

「避難所シミュレーション・ゲーム」の普及と理解促進、対話の機会提供。

NPO 法人ワークライフバランス北陸

代表理事 丸谷めぐみ

1. 研究の背景・経緯

近年、自然災害の頻発および激甚化により、地域防災力の向上は全国共通の重要課題となっている。地震や豪雨、豪雪などが同時多発的に発生する可能性が高まる中で、災害対応の現場には、これまで以上に柔軟で現実的な対応力が求められている。

とりわけ避難所運営は、被災者の生命と尊厳を守る基盤であるにもかかわらず、平時において具体的に議論される機会が限られてきた分野である。行政による計画整備やマニュアル作成は進んでいるものの、実際の災害時には、想定外の事態や人手不足、情報不足などが重なり、計画どおりに進まない場面が数多く発生する。

北陸地域においても、地震、豪雨、豪雪といった複合的な災害リスクを抱えており、避難所は一時的な滞在場所ではなく、生活の場としての機能を果たすことが求められる。しかし現場で住民や関係者の声を聞くと、「避難所の運営は行政が担うものだと思っていた」「自分が避難所で何をすればよいのか分からない」「何が起こるのか想像できない」といった声が多く聞かれ、住民主体の視点が十分に共有されていない実態が浮かび上がった。



(従来型の防災研修会)

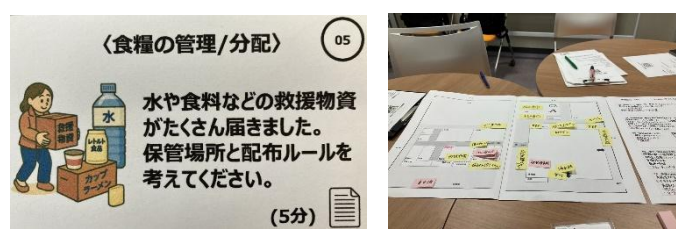
従来型の防災研修や説明会は、講義形式や資料配布が中心であり、情報としては理解できても、災害時の混乱や判断の難しさを実感することは難しかった。

研修後の意見交換では、「内容は理解できたが、実際に役立つか不安」「現場でどう動くかは別問題だと感じた」といった率直な感想が寄せられることも多かった。

こうした経験を積み重ねる中で、防災を単なる知識の習得として捉えるのではなく、状況を具体的に想像し、立場や価値観の異なる人同士が意見を交わし、迷いながら考える過程そのものが重要であると考えようになった。この問題意識を背景として、本研究では「避難所シミュレーション・ゲーム」を活用し、体験型かつ対話型の手法によって、避難所運営への理解促進と地域内の相互理解を深めることを目的とした。

2. 研究の目的と方法

本研究の目的は、避難所運営に関する基礎的理解を広く共有するとともに、防災をテーマとした対話の機会を地域内に継続的に生み出すことにある。特に、防災に関する専門知識や経験の有無に関わらず、誰もが自分の立場で考え、発言できる環境を整えることを重視した。



(課題カードと避難所の平面図)

研究方法としては、独自に開発・改良を重ねてきた「避難所シミュレーション・ゲーム」を用い、ワークショップ形式で実施した。本ゲームは、避難所で実際に起こり得る出来事や課題をカードとして提示し、参加者がグループ内で話し合いながら対応策を検討する構成としている。カードには、物資不足、要配慮者対応、役割分担の混乱、情報伝達の遅れなど、現実の避難所で頻発する課題を盛り込み、あえて単純な正解が存在しない状況を設定した。

進行においては、ファシリテーターが特定の結論を誘導することはせず、参加者同士の意見交換を促す役割に徹した。その結果、参加者は「自分ならどうするか」「地域として何ができるか」を自然に考えるようになり、議論の主体が参加者自身へと移っていく様子が確認された。



(グループのディスカッション風景)

対象は町会・地区住民、企業関係者、行政職員など多岐にわたり、年齢や立場の異なる参加者が同じテーブルで議論を行った。実施後にはアンケートおよび自由記述を収集し、理解度の変化、意識の変容、対話の質について整理・分析を行った。

3. 研究を通じて見えた課題

本研究を通じて、避難所運営に対する理解や意識について、複数の共通した課題が明らかとなった。これらの課題は、特定の地域や参加者に限らず、実施場所や対象が異なっても繰り返し確認された点に特徴がある。

一つ目は、「避難所は行政が運営するもの」という認識が依然として強いことである。多くの参加者が、避難所運営を行政の責任領域として捉えており、住民自身が主体的に関わるという意識を持ちにくい状況が見られた。ゲームを通じて住民同士で話し合う中で初めて、「自分たちが動かなければ回らない場面が多い」ことに気づく参加者も多く、平時からの意識づくりの重要性が浮き彫りとなった。

二つ目は、防災に対して正解を求める姿勢が強いことである。災害時には、限られた情報の中で判断を迫られる場面が多く、必ずしも正解が存在しない。しかし実際

の議論では、「それは正しいのか」「マニュアルに書いてあるのか」といった確認が先行し、議論が止まってしまう場面も見られた。この傾向は、防災を知識として学んできた参加者ほど強く、柔軟な発想への切り替えに時間を要することが分かった。

三つ目は、立場や経験の違いによる認識差である。高齢者、子育て世代、障害のある人、外国人、行政経験者など、それぞれが置かれている状況や優先順位は異なる。ゲームでは、こうした違いが可視化される一方で、対話の時間が十分でない場合には、「分かったつもり」で終わってしまう危険性も確認された。単に意見を出し合うだけでなく、互いの背景を理解するための丁寧な対話が不可欠である。

さらに、ファシリテーションの重要性も課題として挙げられる。進行や問いかけの工夫によって議論の深まり方が大きく左右されるため、担い手の育成や進行方法の共有が今後の継続的な実施において重要であることが明らかとなった。



(ファシリテーターと参加者)

これらの課題は、本研究の限界であると同時に、今後の改善や発展の方向性を示すものであり、対話型防災の可能性を広げるための重要な示唆を含んでいる。

4. 研究の成果

本研究の成果として、避難所シミュレーション・ゲームが理解促進と対話創出の双方において高い有効性を持つことが確認できた。

特に印象的であったのは、参加者が「避難所運営の課題」だけでなく、「人と人との関係性」や、公助に対する意識そのものを見つめ直していく過程である。現場では、「市役所が何とかしてくれる」「市は何もしてくれない」といった、公助を前提とした受け止め方が根強く存在していることを改めて実感した。浅野川の氾濫を実際に経験した立場から振り返ると、災害時に真っ先に問われるのは制度や計画以上に、普段から築かれてきた近所同士の関係であると強く感じている。避難所は、建物の入り口が開いたとしても、物資や役割、人の流れが自然に整うわけではなく、「何もないところ」から始まるのが現実である。だからこそ、行政の支援を待つのではなく、その場に居合わせた人たちが動き出し、役割を分かち合う必要がある。

災害発生時、避難所では多くの場面で「誰かにお願いする」「一緒に動いてもらう」必要が生じる。しかし、平時に顔を合わせたことも、言葉を交わしたこともない相手に対して、突然「お願いします」と声をかけることは容易ではない。浅野川氾濫時の経験からも、日常的な近所付き合いがあるかどうか、協働できるか否かを大きく左右することを実感した。



(平成 20 年 7 月浅野川の氾濫・梅の橋付近)

避難所シミュレーション・ゲームでは、こうした関係性の重要性が自然な形で共有される。参加者同士が話し合い、意見を交わす中で、「知っている人がいる安心感」「頼れる関係があることの強さ」に気づく場面が多く見られた点は、本研究における大きな成果である。

アンケート結果からも、「防災は特別な準備ではなく、日頃のつながりが土台になると分かった」「近所の人と話しておくことが一番の備えだと思った」といった声が寄せられており、避難所運営を入り口に、地域の関係性

そのものを見直す契機となったことが確認された。

5. アンケート結果の分析

本研究では、避難所シミュレーション・ゲーム実施後にアンケートを実施し、参加者の理解度や意識の変化、対話の質について把握を行った。アンケートは選択式および自由記述式とし、年齢や立場の異なる参加者から幅広い回答を得た。

まず、避難所運営に対する理解度については、「避難所の状況を具体的に想像できるようになった」「これまで知らなかった課題に気づいた」といった肯定的な回答が多く、体験型手法の有効性が確認された。講義形式では得られにくい「現実感」や「当事者意識」が、ゲームを通じて醸成されたと考えられる。

次に、意識の変化に関しては、「行政がすべて対応してくれるものだと思っていたが、自分たちが動く必要があると感じた」「近所の人と協力することの大切さを実感した」といった回答が目立った。これは、公助依存的な意識から、共助・協働への意識転換が一定程度進んだことを示している。

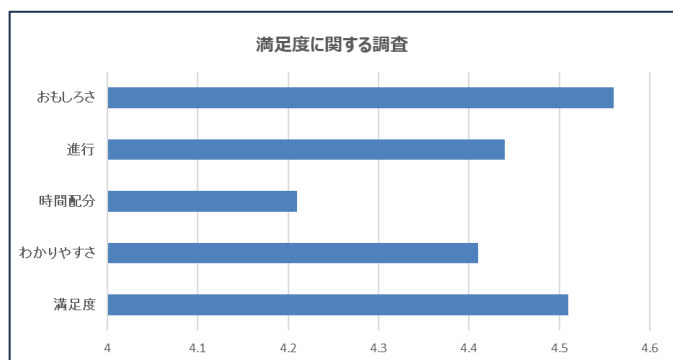
また、自由記述からは、「初めて地域の人と防災について話した」「立場の違う人の考えを知ることができた」といった声が多く、対話の場としての効果が高いことがうかがえた。一方で、「時間が足りなかった」「もっと話し合いたかった」といった意見もあり、今後の運営改善に向けた課題も明らかとなった。

- ◆対象回答数：138名
- ◆項目 平均点（5点満点）

内容の面白さ・興味深さ	4.56
進行のスムーズさ	4.44
時間配分	4.21
内容のわかりやすさ	4.41
ゲーム全体の満足度	4.51

(満足度調査 01)

これらのアンケート結果から、避難所シミュレーション・ゲームは、理解促進だけでなく、参加者同士の関係性づくりや意識変容を促す有効な手法であることが示唆される。アンケートで得られた声は、今後のプログラム改善や地域展開に向けた重要な基礎資料として位置づけられる。



(満足度調査 02)

6. 今後の展望 (再修正案)

本研究を通じて明らかになった最も重要な示唆は、災害時の協働は発災後に突然生まれるものではなく、平時の関係づくりの積み重ねによって支えられているという点である。浅野川の氾濫を経験した際にも、避難所の立ち上がりや初動の動きは、制度や計画以上に、日頃からの近所付き合いや顔の見える関係性に大きく左右されることを実感した。

また、令和6年能登半島地震においては、本法人の会員の中にも、輪島市や七尾市で実際に被災を経験したメンバー（会員）がいる。

避難所での混乱や物資不足、役割分担の難しさといった現実、報道や想定の中だけの話ではなく、身近な実体験として共有されてきた。

避難所は、建物の入り口が開いたからといって、すぐに機能する場ではなく、「何もないところ」から人の手で立ち上げていく必要がある。この認識は、浅野川の経験や能登での被災体験を通じて、共通して語られてきた現実である。

避難所シミュレーション・ゲームは、こうした実体験をもとに開発・改良を重ねてきたものであり、ファシリテーターが語るエピソードも、メンバーへの聞き取りをしながら実際の災害現場での経験に根ざしている。

そのため、参加者は机上の想定ではなく、「起こり得る現実」として課題を受け止め、自分事として考えること

ができる。

今後は、本手法を単発の研修にとどめず、地域の日常的な集まりや行事、学校や企業の研修などと組み合わせながら、継続的に実施していくことが求められる。防災を特別な訓練として構えるのではなく、顔を合わせ、言葉を交わす機会を積み重ねていくこと自体が、非常時の協働を支える基盤になると考えられる。

さらに、継続的な展開に向けては、地域内でファシリテーターを担う人材の育成が不可欠である。実体験から得られた教訓や気づきを共有し、問いかけや進行方法を地域内で蓄積していくことで、対話の質を高め、より実践的な学びの場へと発展させていくことが可能となる。

本研究で得られた知見と経験を地域内で共有し、避難所シミュレーション・ゲームを通じて生まれた対話を、日常の近所付き合いや地域活動へとつなげていくことが、災害に強く、しなやかな地域づくりにつながる。コロナや震災で崩壊しつつある「コミュニティ」の再生や活性化を図り、災害時に「お願い」と自然に声をかけ合える関係性を、平時から育てていくことこそが、今後の最大の展望である。



(石川県立看護大学での実施風景)



(金沢市内中学校と町会の合同研修会の風景)