

令和7年度諏訪市地震総合防災訓練 中洲地区訓練概要(案)

1. 日 時：令和7年8月31日（日） 午前中

2. 訓練参加者：中洲地区

3. 訓練場所：（1）各地区の一次避難所
（2）広域避難所 諏訪南中学校（以後「南中」と表記。）
（3）福祉避難所 デイサービスセンター湯の里

4. 訓練概要：南海トラフ地震を想定し、地震発生後に地区ごとの一次避難所での訓練を実施、その後、開設された広域避難所へ移動し、避難所開設・運営訓練を実施する。

5. 訓練の流れ

時間	想 定	訓練内容	参加者
7:00	臨時情報（巨大地震注意）	地震に備えての警戒態勢	地区役員等
7:30	南海トラフ地震発生	地区訓練（一次避難所開設訓練）	区民
8:30	広域避難所への移動	南中への移動	主会場訓練参加者
9:00	避難所開設訓練	市職員と避難者の共同による 避難所開設訓練	主会場訓練区民参加者 災害協定締結団体等
9:45	避難所運営訓練	避難者による避難所運営訓練	市職員
10:45		閉会式	主会場訓練参加者全員
11:00		訓練終了	

6. 訓練詳細

（1）地区・自主防災組織役員等による地震に備えての警戒態勢

南海トラフ地震臨時情報巨大地震注意により、地区・自主防災組織の役員等は警戒態勢として一次避難所に集合し、次のような対応をしてください。（例）

- ・一次避難所開設のための物品等の確認。
- ・施設内の家具等の固定確認、高いところの物品の移動等。
- ・区民台帳等の用意、災害時要配慮者の確認。
- ・住民への呼びかけ（地震への備え、安全な防災行動、家族内の安否確認手段の徹底、等）
- ・地区内危険箇所（崖等）の見回り

（2）南海トラフ地震発生に伴う地区訓練

各地区にて一次避難所を開設し、地区の事情に合わせた訓練を実施してください。

地区の事情にもよりますが、実施していただきたい項目(例)は次のとおりです。

- ・避難、誘導訓練－**本年の重点事項：各個人に適した非常持出し袋の携行**
- ・安否確認訓練－**本年の重点事項：災害時要配慮者（災害弱者）への対応**
- ・一次避難所開設訓練－避難所開設についての詳細は、8 参考資料をご覧ください。
- ・地区内状況調査訓練
- ・初期消火訓練等災害対応訓練

(3) 広域避難所(南中)への移動

本訓練では、8時30分頃に中洲地区に対し南中への避難指示が緊急速報メール等で行われます。9時からの南中での広域避難所開設訓練に間に合うよう移動願います。

- ・災害時の原則は歩いての避難となりますが、本訓練では時間調整のため車両での移動も可能です。車両で移動の際は、慌てずに事故等に注意してご移動ください。
- ・南中では誘導員の指示により、駐車場所に駐車してください。
- ・災害時は、避難所の開設準備が終わるまで校庭等での待機となりますが、今回の訓練では住民の皆さんにも開設準備を行っていただくため、いったん体育館内にお集まりください。

(4) 広域避難所開設訓練・運営訓練への参加・見学

- ・事前に主会場への参加を依頼された区民の方以外でも、ご希望のある方は主会場訓練への参加や見学ができますのでお越しください。
- ・現在予定している主会場での訓練は次のとおりです。

(数字は、「諏訪市地震総合防災訓練要領」内の訓練番号です。)

⑧情報収集訓練	諏訪広域ドローン協力会の協力のもと、被災時のドローンによる情報収集を想定した訓練	見学
⑨炊き出し訓練	諏訪赤十字奉仕団による炊き出し訓練 物資食事班による配食訓練実施 避難所の食事体験として、炊き出しの実食	訓練・体験 ・見学
⑩給水訓練	市水道局による避難所における飲料水の給水所を開設 避難者は給水袋への給水・運搬の体験を行う	体験・見学
⑪臨時電話・通信 設備開設訓練	N T T 東日本により、災害時の電話回線の混雑、 使用不可の状況を想定した臨時電話の設置訓練	体験・見学
⑫電源供給訓練	電気自動車からの電源供給訓練	見学
⑬車両誘導訓練	諏訪警察署の指導の下、職員による車両誘導訓練	見学
⑭応急危険度 判定訓練	建築士会による、避難所の危険度判定訓練	見学
⑮物資運搬訓練	物資食事班による、物資搬入の運搬訓練を実施	訓練
⑯防災グッズ 展示	防災時に役立つグッズや非常用持出品の展示・紹介	見学
⑰土砂災害 パネル展示	諏訪建設事務所による過去の土砂災害事例の展示	見学
⑱広域避難所 開設訓練	広域避難所の開設訓練。詳細は(5)に記載。	訓練・体験 ・見学
⑲広域避難所 運営訓練	広域避難所の運営訓練。詳細は(6)に記載。	訓練・体験 ・見学
⑳福祉避難ス ペース開設訓練	避難所の開設・運営訓練にあわせ、避難所内に福祉避難 スペースを開設する訓練	体験・見学
㉑医務室(保健 室)開設訓練	市保健班により、避難所内の傷病者を想定した医務室を 開設する訓練	体験・見学
㉒救急搬送訓練	避難所で発生した傷病者を医療機関へ搬送する訓練	見学
㉓応急手当訓練	健康福祉班により、応急手当普及員会・消防署の指導に より、A E Dほか応急手当全般に関する訓練	訓練

②④避難所・本部 間通信訓練	情報広報班によるオンラインでの通信訓練	体験・見学
②⑥要配慮者 移送訓練	避難所の福祉スペースから福祉避難所への移送訓練	見学

(5) 広域避難所開設訓練について

- ・市の避難所担当職員とともに、避難所開設任務分担カードや開設マニュアルにより、避難所開設訓練に参加・見学していただきます。
- ・開設準備ができ次第、見学者の皆さんも避難者として受付を行っていただきます。

(6) 広域避難所運営訓練について

広域避難所は、長期化するほど避難者による運営が主となってきます。運営に関する説明を聞いていただきながら、実際に次の各班を編成して避難所の運営を行っていただきます。

班 名	役割区分	各班の取組項目例	各地区の参加者数
総務統括班	総務	・市災害対策本部との調整 ・避難所運営の記録 ・避難所運営委員会の事務局 ・施設の保全管理 ・地域との連携 ・郵便物等の取次 など	2名以上
	情報・広報	・情報通信機器の配備 ・情報収集 ・情報発信 ・掲示板管理 ・報道機関対応 ・訪問者対応 ・安否確認等対応 ・相談窓口 など	1名以上
生活環境班	衛生・生活環境の改善	・衛生管理 ・生活環境改善 ・清掃 ・ゴミ処理 ・トイレ環境 ・風呂、シャワー環境 ・ペット ・生活用水の確保 など	1名以上
物資食事班	物資・食事の支援	・物資、食料調達 ・物資、食料受入れ ・物資、食料の管理、配布 ・炊き出し など	1名以上
健康福祉班	健康・福祉	・健康管理 ・医務室の設置 ・要配慮者への対応 ・心身の衰えのある高齢者などへの対応 など	2名以上
	感染症対策	・感染症対策 ・感染症予防 ・感染者対応 など	1名以上

※ 各地区からの参加者は8名以上を基本としますが、事前に各地区と調整いたします。

(7) 閉会式

- ・主会場の訓練終了時に閉会式を行いますのでご参加ください。
- ・諏訪赤十字奉仕団による炊出しは閉会式時に配布します。

7. その他

- ・会場は消毒液の配置、大型扇風機を使用した空気循環及び換気を行い、感染症対策に配慮する。
- ・当日、体調不良の場合、各訓練の参加予定者は各自の判断により参加を見送ってください。
- ・訓練参加者は汚れても問題ない動きやすい服装で参加してください。
- ・上履き用の運動靴（又はスリッパ等）、及び下足入れ（ビニール袋等）をご持参ください。
- ・訓練中、貴重品は携行し、各自で管理をしてください。

8. 参考資料

(1) 避難所開設チェック表 (例)

チェック項目		チェック内容
<input type="checkbox"/>	①避難者の有無の確認、避難者の安全確保	<ul style="list-style-type: none"> ・避難者の有無を確認する。 ・開設準備中は、駐車場等での待機を呼びかける。雨天時・厳寒期は、改めて場所割りすることを前提に施設内へ誘導する。(ただし、施設の安全確認後とする)
<input type="checkbox"/>	②避難施設の安全確認	<ul style="list-style-type: none"> ・浸水・洪水、土砂災害、火災等の二次災害のおそれがないか、建物周囲の安全性の確認(目視) ・建物が危険でないか点検する。 ・ガス漏れがないか確認する。 ・危険箇所には、張り紙やロープ等を張り表示する。 ・駐車場、および避難所周辺の道路状況の確認
<input type="checkbox"/>	③ライフライン使用可否(水道・電気等)	ライフラインの使用可否について確認する <ul style="list-style-type: none"> ・上水道、下水道 ・電気 ・電話 ・ガス ・放送設備
<input type="checkbox"/>	④水洗トイレの使用可否	<ul style="list-style-type: none"> ・排水ができないトイレは即座に封鎖する。(簡易トイレで代用) ・排水はできるが水が流れない場合は一時封鎖する。(トイレ用水を確保してから使用開始する。)
<input type="checkbox"/>	③機材、物資の確認	<ul style="list-style-type: none"> ・備蓄倉庫 ・運営用備品 (物品が不足していたら、市の補助金を利用し整備してゆく)
<input type="checkbox"/>	④利用室内の確認	<ul style="list-style-type: none"> ・避難所の利用範囲を確認し、室名・注意事項等の張り紙をする。 ・使用禁止範囲には「使用禁止」の張り紙やロープ等を張る。 ・机、いす等の片付けや破損物等の有無の確認を行い、利用室内の安全性の確認を行う。 ・下履きと上履きの境を明確化する。
<input type="checkbox"/>	⑤情報収集手段の確立	<ul style="list-style-type: none"> ・テレビを設置する。テレビが設置できない場合はラジオを設置する。 ※原則、テレビはNHK 総合、ラジオはNHK 第1(1584KHz)又は、LCV-FM 臨時災害放送局(76.9MHz)とする。 ・特設公衆電話の設置及び通信確認。 ・パソコンのネットワークを確認する。
<input type="checkbox"/>	⑥受付の設置	<ul style="list-style-type: none"> ・受付の設置場所 ⇒ 長机、いす、筆記用具、消毒用品等の準備 ・避難者名簿等の準備 ・受付付近に避難所利用範囲、施設利用ルール等を明示する。
<input type="checkbox"/>	⑦避難所看板設置	<ul style="list-style-type: none"> ・門、施設扉付近に避難所表示看板を設置する。

※ 避難所の開設については、「諏訪市広域避難所等開設マニュアル」を参考にしてください。
(マニュアルはホームページでご覧いただけます。)

※ 同様に避難所の運営については、「諏訪市広域避難所等運営マニュアル」をご覧ください。
今回の訓練内の広域避難所運営訓練も、このマニュアルに沿って行います。

（２）避難所について

① 一次避難所

- ・災害発生のおそれがある場合に、差し当たりの安全を確保する場所又は施設。
- ・諏訪市では指定されている地区公民館等がこれにあたります。
- ・一次避難所の開設、運営は原則地区の判断で実施されます。

② 広域避難所（指定緊急避難場所）

- ・災害の危険が切迫した緊急時に、安全を確保する場所又は施設
- ・中洲地区では、中洲小学校、諏訪南中学校、中洲公民館、博物館が該当となります。
- ・余震の影響も含め、建物の安全確認ができていない場合は、これらの施設のグラウンドや駐車場が緊急避難場所となります。

③ 広域避難所（指定避難所）

- ・災害が発生した後に、自宅で生活できない被災者が一定期間避難生活する施設
- ・災害の種類や規模、施設の状況により、災害対策本部が広域避難所を開設します。
- ・避難指示等が出た場合でも、すべての広域避難所が開設されるわけではありません。
- ・開設された広域避難所は、防災行政無線、防災メール、市のホームページや LINE 等でお知らせしますので、開設された避難所を確認し避難してください。

④ 福祉避難所

- ・広域避難所の福祉避難スペースでの生活が困難な、特に配慮を要する方のための避難所です。
- ・全ての要配慮者の方が入れるわけではありませんので、ご注意ください。

（３）南海トラフ地震臨時情報について

気象庁は、南海トラフ想定震源域内で地震等の異常な現象が観測された場合、その現象が南海トラフ巨大地震と関連するかどうか調査を開始した旨の「南海トラフ地震臨時情報（調査中）」を発表します。その結果、マグニチュード 8.0 以上と評価した場合は「南海トラフ地震臨時情報（巨大地震警戒）」、マグニチュード 7.0 以上又はゆっくりすべりと評価した場合は「南海トラフ地震臨時情報（巨大地震注意）」が発表されます。

「南海トラフ地震臨時情報（巨大地震警戒又は注意）」が発表された場合は、大規模地震発生の可能性が平常時と比べて相対的に高まったと評価された状態であり、日常生活を行いつつ、日頃からの地震への備えの再確認等、個々の状況に応じて、一定期間、地震発生に注意した行動をとることが重要となります。