

宮崎県市町村・地域づくり団体等協働モデル事業

みんなで作って広める 防災体操事業

一般社団法人
みやざき公共協働研究会



事業名：「みんなで作って広める防災体操」事業

1. 【団体の概要】

「一般社団法人みやぎき公共・協働研究会」は、宮崎県内の企業、団体、個人などが協働して地域の課題を解決するための「社会貢献的な事業」を支援しています。防災・福祉の地域づくりに関する専門家や防災に関する大学の研究者がメンバーであり、県内各地域の住民、学校、福祉施設や行政、企業等と共に、防災の訓練・講座・イベントを実施しています。

2. 【事業の目的、ねらい】

2011年の東日本大震災以降、「災害から自分の命をいかに自分で守るか」は、宮崎市内の地域に共通する重要な課題です。その課題解決に向けて、当会は、地域の住民、学校、施設、行政、企業等の方々とともに、“誰もが親しみやすく、繰り返しやすい”取組みを生み出してきました。その過程で、発災に役立つ知識と身体の動きを入れる防災体操の構想が生まれました。

そこで、この事業では、宮崎市内の防災や子ども・子育てに関するNPO・福祉施設等、行政、大学等と協働して、防災体操を開発し、その防災体操を普及する人材育成と普及モデル地区での防災体操教室の開催を行います。これによって、次世代に繋がる地域防災の取組みを広げることがめざします。

3. 【活動内容】

■ 「宮崎市防災体操開発委員会」の発足

2014年7月8日、防災や子ども・子育てに関するNPO、福祉施設等、及び行政、大学のメンバーが集まり、「宮崎市防災体操開発委員会」を発足しました。

◆ 「宮崎市防災体操開発委員会」のメンバー（6団体からなる8名）

宮崎公立大学 小戸まちづくり推進委員会 災害時ボランティアコーディネーターみやぎき 県民がつくる宮崎防災ネットワーク NPO法人 MIYAZAKI うづら ai クラブ 宮崎市保育会（天ヶ城保育園）
オブザーバーに、宮崎市地域コミュニティ課 宮崎市民活動センター

開発委員会は7月8日、8月26日、12月16日に開催しました。話し合いにより、宮崎市民に最も備えが必要な「地震・津波・台風」に対して役立つ体の動きや知識を体操にすることになりました。名称は「防災体操～宮崎市版～基礎編～地震編・津波編・台風編」、防災体操の開発優先順位を「1.

防災の意識づけ 2. 身体に良い 3. コミュニケーション性が高い」としました。

開発途中では、防災と体操に専門的な知識のある委員が中心になって、細かい作業を重ねました。そして実際に、開発委員全員が、歌詞を口ずさみながら身体を動かして検証しながら、防災体操を開発しました。



■天ヶ城保育園で防災体操の体験教室を開催



幼児は防災体操を覚えることが可能か、2014年8月1日、検証するため、天ヶ城保育園の園児と保育士を対象に体験教室を開催しました。

園児は、たちまちに歌詞を口ずさみながら動きを上手に覚えてくれました。

動きやすさなどを考慮した結果、予想より遅めの速度に修正し、1編を2分の長さにした3編の防災体操（地震編・津波編・台風編）が完成しました。

■指導用DVDの制作

完成した防災体操を「指導用DVD」にまとめました。体操の本編のほかに、防災体操のメリットや、防災体操教室の注意点、体操開発の過程も収録しました。歌詞は、漢字入りと全文ひらがな表記を併記しました。



■ 登録インストラクター養成講座の開催

防災体操を、地域の団体や福祉施設等が行う防災訓練の中で広めてもらうため、宮崎市内のまちづくり推進委員会ははじめ地域の自治会や団体、保育園、体育協会等に呼びかけて、2014年9月30日に「防災体操登録インストラクター養成講座」を開催しました。初めに開発委員を紹介し、災害についての講演、防災体操の趣旨の解説、そして防災体操の講習を行いました。受講者のみなさんは、宮崎大学防災環境研究センター長の原田隆典教授の講演を聞き入ったり質問をしたり、講習では笑顔で大きな声で歌詞を口ずさみながら身体をたくさん動かして習得しました。スクリーンに指導用DVDを上映しながら指導する防災体操の講習は好評でした。

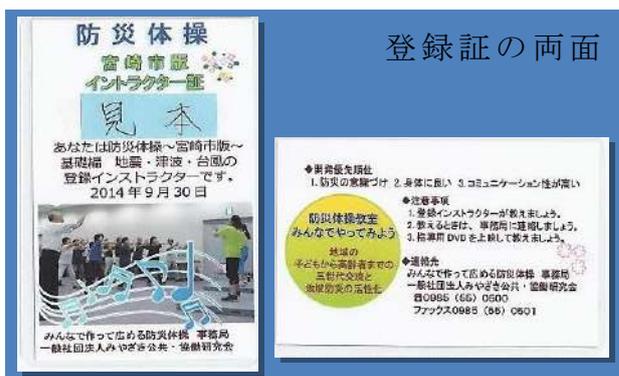


■ 登録インストラクターの誕生と指導用DVDの送付

養成講座を受講した全員（42団体の74名）が、「宮崎市版～基礎編～地震編・津波編・台風編」の防災体操インストラクターに登録されました。登録証は11月に発行しました。

12月、指導用DVDは、登録インストラクターが所属するまちづくり推

進委員会や自治会、保育園等の団体に設置していただくようお送りしました。併せて、登録インストラクターの習熟を応援するため、貸し出し用のDVDも備えました。防災体操は、団体が主体的に、多様な団体と協働・連携して防災体操を広めてもらうことをめざしています。



■ 普及モデル地区の設置

開発委員会の一員でもある「小戸まちづくり推進委員会」に、普及モデル地区を引き受けてもらい、「小戸地区防災訓練」の中に防災体操教室を導入してもらいました。7月から開催の1月まで、開発委員会の会場を手配していただいたり、実施内容を話し合ったりして連携しました。

■ 「みんなでやってみよう防災体操教室」を小戸地区で開催

2015年1月25日（日）、「小戸地区防災訓練」のため、住民の方が、自宅から避難訓練をしながら、朝9時30分を目標に小戸小学校に集合しました。体育館で「みんなでやってみよう防災体操教室」を開催し、202名が参加しました。

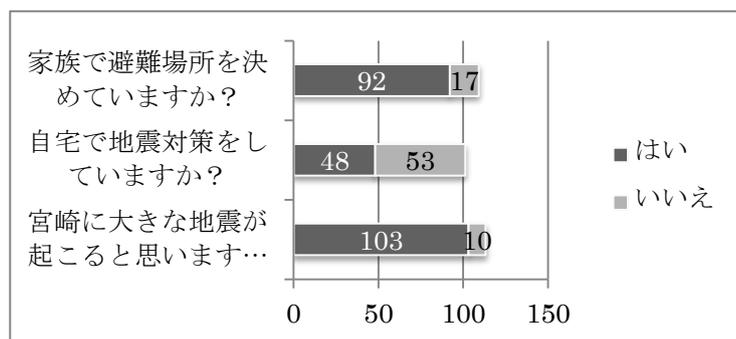


体育館ステージ上のスクリーンに、防災体操の指導用DVDを上映しながら、メインの講師が指導し、参加者は体育館いっぱいに広



防災ビギン大会でも行われました。

がって、防災体操教室に参加しました。宮崎市長も駆けつけ一緒に体を動か



し、応援メッセージを述べられました。小学校の校長先生や教職員、登録インストラクター8名、宮崎市職員等も参加しました。

この日は、地域の防災訓練に防災体操などのプログラムを組

み込むモデル的な実施でしたので、防災体操のほか、防災シール貼りアンケート、非常持出袋の例示、防災に関する展示、市長と一緒に防災持出袋に入れる物のビンゴゲームも行いました。

小戸まちづくり推進委員会では、市役所危機管理課による指導や炊き出し訓練も実施し、消防団の協力もありました。

4. 【事業の成果、効果】

「みんなでやってみよう防災体操教室」の開催日まで約8カ月、小戸まちづくり推進委員会ははじめ開発委員会の各団体および宮崎市地域コミュニティ課と連携協働して進めることができました。開発委員会は、さまざまな団体、性別、年齢、職業など多様な顔ぶれで、多面的で積極的、建設的な話し合いになりました。その結果、宮崎市民に役立つ防災体操であることに自信をもって、養成講座とモデル地区に取り組むことができました。

指導用DVDには、体操の本編の他、開発委員会の様子、天ヶ城保育園の園児が体操をする様子、指導上の注意事項も収録したことから、事業の思いや防災体操の趣旨が伝わりやすい完成度の高いDVDに仕上がりました。

宮崎日日新聞、MRTラジオ、UMKテレビ宮崎の報道を視聴された方からの反響も大きく、人々の関心が高まりました。

また、市外の方、支援学校、福祉関連団体からも、防災体操への問合せ・要望を頂きました。

5. 【まとめ】

今回のモデル地区での実施を検証し、その結果をもとに、防災体操を宮崎市全域に広めたいと考えます。次年度以降も引き続き、開発委員会の団体、宮崎市とも協働して取り組む予定です。

平成26年度宮崎県市町村・地域づくり団体等協働モデル事業
みんなで作って広める 防災体操事業

防災体操～宮崎市版～インストラクター養成講座

主催 宮崎市 一般社団法人みやざき公共・協働研究会

2014年9月30日(火) 13:30～16:30
宮崎市民プラザ 4F ギャラリー2

本日の流れ 

【開会挨拶】 一般社団法人みやざき公共・協働研究会 ディレクター 黒岩雄二

【主催者挨拶】 宮崎市 地域コミュニティ課 課長 河野 重臣

【委員長挨拶】 宮崎公立大学 事務局長 佐山 幸二 氏

【1】「みんなで作って広める防災体操事業」について (15分)

【講師】 宮崎市防災体操開発委員

県民がつくる宮崎防災ネットワーク 事務局長 出水 和子 氏

【2】防災専門家の講演

「災害は他人ごとではない 東日本大震災から3年半

今、わたしたちにできること 地震・津波・台風に向けて」 (30分)

【講師】 宮崎大学 工学部 教授

宮崎大学大学院農学工学総合研究科防災環境研究センター センター長
原田 隆典 氏

【3】指導上の注意／インストラクター申請記入／モデル地区のスケジュール(20分)

【4】「防災体操～宮崎市版～」の講習 (80分)

【コーディネーター】 宮崎市防災体操開発委員

県民がつくる宮崎防災ネットワーク 事務局長 出水 和子 氏

【講師】 宮崎市防災体操開発委員

NPO 法人 MIYAZAKI うづら ai クラブ クラブマネージャー 石川 理恵 氏
スポーツトレーナー 杉本 美智子 氏

【プログラム5】登録式 (10分)

