

2026 年 06 月 30 日

松阪市議会議長

濱口高志様

市民クラブ

橘 大介

令和 8 年度防災塾（3 日目）

研修報告書

日時： 2026 年 6 月 28 日(日) 10:30~14:30

※ 2 限目に予定されていた防災・災害復興における女性の視点は講師の都合により中止。

主催： 三重県・三重大学 みえ防災・減災センター

講師： ①災害時要領配慮者対策：磯和勅子 氏

②災害時の心のケア：中井茉里 氏



参加者：橘大介、楠谷さゆり

(磯和氏の講義)

講義内容

① 災害時要配慮者対策

三重大学大学院医学系研究科 看護学専攻 老年看護分野 磯和勲子

災害時には、高齢者や障害者、要介護者などの要配慮者が特に大きなリスクを抱える。

そのため、地域で対象者の状況を把握し、個別避難計画や避難訓練、避難所での配慮を進めることが大切であり、要配慮者支援は特別な人だけの問題ではなく、地域全体で日頃から備える必要がある。

② 災害時のこころのケア

伊勢赤十字病院、日本赤十字看護大学附属災害救護研究所
臨床心理士、公認心理士 中井茉莉

災害時の心のケアでは、被災者の不安や悲しみ、怒り、体調不良などは、異常な状況に対する自然な反応であると理解することが大切である。

支援では、無理に話を聞き出すのではなく、まず安全確保や生活上の困りごとに寄り添い、必要な支援につなげることが重要。

また、支援者自身も大きなストレスを受けるため、休息やセルフケア、チーム内での声かけを行い、無理をしないことが大切である。

所感

災害時には、高齢者や障害者、要介護者などへの支援と、被災者の心のケアの両方が重要であると感じた。

要配慮者は避難や避難所生活で大きな負担を抱えるため、地域で日頃から状況を把握し、個別避難計画や訓練を進める必要がある。

また、被災者の不安や怒りは自然な反応であり、無理に話を聞き出すのではなく、安心できる環境づくりや生活支援につなげることが大切だと思った。支援する側も無理をせず、地域全体で支え合う備えが必要であると感じた。

以上
(報告書作成 橘大介)