

令和7年度協働のまちづくりチャレンジ事業 中間活動報告 01

記入日 : 令和7年11月18日

団体名	NPO法人 ワークライフバランス北陸	担当者氏名	丸谷/受川
-----	--------------------	-------	-------

イベント名	防災セミナー「避難所シミュレーション0101」
実施期間	2025年5月～11月
場 所	市内各所
参加人数	11回（予定を含む）／のべ285名参加
イベント内容 (簡潔に)	<p>【セミナーの内容】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「避難所」をテーマに、防災を考えるセミナー。 ・PowerPoint、避難所平面図、課題解決シートを中心に、避難所で起こるであろう課題（十数問）を、グループで解決していくゲーム。 <p>■ ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> ・町会を単位とした共助力の再生と、行政・地域・NPOが協働して地域防災力を高めるモデルづくりをめざす。 ・近年の自然災害の増加、町会で求められるコミュニティ、企業に求められるBCP、防災訓練の形骸化などを、意識・復活・創生していこうとする。 <p>■ 解決策：避難所シミュレーション</p> <p>カードゲーム形式で楽しく学びながら、課題発見力・判断力・協働力を養う。</p> <p>■ 研修の流れ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.導入（背景説明・ルール解説） 2.避難所シミュレーション実施 3.振り返り・ディスカッション
事業を実施したことによる効果 (参加者の感想など)	<p>【効果】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・町会のコミュニティ復活による「顔の見える共助」の再生。 ・行政やNPO法人と町会の協働体制の確立。 ・市民参加型防災プログラムの継続・定着化。 ・コロナ禍で分断された地域のつながりを、再び“語り・支え合う場”として再構築。 ・何かあったら行政やる！という公助に頼る考えを、公助→共助に市民の認識を変える。 <p>【参加者の感想】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●能登の震災以降、自分が被災者となったらと考える機会が多かった為、ゲームで避難所の課題に向き合えてよかった。とても興味深く最後までゲーム体験ができて良かったです。 ●イラストやマークで指示が分かりやすかったです。1分で配置場所を決める時は、あっという間に感じました。 ●考えたことがなかったので新鮮だった。万が一というように思考がグッと被災したイメージでき、より知りたくなり、ぜひ続きが欲しいです。ゲーム後のフリートークも良かったです。 ●いろいろな気づきがあり、避難所のスタッフという設定で一つひとつ話し合う時間が5分などとされていたのも現実的で良かったです。避難所のことなど、もっと知りたくなった。 ●むずかしいと思っていましたが、面白くてわかりやすかったです。話し合いの時、時間が足りない設問とアイデアが出ず時間が余る設問があったので、ちょっとヒントが得られるといいなと思いました。（着眼点・ポイントなど） ●避難所シミュレーションに興味があり、今回きました。グループワークということも想像していました。皆の中に入れるか不安でしたが、とても心地よい場だったので助かりました。また参加したいと思いました。 ●ワークライフバランス北陸の活動としての意義目的が伝わりやすく、最後の伝えたいことも明確になっていると感じました。

令和7年度協働のまちづくりチャレンジ事業 中間活動報告 02

記入日 : 令和7年11月18日

団体名	NPO法人 ワークライフバランス北陸	担当者氏名	丸谷/受川
-----	--------------------	-------	-------

実績と予定 (2025.04.01~11.30)				
	日付	実施団体	参加人数	備考
1	4月22日	土 看護大学 (3・4年生)	15	テストラン
2	5月25日	日 福井市内某企業	15	テストラン
3	6月7日	日 NPO法人 シンママ応援団	10	テストラン
4	6月11日	水 看護大学 (フィールドワーク)	15	本格始動
5	6月15日	日 浅野町婦人防火クラブ防災セミナー	30	
6	6月28日	土 NPO法人 ワークライフバランス北陸	10	
7	7月3日	木 清川町会と高岡中職業体験	30	
8	8月10日	日 並木町会防災セミナー	30	新聞・ラジオ
9	10月5日	日 菊川地区町会連合会 防災フェスティバル	30	
10	10月25日	土 押野地区町会連合会 防災セミナー	40	
11	11月30日	日 諸江地区町会連合会・地区防災組織	60	

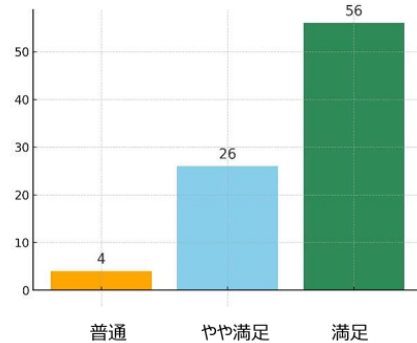
「避難所シミュレーションゲーム」の参加者にとつたアンケートデータです。
総標本数 86名 5段階です。満足度を5、やや満足度を4、普通を3としました。

1. 集計結果 (n=86)

項目	普通(3)	やや満足(4)	満足(5)	平均スコア
ゲーム全体の満足度	4	26	56	4.61
内容のわかりやすさ	6	25	55	4.57
時間配分	11	31	43	4.37
進行のスムーズさ	5	27	54	4.57
内容の面白さ・興味深さ	4	20	61	4.66

※満足=5点、やや満足=4点、普通=3点で換算

<ゲーム全体の満足度>



2. 満足度

全体的に「満足」が圧倒的に多く、特に「内容の面白さ・興味深さ」(満足率 71%) と「ゲーム全体の満足度」(満足率 65%) が突出しています。

3. 主な考察

強み

- 高い満足度：平均 4.5 点前後と非常に高評価。特に「面白さ」「全体満足度」で高スコア。
- わかりやすさ・進行の良さ：説明や運営が丁寧で、多くの参加者が理解しやすかった。

改善ポイント

- 時間配分：平均 4.37 点と他項目よりやや低め。
→ コメントでも「一部設問で時間が足りない/余る」などの声があり、調整やヒント提供が望ましい。
- 説明の明瞭化：少数ながら「ルール説明が分かりにくかった」という意見あり。開始前に簡潔な説明資料や事前共有が有効。

期待と活用

- 「学校や会社、地域での実施を希望」「定期開催を望む」との声が多数。
- 参加を通じて「防災意識が高まった」「自分ごととして考えられた」というコメントが目立つ。

4. 所感

避難所シミュレーションゲーム 0101 は、参加者の防災意識を高める教育的効果が高く、楽しさ・学びの両立が実現しています。今後は時間配分の最適化や説明強化を行えば、さらに満足度向上と参加者層の拡大が期待できます。

ワークライフバランス北陸として所感

①「共助の実践」= 住民が主体的に動き出している

本セミナーは、町会・公民館・NPO・行政が連携して実施できた取り組みでした。開始前は「公助に頼るしかない」という声も多く聞かれましたが、進行が進むにつれ、参加者の皆さんが「自助・共助の大切さ」に気づき始めました。特に、避難所運営を自分たちで体験することで、「地域で話し合うことが大事なんだ」「私たちにもできることがある」という“自分ごと化”が自然と進み、テーブルごとの対話も活発になりました。結果として、参加者同士が互いの考えを尊重しながら、前向きな話し合いを行い、地域の中にある“共助の芽”が少しずつ形になりはじめています。

②「再現性のある仕組み」= 他地区にも広げられる

今回の取り組みでは、プログラム全体の構成や進行方法を見直し、パワーポイント資料やカード教材、さらには進行台本にも改善を加えてきました。その結果、どの地区でも同じ品質で実施できる“再現性のある形”に近づいています。

特に、参加者の反応や進行時の課題点を一つひとつ振り返りながら、説明スライドの改善/カード教材の内容調整/進行手順の統一/テーブルファシリテーター向けの確認事項の整備などを進めたことで、一地区で得た成功体験を、次の地区でも確実に再現できる状態が整いつつあります。これにより、「一地区の成功を、次の地区へ広げていく」ための土台ができました。今後は、今回の学びを活かしながら、来年度以降に他地区での実施を順次進め、地域全体に“共助の輪”を広げていくことを目指しています。

③「あたたかいまちづくりへの貢献」

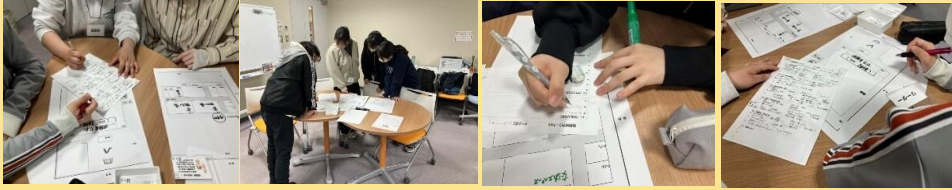
本事業は、防災を“やさしく・あたたかく”伝えることを大切にしながら、地域のコミュニティ（つながり）を再生する取り組みとして、着実に広がりを見せています。独自のキャッチコピー「防災を、やさしく。共助を、あたたかく。」とロゴマークを作成し、プログラムの理念をよりわかりやすく、親しみを持って伝えられるようになりました。ひとえに「チャレンジ事業」のおかげで、できたロゴマークが、いい影響を方々にもたらしてくれました。

また、避難所シミュレーションの枠をこえて、地域のつながりを再構築する活動にも発展しています。たとえば、災害時の炊き出しを地域行事と組み合わせた **BBQ・芋煮会型の炊き出し演習**、子どもも高齢者も参加しやすい**防災運動会**の企画など、楽しさと防災を両立した新しい試みが生まれています。

これらの取り組みは、行政・地域・NPOがそれぞれの役割を活かしながら協力し合う“協働のかたち”が少しずつ形になっている証でもあります。今後も、地域のあたたかさ共助の力を育てる活動として、まち全体の防災力向上に貢献していきたいと考えています。

防災を、やさしく。
共助を、あたたかく。
避難所シミュレーション 0101





2025.04 商標登録出願中



避難所シミュレーション0101

～地域や組織のコミュニケーションのきっかけを提供します～

所要時間

90-120分

最少遂行人数

8名～10名

いざという時に発揮するコミュニケーション

2024年に起きた地震と水害、当法人でも被災した人がいます。その経験や、見聞きしたことを無駄にしないために「そのとき」に備える事の大切さを、「もしもの時」に重要になってくることを、被災体験から伝えます。また、希薄化する地域コミュニティ、組織内のコミュニケーションを再構築・活性化しておかないと、いざという時に機能しません。自助のためにできること、考えられることを、平时にやっておく意味はあると思い、実施いたします。私たちの被災体験を、みなさまにシミュレーション（疑似体験）をしていただき、地域コミュニティを作っていく、きっかけにできれば幸いです。

当法人がこの事業に取り組むわけ

石川県人だから伝えることがあると思います。断水・停電、家が壊れ、避難をされる方が多くいました。私たちはこの経験を伝えることが、使命だと思います。「訓練や備え」の大切さをシミュレーションで経験することを主目的とし、当法人がもっとも得意とするコミュニケーションを副次的な目的として、二本柱で取り組みます。

具体的には

「避難所シミュレーション」は①避難経路・備蓄物資 防災訓練の見直しなどを「目的」としますが、それと同時に本当の目的は「コミュニティ」再生のきっかけの提供です。②コミュニケーション、ファシリテーションも同時に身に着け「もしもの時」に自然と助け合いができる態勢を整えます。

期待できる効果01



- 防災訓練/避難訓練の見直し
- 避難経路のシミュレーション
- 自主防災組織の再検討
- 備蓄品（倉庫）の点検
- 避難所の運営シミュレーション

期待できる効果02（進め方を工夫します）

- コミュニケーションの促進
- コミュニティの活性化
- リーダーシップ
- ファシリテーション
- チームビルディング
- コンフリクトマネジメント



問い合わせ先

特定非営利活動法人 ワークライフバランス北陸

〒920-0022 金沢市北安江2-11-30
wlb.hokuriku@gmail.com
tel(076)256-1937 fax(076)256-1938

<並木民衆会・防災セミナー 第1弾>

◆日程/8月10日(日)
◆時間/13:30-15:30
◆場所/金沢市中央消防署味噌蔵出張所
(兼六園下・裁判所近く)



避難所シミュレーション0101

