

# 第7回サバイバル訓練の報告

2023.7.7. 防災部長 初鹿 記

2019 (R1)年以来4年ぶり7回目の訓練を実施。

テーマ：ライフラインが途絶えた状況下で、身近にあるもので生き残りを図る。

訓練内容：応急手当、炊き出し訓練、防災用品の展示、輪投げゲーム

2023年6月25日(日) 9:30~12:00 晴れ 気温30℃ 暑い日だった

## 1. 概要

- ① 参加者：101名参加 10年前の第1回114名(h26)に次ぐ多さ
- ② 班長組長には半数にあたる27名（班長3名、組長24名）に参加いただいた。  
会場はピンクのベストが目立った
- ③ 子ども会の声掛けで子供さん27名と保護者14名 計41名が参加した
- ④ 一般で参加された12名の方は防災意識の高い人です
- ⑤ 参加101名の内、初体験者は72名であり、7回の訓練を通し体験した方は合計434名になった。 実に、町内会員の7名に一人が経験した計算になる。

毎年交代する班長・組長さんと子ども会の役員とその家族に体験してもらうことで、新規体験者が増え、大東の防災力が年々高まっていくことになる。  
イザの時、誰でもできることが究極の目標です。

## 2. 応急手当訓練

主な目的は、医者にかかるまでの間、症状の悪化を遅らせること。

- ① 佐野看護師と木村消防士の指導で三角巾、スカーフ、レジ袋など身近にあるものを使った止血と骨折の応急手当を体験。  
父と子、母と子がペアで仲良く手当てをしあった。
- ② AEDは知らない方が多いので、基本的説明の後、野村副会長に実使用体験をしてもらったが、何の反応もなかった。AEDは心臓の動きに異常がなければ作動しない。
- ③ 竹竿と毛布の簡易担架を体験した。担架は物干し竿とTシャツでも作れます。

## 3. 炊き出し訓練

新聞紙を燃料とし、炊飯袋、ジップロック、ビニル袋などでご飯を炊いた。

お米をビニル袋に入れて炊くことにより鍋を洗う必要がなく、災害時に貴重な上水を節約できることがメリット。

- ① 未経験の班長組長さんに鍋のリーダーになってもらい率先体験して頂いた。
- ② どの鍋も上手く炊け、お握りにして食べたグループは、おいしかったと好評
- ③ 米と水の比率：無洗米の場合、お米と水の比率を通常より多めの1：1.4とするよう変更した（テキストは1：1）
- ④ エア抜き：ビニル袋の空気をしっかり抜かないと、浮き上がった袋が過熱した鍋に触れてビニルが溶けて穴があいた例があった。
- ⑤ クレンザーが古く効果なし ⇒ 4年前の在庫品だったので、新品を購入する。

#### 4. 防災グッズの展示

発電機、ソーラーパネル、蓄電器、リヤカー、1t&5t ジャッキ、簡易トイレキット、消火器などを展示

- ① 誰も誘導せず、説明もなかった ⇒ 反省
- ② イザの時、誰でも使えるよう、倉庫の鍵の場所、防災用具の使い方などの講習会が必要

#### 5. 輪投げゲームコーナー

幼児連れのご家族のため、輪投げコーナーを設けた。  
子ども会役員と町内会役員の方に面倒を見てもらう。  
その間、親は訓練に参加との狙いは有効だったと思う。

#### 6. その他

- ① **熱中症対策** 日よけテント、冷えピタ、アイスクャンデーなど可能な対策を全て用意すべきだった
  - ・青年部の伊藤部長が機転でアイスを買って配ってくれた。
  - ・また伊藤部長は地面に水を撒いてくれた。両方とも大変有効だった  
⇒ 開催時期は熱中症の危険シーズンを避ける ⇒ 次回から総会の直後にする。
- ② **（懇親の場）** 日頃顔を合わさない近所の方が鍋を囲んで集まったのだから。自己紹介し、顔なじみになる場を設ければよかった ⇒ 次回実施する  
一生懸命やっているあの人 頼もしいね、誰？ との声が聞こえた

③ 受付が渋滞した。⇒ 募集案内に受付開始時刻を追記する。

案内には訓練開始 9:30 としか書かなかった。⇒ 受付開始 9:10 を追記する。

以上いくつかの反省点はあったが、事故なく無事終了できました。

多くの皆さんが共同した賜（たまもの）です。

大東町内会は向う 3 軒両隣の絆と防災力が強いことの証です。

そして、防災は一人ではダメ、町内会員全員でやるものだと再認識しました。

**防災は一人より二人・・・みんなで助け合えば大きな力になる。**

**やっぱり ”向う 3 軒両隣”** それを痛感した

#### (特記)

訓練に参加された 1 班 7 組の新田さんから「家族が少なくなり使い道が減ったので、町内会で活用してください。」として大鍋 2 個の寄付申し出がありました。ありがたく使わせていただきます。

以上

# サバイバル（生き残り）訓練 第7回

2023.06.25(日)



森井会長挨拶

写真中央：受付、中央手前：ブロック釜戸、左机上：炊飯用品

## 防災備品の展示

左から

リヤカー、ジャッキ 5t、ジャッキ 1t、  
発電機、消火器、簡易トイレキット



## 応急手当訓練の風景



AED 使用体験

患者は野村副会長



竹竿と毛布の担架



足の骨折：折りたたみ傘の添え木で固定



父と息子

## 炊き出し訓練の風景



新聞紙燃料でお湯を沸かし、  
米と水を入れたビニル袋でご飯を炊く  
○電気ガスがなくても新聞紙が代用  
○鍋を洗う必要がなく、貴重な上水が節約できる



炊けたかな？

水が無くなれば炊けています



## 輪投げゲームコーナー

幼児のために用意しました

- 輪は新聞紙で手作り
- 的はペットボトルに絵具水
- 子ども会と役員が面倒を見る間、  
幼児の親は訓練に参加