

[実践・事例報告]

地域住民の共助による高齢者の減災をめざした介入と評価 —2019年度 滝川市における「減災研修会」と「3か月後交流会」の報告—

工藤 禎子¹⁾, 浅野 葉子²⁾, 田中 裕子¹⁾

1) 北海道医療大学看護福祉学部看護学科

2) 北海道医療大学リハビリテーション学部作業療学科

キーワード

減災, 共助, 災害, リスクマネジメント, ソーシャル・キャピタル

I. はじめに

現在, 推進されている地域包括ケアにおいては, 高齢者が住み慣れた地域で, 安心, 安全に暮らすことがめざされているが, 安心と安全を脅かす一つのリスクとして災害の発生がある。近年のわが国では, 地震, 台風等の自然災害が頻発しており, 災害の種類や地域に関わらず, 高齢者の生活において, 「いつでもどこでも(=ユビキタス)」の減災が求められている(河田, 2008)。

減災は「災害後の対応よりも事前の対応を重視してできることから取り組み, 少しでも被害の軽減をはかること(内閣府, 減災の手引き, 2017)」といわれている。高齢者世帯の災害時の安全管理上の課題と要因は, 先行研究(水野, 2013; 菊地・原嶋・山際他, 2013; 柳澤, 2013; 京田・塚崎・奥他, 2015)においては, ①視聴覚機能などの低下による危険察知と情報入手の問題, ②自分は大丈夫, 過去に大丈夫だったという判断の歪み, ③災害への備えの不備, ④災害に弱い古い家屋, ⑤過疎化により助け合う近所の人がない環境面の不利, ⑥移動能力の低下等が挙げられている。

災害発生時に弱者となりやすい高齢者が, 近隣の地域住民とともに共助に基づいた減災に関する日常的な取り組みを促すことは地域の課題であり, 計画的な介入が必要と考えられる。

そこで本研究では, 減災のための意図的な介入を行い, その内容と効果の評価を記述することにより, 地域における高齢者の減災を進める方策を検討することを目的とする。

II. 研究方法

1) 研究デザイン: 介入研究

2) 対象地域

今回の介入対象地域は滝川市のほぼ中心部(第2小学校区)の1か所である。滝川市を対象地域とした理

由は, 滝川市と北海道医療大学が連携協定の元に多様な連携関係にあることと, 滝川市が全市を7地区に分け, 全地区において「見守り支え合い研修会」として近隣関係の再構築および減災に関する研修を計画しており, 今回の研究者の研究計画と一致したことによる。今回の介入は滝川市の「見守り支え合い研修会」における減災に焦点を当てた「減災研修会」として開催した。2019年度の計画段階で2021年までに全市7地区での開催予定であったが, 2020年度2月からの新型コロナウイルス感染症の蔓延により人が集う行事を中止せざるを得なかったため, 本報告では, 新型コロナ感染症の影響を受けず当初の予定通りに対面での講演会, 座談会, 非常食の試食等を実施できた1か所の実践事例について取り上げる。

3) 介入の方法

介入の概要は, 図1のように, 2019年度の滝川市の「見守り支え合い研修会」の一環の「減災研修会」と「3か月後交流会」からなる。参加者への研修会の周知は, 該当地域へのチラシ配布, ホームページ, 町内会長・民生委員等への市職員からの呼びかけ等複数の方法で行われた。

今回の「減災研修会」の目的は, 地域における住民同士の普段のつながりが災害時の被害を最小限にするよう地域ぐるみの減災と支え合いの意識を高めることである。当日のタイムスケジュールは表1のように午後の1時間30分である。「減災研修会」では開始前に, 参加者に事前アンケートの記入を求めた。記入にあたっては市職員, 大学教員などが個別に参加者に説明しサポートした。

「減災研修会」の内容(図1~2)の前半は, 講演1「普段のつながりから減災へ(講師:大学教員)」、講演2「水害に備えて(講師:滝川市防災危機対策室危機管理対策専門員)」とした。休憩時間を用いて, 防災・減災グッズの展示(図3)及び救急医療情報キットの説明(図4)と, 非常食のアルファ米の試食(図5)を行った。

後半は参加者6~7名からなる14グループで, 市職員または大学教員等が各グループに入り座談会を実施した。座談会のテーマは「ブラックアウトの体験・講

<連絡先>

工藤 禎子

北海道医療大学看護福祉学部看護学科

表1 滝川市第2小学校区 減災研修会の概要

開催日：2019年11月22日(金) 会場：滝川市北地区コミュニティセンター

時間	内 容	
12:00	会場準備	テーブル配置：小グループ (6～7人×14テーブル=85) 映像・放送準備・白板
12:00	参加者 バス送迎	市職員
13:00	受付、外誘導、会場誘導など	市職員、他数名
13:30	挨拶	介護保険課課長
	講演(40分) アンケート説明・記入含む	大学 研究代表者
14:10	災害に備えること(25分)	市危機管理専門官
14:35	休憩(5分) 防災・減災グッズ見学 救急医療情報キットの紹介 非常食(アルファ米)の試食等	市職員
14:40	座談会(15分) ブラックアウト時の状況等についてのグループワーク。 参加者と交流しながら支え合いについて意識を高める。	大学 研究代表者 グループワーク：1グループ に市職員又は大学教員配置
14:55	アンケート記入	市職員 大学教員
15:00	終了 反省会	全員
15:10	後片付け	全員

参加 ■市介護保険課：課長他6人 ■市健康づくり課：1人 ■市防災危機対策課：2人
■北海道医療大学：教員3人、アルバイト1人

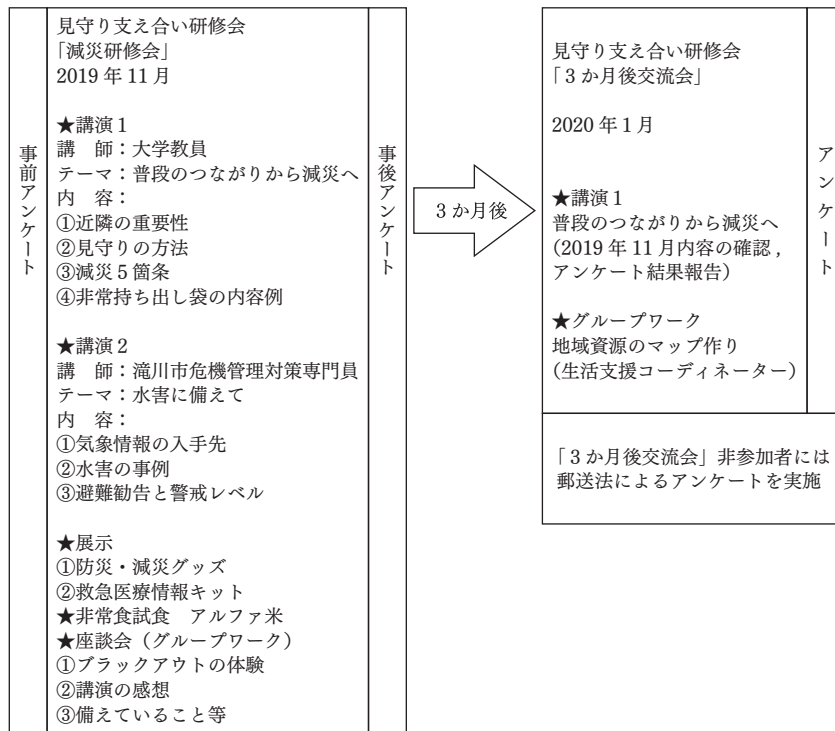


図1 地域住民の共助による高齢者の減災を目指した介入と評価の全体像



図2 減災研修会 講演の様子



図3 防災・減災グッズの展示



図4 救急医療情報キットの紹介



図5 グループワーク 非常食の試食

演の感想・災害に備えていること」などである。全体のプログラム終了後にアンケートを実施した。また、参加者には講演内容で紹介した非常持ち出し袋を配布した。さらに、参加者には3か月後に交流会を行うことを説明し参加依頼をした。

2020年1月に「減災研修会」の「3ヶ月後交流会」として講演とグループワークを行った(図1)。講演の内容は「減災研修会」の振り返り及びアンケート結果の報告である。グループワークにおいては滝川市地域包括支援センターの生活支援コーディネーター(地域支え合い推進員)がファシリテーターとなり、地域資源のマップづくり等を行った。参加者は30名であった。「減災研修会」に参加したが3ヶ月後交流会に参加しなかった人には郵送法によるアンケートを実施した。

4) 分析方法

アンケートの量的変数に関して記述統計による分析を行った。自由記載に関しては質的帰納的分析を行った。

5) 倫理的配慮

著者の所属機関における倫理委員会の承認を得て実施した。参加者アンケートおよび座談会の記録などの質的データ収集に関する全てにおいて、個人情報の保護、自由意思による研究協力、途中での撤回が可能であること、データの保管等について、滝川市と協議し、それぞれの時点で参加者に文書と口頭で説明を行った。データは鍵のかかる場所で保管し、個人情報の保護を徹底した。

アンケートの個人情報識別管理は、滝川市介護福祉課介護予防係及び地域包括支援センター職員が行い、研究対象者にIDを振り分けた連結可能匿名化とその対応表の管理も同上の滝川市職員が行った。

III. 結果

1. 参加者の特性(表2)

「減災研修会」の参加者は合計85名であった。年齢は65歳から74歳の人に合わせて約半数を占めた。家族は夫婦世帯の人が最も多かった。加入組織については

表2 参加者(アンケート記入者)の特性

		人 (%)
	合計	85 (100.0)
性別	男性	24 (28.2)
	女性	61 (71.8)
年齢階級	65歳未満	8 (9.4)
	65～69歳	21 (24.7)
	70～74	21 (24.7)
	75～79	17 (20.0)
	80～84	13 (15.3)
	85～89	4 (4.7)
	90歳以上	1 (1.2)
家族	単独	24 (28.2)
	夫婦世帯	43 (50.6)
	その他	16 (18.8)
	不明	2 (2.4)
加入組織 (重複回答)	何ものなし	3 (3.5)
	町内会	71 (83.5)
	ボランティア活動	29 (34.1)
	老人クラブ	26 (30.6)
	趣味の会	17 (20.0)
	スポーツの会	14 (16.5)
	仕事関係	11 (12.9)
	学習の会	2 (2.4)
	その他	26 (30.6)
近所づきあい (重複回答)	近所づきあいは(ほとんど)しない	4 (4.7)
	あいさつをする程度の人がいる	65 (76.5)
	立ち話をする程度の人がいる	67 (78.8)
	お互いに家に行き来する人がある	55 (64.7)
	一緒に外出する人がある	51 (60.0)
	ごみ捨てなどを助け合う人がある	50 (58.8)
ソーシャル・キャピタル (重複回答)	私の住んでいる地域は安全である	80 (94.1)
	助けを必要な時に、近所の人たちは手を差し伸べる	81 (95.3)
	留守の家を見守る雰囲気がある	60 (70.6)
	急病の時など、すぐに病院にかかる地域である	73 (85.9)
	将来も今住んでいる地域に住み続けたい	76 (89.4)
	この地域の人々は信頼できる	75 (88.2)

町内会には83.5%が加入しており、ボランティア活動や老人クラブに加入している人は約30%であった。近所付き合いについては、「(ほとんど)しない」人は4.7%と少なく、「あいさつをする程度の人がある」「立ち話をする程度の人がある」が70%以上を占めた。ソーシャル・キャピタル(地域に対する信頼)は、「私の住んでいる地域は安全である」「助けを必要な時に、近所の人たちは手を差し伸べる」が90%以上であった。

2. 災害(2018年9月地震、ブラックアウト)の時に声をかけあった相手(表3)

災害の時の声をかけ合った相手は、家族・親戚、近所の人、友達は80%と多かった。友達は61.2%、町内会の人・民生委員は49.2%。ケアマネ・ホームヘルパー・デイサービス職員等は10.6%であった。

表3 災害(平成30年9月 地震・ブラックアウト)の時に声をかけ合った相手

	n=85
家族・親戚	68 (80.0)
近所の人	68 (80.0)
友達	52 (61.2)
町内会の人・民生委員	42 (49.4)
ケアマネ・ホームヘルパー・デイサービス職員など	9 (10.6)
その他	11 (12.9)

3. 災害時のための備え(表4)

研修会開始時点で備えていたもの、すなわち【現状】、研修会終了時点で備えようと思うもの【意向】、研修会3ヶ月後に備えたもの【3か月後の実施】の3時点からとらえた。

研修会開始時で水を備えていた人は62.2%、非常食は58.5%であり、研修会終了時にはこれから備えようと思う人が74.7%と多く、研修会3ヶ月後には68.2%

と研修会時よりも増加していた。薬・お薬手帳は、研修会開始時、3ヶ月後ともに80%以上の人が備えていた。懐中電灯・電池は、研修会開始時、3ヶ月後ともに90%以上の人が備えていた。家具の固定に関しては、研修会開始時には24.4%であったが、終了時にこれから備えようとする人が51.8%と多く、3ヶ月後の実施は28.2%と研修会開始時より増加していた。同様に、寝る場所や部屋の点検に関しても3ヶ月後に72.9%と実施した人が増えていた。避難訓練・町内行事の参加については、研修会開始時には35.4%であったが、終了時に74.7%の人がこれからの参加の意向がみられ、3ヶ月後に80%という多くの人が参加していた。防災地図の確認は研修会開始時の74.4%から3ヶ月後には81.2%と増加していた。

4. 「減災研修会」に対する参加者からの評価(表5)

今回の研修会が「役に立った」は83.5%と多く、研修会の内容について「よく理解できた」と「まあ理解できた」を合わせると98.9%であった。研修会に参加したことによる意識の変化は「減災・防災の意識が高まった」が84.7%と多数を占めた。また今回の内容を「家族や友人に伝えたい」という人が94.1%であった。

座談会で話し合っよかったことは、「セミナーの感想を共有できた」「減災は我がことという思いが深まった」がそれぞれ77.6%であり、さらに「身近な人の体験談や工夫が役立った」が58.8%、「今後の助け合いについて話げた」が47.1%であった。

5. 「減災研修会」の参加者の感想・考えたことの自由記載(表6)

アンケートの自由記載の分析により、参加者の感想・考えたこととして「近所づきあいの重要性」「町内会の組織化・取り組みの重要性」「減災意識の向上」「避難情報の警戒レベルの理解」「研修会全体への肯定的評価」が明らかとなった。また、座談会に関して、楽

表4 災害時のための備え

	研修会開始時 備えていたもの 【現状】	研修会終了時 備えようと思うもの 【意向】	研修会3ヶ月後 備えたもの 【3か月後の実施】
水	51 (62.2)	62 (74.7)	58 (68.2)
非常食	48 (58.5)	62 (74.7)	49 (57.6)
薬・お薬手帳 ¹⁾	67 (81.7)	— (—)	70 (82.4)
懐中電灯・電池 ¹⁾	81 (95.2)	— (—)	79 (92.9)
家具の固定	20 (24.4)	43 (51.8)	24 (28.2)
寝る場所・部屋の点検	53 (64.6)	46 (55.4)	62 (72.9)
避難訓練・町内行事の参加	29 (35.4)	62 (74.7)	68 (80.0)
防災地図の確認	61 (74.4)	56 (67.5)	69 (81.2)

1) 研修会終了後のアンケートでは、回答する参加者の負担を考え「薬・お薬手帳」「懐中電灯・電池」の設問を設けなかった。

表5 減災研修会に対する参加者からの評価

n=85

今回のセミナーの役立ち度	役に立った	71 (83.5)
	まあ役に立った	13 (15.3)
	(あまり) 役立たない	1 (1.2)
理解度	よく理解できた	70 (82.4)
	まあ理解できた	14 (16.5)
	(あまり) 理解できなかった	1 (1.2)
意識の変化	減災・防災の意識が高まった	72 (84.7)
	元々意識が高いので変化なし	5 (5.9)
	意識が変わらなかった	7 (8.2)
今回の内容の伝達	家族や友人に伝えたい	78 (94.1)
	伝えない	1 (1.2)
座談会で話し合っ てよかったこと (重複回答)	セミナーの感想を共有できた	66 (77.6)
	「減災は我がこと」という思いが深まった	66 (77.6)
	身近な人の体験談や工夫が役立った	50 (58.8)
	今後の助け合いについて話ができた	40 (47.1)

不明を除く

しく参加、人生の先輩の知恵が役に立つなど「座談会による共有の効果」が明らかにされ、座談会の時間が短い、もっと時間が欲しいという要望がみられた。「減災への意向」「継続的な学習の希望」など今後の行動に向けた内容と、夜間、冬季、動物がいる場合の避難など「減災に関する具体的な疑問・要望」がみられた。

6. 研修会3か月後の減災行動(表7)

3か月後交流会時のアンケートで減災のために備えたことの自由記載の分析により、ラジオや携帯電話など「情報収集に関する機器」、懐中電灯など「照明機器」、消毒液、マスク、ウェットティッシュなど「感染予防・健康関連物品」、非常食や水など「飲食に関わる物」、「非常持ち出し袋」の活用、「衣類等」、カイロ・ボンチョ・ガスストーブ・キャンプ用テント等「防寒に関連する物」、不用品の「片付け」、いきいき百歳体操への出席による「体力の維持向上」等、多様な備えが実施されていた。

IV. 考察

本研究の目的は、高齢者における減災を住民の共助によって促進することをめざし、高齢者の集団に介入を行い、介入後に減災への意識、備え、近隣の人々との共助の意識の向上などの視点から、介入効果を明らかにすることであった。今回の研究の独創的な点は、1つ目は、参加者間の相互作用を活用し、参加者間の対話を通じたエンパワメントをねらいとしたプログラムであること、2つ目は「減災」という視点から、知識・情報の伝達と、参加・共有型の介入の前後の評価と、その後の行動化を3か月後に確認し、プログラムの効果の評価を行った点である。

今回、知識・情報伝達型の講演に加え、座談会(グ

ループワーク)と防災・減災グッズの見学、試食等の体験型のプログラムを実施したことにより、「減災研修会」の目的の、地域における住民同士の普段のつながりが災害時の被害を最小限にするような地域ぐるみの減災と支え合いの意識を高めることに寄与したと考える。

その理由は、今回、座談会で話し合っ
てよかったことについて、7割以上が「セミナーの感想を共有できた」「減災は我がこと」という思いが深まった」と回答し、自由記載では、楽しく参加、人生の先輩の知恵はとても役に立つなど「座談会による共有の効果」が明らかにされたことによる。参加者からは、座談会の時間が短い、もっと時間が欲しいなど、参加者間の共有型のプログラムが求められていた。認識と行動の変化には、同じような生活をしている人を身近なモデルにして自己効力を高めることが有効(松本, 2002)であるといわれており、高齢者の減災という課題においても、身近な人との共有と地域ぐるみの対策が有効であることが示唆された。

今回の介入により、3か月後に特に肯定的な変化が見られた項目は、「避難訓練・町内行事の参加」であった。今回「減災研修会」に参加した人は、元々町内会活動に積極的な人や減災への関心が高かった人であったと推察される。今回の「減災研修会」の講演においては、参加者に、得た内容を身近な人に伝えて欲しいというメッセージを発しており、研修会後のアンケートで減災研修会の内容を「家族や友人に伝えたい」が94.1%であったことから、参加者が減災に関することを地域に波及するキーパーソンになる可能性が示唆された。研修会後のアンケートで、今後の学習の継続への意向も明らかになり、今回の参加者を核とした地域ぐるみの減災対策の継続が期待される。

表6 「減災研修会」の参加者の感想・考えたこと（自由記載）

自由記載の内容	カテゴリー
近所づきあいの大切さを改めて痛感した。	近所づきあいの重要性
近所と協力したいと思う。	
隣の人の病気が時々悪化する時に一緒に車を利用したり見守りしている。	
近所の人たちが心配である。	
命を守ることは地域を守ることと痛感した。	
町内会などで避難困難者の支援計画を話し合い、日常的に取り組んでいくことが必要である。	町内会の組織化・取り組みの重要性
町内会・老人クラブの組織率が悪く、この回善なしては前に進まない。	
単位町内会及び連合組織を対象として（今後も検討して）頂きたい。	
水害に対する意識を深めた。	減災意識の向上
減災で自分や生活を守ることができる。	
減災に対する意識改革が必要と思う。	
私も逆になる（人に世話になる）時が来ると思うので手伝いをさせて頂いている。	
危機管理担当者の話がよく分かりレベル3での避難に頭に入った。	避難情報の警戒レベルの理解
警戒レベル3で避難する事を忘れずにいつも頭に入れておくことが大事だと思った。	
具体的な内容で大変参考になった。ありがとうございました。（同8件）	研修会全体への肯定的評価
大変勉強になった。有意義な内容だった。（同3件）	
聞くだけの研修よりも話し合う時間など楽しく参加できる内容合った。	座談会による共有の効果
人生の先輩の知恵はとても役に立つ。	
座談会の時間が短かった。座談会にもっと時間が欲しかった。（同1件）	
ブラックアウトの時にみんな大変だったという共有ができた。	
防災の意識は皆さんそれぞれ持っていて、非常食などの用意はしていないと話していた。私も同じである。	
アルファ米を初めて食べた。少し用意しておこうと思う。水も用意しておく。	減災への意向
できる準備をする。	
家具の固定をする。	
今後も何度かこのような機会をつくって欲しい。（同3件）	継続的な学習の希望
このような機会は1階だけでなく今後も続ける必要がある。	
継続して取り組むことが必要である。	
私たちの地域はハザードマップに色がついていないので地震・台風についての対策をもっと知りたい。	減災に関する具体的な疑問・要望
車等での避難の可否（どういう場合、車が徒歩か）を知りたい。	
動物がいるのでどうすればいいのか。	
夜間（深夜）、冬季の留意点を知りたい。	
避難時の諸々の状況対応についてもっと例示が欲しい。	
広報車はなるべくゆっくりと走るのがよいと思う。	
ブラックアウトがもう無いように対策を、国・北電に求めたい。	

※記載内容は原文通り

表7 研修会3か月後の減災行動（自由記載）

研修会後3か月間に備えた物や行動	カテゴリー
ラジオ・ラジカセ	情報収集に関する機器
古い携帯電話（テレビを観られるように）	
LEDスタンドライト（コードレス）	照明機器
懐中電灯	
電池	
消毒液・ウェットティッシュ	感染予防・健康関連物品
マスク	
手袋	
お薬手帳	
非常食	飲食に関わる物
非常食の種類を増やした	
非常食の入れ替え	
非常用の飲食物の消費期限の確認	
水の量を増やした	
ガスコンロ・ガスボンベ	
ラップ	非常持ち出し袋
研修会でもらった非常持ち出し袋を活用	
非常持ち出し袋に必要と思う物を気が付いた時に準備する	
非常持ち出し袋を家族人数分に増やした	衣類等
下着	
靴下	
携帯スリッパ	防寒に関連する物
カイロ	
ポンチョ（寒さ対策）	
アルミシート	
カセットガスストーブ	
キャンプ用テント	
冬季停電時の燃料や暖を取る物品の点検	片付け
不用品を少しずつ片付けている	
いきいき百歳体操に出席している	体力の維持向上

今回の「減災研修会」は、滝川市介護保険課，地域包括支援センター，健康づくり課，防災危機対策課，町内会長，民生委員，大学等の連携の元を実施した。普段の生活とつながりの中に減災の意識・行動を多様に組み込んでいくという点から，今回のような様々な組織・住民による連携が有効であったと考える。

日常的な見守り支え合いと，今回の「減災研修会」のような意図的な介入の組み合わせにより，高齢者が住み慣れた地域で，安心・安全に暮らせる地域包括ケアが発展してゆくと考えられる。

本研究は科学研究費助成事業基盤研究(C)，令和元～3年度，課題番号19K11282「地域住民の共助による高齢者の減災をめざした介入と評価（研究代表：工藤禎子）」として実施した。

研究の全期間を通じて利益相反はない。

謝辞

本研究の全過程において共同した滝川市介護福祉課，地域包括支援センター，防災危機対策課の職員の皆様と，滝川市民の皆様にご心より感謝申し上げます。

文献

- 河田恵昭（2008）. これからの防災・減災がわかる本，206-226, 岩波書店，東京。
- 菊地裕美，原嶋 創，山際正博，廣瀬圭子，田口孝行（2013）. 在宅要介護高齢者における災害時避難に関する現状調査. PT-OT-ST Channel Online Journal, 2(5), A2.
- 京田 薫，塚崎恵子，奥細美沙稀，佐々木葉巳，鈴木奏子，豊本麻里子，中田有希子，西田早希，平尾美月，町居李咲（2015）. 高齢者介護世帯における災害の備えの実態と避難行動の認識. 金沢大学つるま

保健学会誌, 39(1), 93-100.

松本千明 (2002). 医療保健スタッフのための健康行動理論の基礎. 15-28, 医歯薬出版, 東京.

水野映子 (2013). 災害時要援護者の「自助」のための備え. Life design Report, 7, 16-23.

内閣府 (2009). 減災のてびき,
<http://www.bousai.go.jp/kyoiku/keigen/gensai/pdf/tebiki.pdf>, (2017.10.1).

柳澤幸夫 (2013). 在宅要介護者の災害時避難への意識調査および住環境と身体機能が避難行動に及ぼす影響. (財)在宅医療助成勇美記念財団, 2012年度(前期)在宅医療助成完了報告書.

受付: 2021年11月15日

受理: 2022年1月14日