

実は、SBLとしての活動は、あまりできていないんです。児童館などで仕事をしていますし、町内会の活動や病院の付き添いボランティアなどもしているので、なかなか

か時間がありません。でも、いろいろな活動を通して子どもからお年寄りまで多くの人と顔見知りになっていることが、私の強みかもしれません。町内のお祭りで我が家は焼きそば担当で、ソースの種類など研究を重ねたこだわり焼きそばを毎年作っており、近所の子どもたちが覚えてくれて「また焼きそば食べたい」と声をかけられることもあるんです。

忙しく活動しすぎて家族にはあきれられますが、高校生の次男がSBLになりたいと言いだしたので、母親としてうれしく思います。



女性と防災ミニ講座に参加＝2025年3月

●● 住民だからこそわかる地域の危険性 ●●

私が住んでいる地域は七北田川沿いで、水害の危険性が高い地域です。学区にある高砂中学校は、仙台市内の中学校で唯一、東日本大震災の津波が到達した学校です。でも学校の先生は異動があるせいか、通学路での災害の危険性をよくご存じない先生もいるように感じています。地域住民は先生方よりも地域の災害リスクを身に染みて知っているので、

SBLとして学校にもっと関わりたいと思います。

たくさんの人にSBLになってほしいです。子育て世代は忙しいので、ボランティアの活動はちょっと……と思うかもしれませんが、助け合うことは自分や家族のためになるし、人の輪が広がるので、私は楽しく活動しています。

地域新聞や食堂の活動を通じて、 日々、防災の種まきを

SAY'S 東松島代表 山縣嘉恵



東松島市野蒜ケ丘の防災集団移転団地で、手作りの「野蒜新聞」を月一回、配布しています。地域のお役立ち情報とあわせて、毎月、地元の小・中学校の行事予定を載せており、それを読んだ地域の人が、例えば「今日は子どもたち早く帰ってくんだな」と見守りをしてくれたりします。この新聞は好評で、市民センターやお店にも配架するようになりました。毎月200部発行で、もうすぐ第80号になります。

小学校からの依頼で、毎月11日前後に各学年の「防災の日学習」で話をしています。子どもたちが楽しく興味を持ち、地域にどんな場所や活動があるか知る機会になればと思い、内容を工夫しています。例えば野蒜には「お佐藤山」という、佐藤善文さんという人が私財を投じて作った高さ30mくらいの津波避難場所があります。震災の時、そこで約70人が助かった話などをすると、子どもたちが

家庭で「これ知っている？」と話してくれます。

東日本大震災の時、私は近所の人に声をかけてもらって助かりました。それだけに、普段から挨拶しあい、家族や地域の人とコミュニケーションが取れていれば、災害時に助け合える、という思いがあります。それで、このネット時代ですが、地域新聞も紙で作ってお渡ししています。ほかにも月1回、地域食堂の活動もしていて、地域の交流の場になっています。次の災害に向けて、暮らしの中で日々、「防災の種まき」をしています。子どもたちがどんな風に育っていくかを見るのが楽しみです。



野蒜新聞（2026年1月号の一部）

自分の心に響いたことから始めよう

地域の小学校にとことん寄り添い、足元の小さなことを、丁寧に、を心がけて活動してきました。一方で、無理せず、自分にできないなと思ったことは、潔く他の人を紹介したりしています。防災は無理をしても続きません。一人で全部担わなくてもいい、やりたい範囲でやればいいと思います。まずは「自分の心に響いたこと」「好きなこと」から始めるのがおすすめです。

バンダ・アチェのジャクアラ大学防災教育チームが、インドネシアでよく知られている童謡をもとに替え歌を作って、アチェの子どもたちに地震・津波防災の歌「もし地震が起こったらね」を、教えていました。私は通訳さんやバンドメンバーの協力を得て、その歌の日本語版の歌詞を作り、バンドのボーカルとして、歌って紹介しています。

地区をあげた「防災運動会」で 楽しく訓練

宮城県防災指導員／美里町消防団 富田恭子



美里町青生地区に住んで約40年、婦人防火クラブに入って30年、消防団に入って20年くらいです。

青生地区は鳴瀬川沿いに位置し、水害の危険があります。高齢者が多い地域なので、「台風が来る前に安全なホテルに泊まってください」「避難は道路のセンターラインが見えているうちにしてください」など、わかりやすく声掛けすることを心掛けています。

コロナ禍前のことですが、地区の防災訓練として「防災運動会」を4年ほど続けて実施しました。小中学生も含め、400人くらい参加したでしょうか。浸水時の避難がどれだけ困難かを知ってもらうために、水中歩行体験を取り入れました。工務店の方に協力してもらって、長方形の大きな水槽を作って水を張り、水流も再現した装置です。長靴を履いて歩いてもらい、実は水害時には長靴は歩きにくくて危険だということも実感してもらいました。コロナ禍後

は防災運動会を再開できていないのがとても残念です。

地域としての課題は、福祉避難所が足りないことです。高齢の人や障害のある人など、福祉避難所でなければ避難生活が難しい人がたくさんいます。実際に2019年の豪雨のとき、通常の避難所には行けない人がいました。避難生活を支援する人手も足りません。水害のリスクを根気強く説いてまわって、早めの避難を呼びかけていきたいと思います。



防災運動会での水中歩行体験の様子

女性もぜひ消防団員に

美里町の消防団員は400人以上いますが、女性は4人だけ。もっと女性が増えてほしいです。火災のとき、速く走って火を消すのは男性のほうが得意かもしれませんが、逃げ出した人やけがをした人をケアするのは女性のほうが得意だったりします。団長には「女性は男性が付かない意見を言ってくれるし、男性もシャキッとする」と言われたこともあり

ます。「力仕事は男の仕事だから」と遠慮する女性もいますが、そんなことはありません。青生地区では、おばあちゃんでも、土のう袋に土を入れる作業をしています。

消防団に入るきっかけがつかめないなら、まずは防災士の資格を取るなど、できることから始めたらいいと思います。

わたしたちも女性防災リーダーです

東北大学災害科学国際研究所 准教授
仙台市地域防災リーダー (SBL)

マリ エリザベス



研究者として地域防災が大切だとわかっているのですが、自分自身も地域のために何かしたいと思い、2024年秋に仙台市地域防災リーダー (SBL) になりました。住んでいるのは仙台市宮城野区原町です。引っ越してきて4年目、賃貸住宅ということもあって町内会とは縁が薄かったのですが、SBLになってから町内会と繋がりました。仙台市には留学生なども多いので、今後は

外国人に日本の災害リスクを伝える活動などに取り組みたいと思います。

私はアメリカと日本の地域防災の比較研究をしています。日本とアメリカでは異なる部分もありますが、共通点は「楽しむこと」です。アメリカでも子どもが参加して楽しめるイベントが地域防災で大切にされています。

東北大学災害科学国際研究所 准教授
仙台市地域防災リーダー (SBL)

ゲルスタ ユリア



私はドイツ出身で、東日本大震災の前から日本にいます。2023年にせんだい外国人防災リーダーになり、2022年から通訳ボランティアもしています。外国人と日本人の架け橋になりたいという思いがあり、英語でのまち歩きやワークショップなどを開催しています。

2024年にSBLにもなったので、今後は町内会とのつながりも出てくると思います。

私は外国人で、女性ですが、出身や性別などのカテゴリーを超えて、全員が市民として同じ目的意識をもって防災に取り組める社会になることを願っています。

発行：せんだい女性防災リーダーネットワーク
協力：東北大学災害科学国際研究所 防災教育協働センター
発行日：2026年2月

無許可の転載・複製・転用等は固くお断りいたします。

お問い合わせは、東北大学災害科学国際研究所防災教育協働センター（電話022-752-2106）へお願いします。