令和７年度

れんけい・ぼうさい大交流会

報告書



令和８年２月７日（土）15：30～18：30　実施

主催：高知市　防災対策部 地域防災推進課
市民協働部 地域コミュニティ推進課

令和７年度

れんけい・ぼうさい大交流会 実施結果概要

日　　時　令和８年２月７日（土）午後３時30分 から 午後６時30分 まで

会　　場　総合あんしんセンター（高知市丸ノ内１丁目７-45）３階 大会議室

参加者数　166名（スタッフ等を含む）



これまで高知市においては、自主防災組織連絡協議会（事務局：地域防災推進課）が主催する「自主防災活動事例発表会」と、地域コミュニティ推進課が主催する「地域内連携協議会全体交流会」を、それぞれ実施してきました。

今年度は、「地域コミュニティ」と「防災」の双方の視点や課題を共有し、今後の更なる協力関係構築のきっかけとすることや、地域の皆様の負担軽減を目的として、２つの会を重ね合わせ、「**令和７年度れんけい・ぼうさい大交流会**」を開催しました。

前半に実施した自主防災組織と地域内連携協議会による活動事例発表では、「はりまや橋小学校区防災連合会」「春野防災ネットワーク会」「一宮小校区連携協議会」「江ノ口連携協議会」の４団体の皆様から、それぞれの団体における特色ある活動などについて発表いただきました。

また、後半の講演では、高知大学地域協働学部の大槻知史氏を講師としてお招きし、「いつも」の地域活動と「もしも」のための防災活動を重ね合わせることの重要性をご教示いただきました。その後のワークショップでは、「いつも」と「もしも」を重ね合わせるアイデアを参加者の皆様に考えていただき、その共有を行いました。

自主防災組織の会員の皆様や地域内連携協議会の会員の皆様をはじめとする多くの皆様にご参加いただき、休憩の時間やワークショップの時間などには、それぞれの所属や地域、立場を超えて交流される様子も多く見られました。

本報告書においては、盛況に終わった「令和７年度れんけい・ぼうさい大交流会」について、登壇者の発表概要や、登壇者に寄せられた質問とその回答などを、当日の写真と併せてご報告いたします。





Ⅰ 活動事例発表



① はりまや橋小学校区防災連合会（登壇者：広末 幸彦 会長）
「高知市中心商店街津波避難訓練の取組」

団体概要

はりまや橋小学校区防災連合会の活動エリアは、高知市の中心市街地に位置し、企業や官公庁が集積していることに加え、帯屋町等の中心商店街、歓楽街の追手筋があり、県内外から多くの人が集まるエリアです。年間の活動として、住民を対象としたはりまや橋小学校での津波避難訓練・防災イベント、商店街関係者を対象とした中心商店街津波避難訓練を実施しています。

１１月５日（津波防災の日・世界津波の日）に訓練を実施

東日本大震災被災者による講演会への参加を契機とし、令和元年頃から中心商店街関係者と防災連合会での合同津波避難訓練について構想を練っていました。新型コロナウイルス感染症の流行が一定落ち着いた令和５年度に、初めて訓練を開催しました。

商店街アーケード内の訓練放送に合わせ、その場で揺れから命を守る行動を取るシェイクアウト訓練、津波避難場所に指定されているオーテピアへの一斉避難訓練を、毎年１１月５日の津波防災の日・世界津波の日にあわせて開催し、今年度３回目の訓練を実施しました。昨年度からはNPO法人が商店街内で運営するバリアフリー観光のサポート事業所とも連携し、障がい当事者の訓練参加及び役員による避難支援を実施しています。



訓練を形骸化させないために

毎年訓練を実施するたびに参加者からのフィードバックを受け、内容のブラッシュアップを図っているほか、オーテピアへの避難者一極集中を避けるため、商店街の多くの建物が津波避難ビル指定を受けていることを訓練時に周知しています。また、昨今の外国人観光客の増加を念頭に置き、多言語での訓練案内の実施についても検討しています。

Q&A 参加者からの質問とはりまや橋小学校区防災連合会からの回答（一部抜粋）

Ｑ１　訓練への地域住民や商店街利用者の飛び入り参加はありますか？また案内方法は？

Ａ１　訓練は商店街関係者が対象で、地域住民の参加は防災連合会役員のみです。飛び入り参加の事例はありません。訓練案内は商店街関係者へ主にFAXで送付し、訓練の様子は、マスコミに報道してもらい、周知を行っています。住民向けには毎年はりまや橋小学校で、津波避難訓練と合わせて、防災について体験できるイベントを実施しています。

Ｑ２　広域な活動エリアや津波リスクへの対応はどうしていますか？

Ａ２　はりまや橋小学校津波避難訓練・防災イベントは、チラシを校区内に全戸配布して周知し、各地区から参加する幅広い年齢層の住民へ向けて、津波避難などに関する防災啓発を行っています。また、役員の居住地や関係団体（民生委員、体育会役員、PTA等）との関わりも幅広いため、役員会で各役員の活動やアイディアを共有し、防災連合会の活動に役立てています。



② 春野防災ネットワーク会（登壇者：深瀬 裕彦 会長）
「春野町要支援者・児童・生徒地震避難対策連絡会の取組」

団体概要

春野東・春野西小学校区を活動範囲とする春野防災ネットワーク会は、自主防災組織（54組織）と町内会・自治会（18組織）で構成されています。年度ごとに活動内容を工夫し、町内避難場所の視察、車中泊訓練、避難所開設訓練などに取り組んできました。

連絡会の概要とこれまでの経緯

春野防災ネットワーク会では、要支援者や児童・生徒が安全に避難できる体制づくりを目的に、「要支援者・児童・生徒地震避難対策連絡会（以下「連絡会」）」を開催しています。

この取組は、平成21年の「防災フリートーク」から始まりました。当初は、幼稚園や保育所、学校などの関係者と災害時の避難について話し合う場としてスタートしましたが、平成29年度からは高齢者施設や障害者施設などにも対象を広げ、地域全体で避難対策を検討しています。

活動内容と今後の課題

令和７年２月18日に開催した連絡会では、事前に各施設へ基本情報や備蓄状況などに関するアンケートを実施し、その結果を津波浸水予測図とともに配布しました。

「きいちゃんの災害避難ゲーム」を行い、備えの大切さを学んだ後、「災害時にしてほしいこと・できること」をテーマに参加者で意見交換を行いました。

意見交換では、施設の地震対策は充実しつつあるものの、取組内容には差があることや、施設と地域の連携が一部にとどまっていることが分かりました。また、職員が地域の地理にあまり詳しくないことや夜間の避難体制、地域の高齢化による避難の難しさなどの課題も共有されました。

今後も、施設・地域・行政が情報を共有し、地域の実情に合わせた避難対策を考えるとともに、施設と地域の連携を進めていく必要があると考えています。



令和８年２月26日にも開催しました！

Q&A 参加者からの質問と春野防災ネットワーク会からの回答（一部抜粋）

Ｑ１　施設と地域が連携するための「しかけ」として、どのような工夫をされていますか？

Ａ１　上記の連絡会の取組が、しかけの一つと考えています。さらに、連絡会の中で行う意見交換では、施設とその周辺の自主防災組織や関係行政機関の出席者を同じグループに配置し、顔見知りになり、その後の関係性が保てるきっかけとなるよう配慮しています。

Ｑ２　入所施設における夜間の避難について、地域住民との連携訓練の計画はありますか？

Ａ２　夜間の避難訓練は、入所施設については周辺地域住民との避難訓練までは実施できていない現状です。夜間訓練に特化した訓練ではありませんが、西分地区では、特別養護老人ホームうららか春陽荘、永井病院、地域住民が合同で避難訓練を実施しています。



③ 一宮小校区連携協議会（登壇者：近森 佐代 会長　他６人）
「連携協議会設立に至るまでと現在の活動」

団体概要

一宮小校区連携協議会の活動範囲である一宮小学校区は、人口9,132人、4,761世帯、高齢化率25.33%の比較的に若い人が多い地域です。

一宮小学校区では、平成26年度から地域内連携協議会の設立に向けて取り組んでおり、約11年間をかけて、令和７年６月26日に連携協議会が設立することが出来ました。

設立のきっかけ

一宮小校区での連携協議会の設立のきっかけは、めちゃくちゃ単純で、「一宮小学校でお祭りを開催（復活）したい！」という思いです。

一宮の近隣地域では、お祭りが開催されているため、一宮地域でもお祭りを開催できれば、地域住民の交流につながり、PTAを巣立った人がもう一度活躍する機会にもなり、歴代メンバーがやりがいを持てるのでは！？と思いました。そういった機会を作ることで、一宮に住む方々が「一宮に住んで良かった」「住み続けたい」と思えるのではないかと思っています。



一宮小校区連携協議会
マスコットキャラクター「さくらん」

うまく地域に若者を巻き込むためには…

地元だけで、若い人・次世代を探すのはめっちゃ大変だし、既存団体の活動を継続するのに精一杯！地域活動を仕事と両立するのは難しい！というのが現状です。

なので、地域に関わってくれる人がいるなら、いさぎよく、その人達に頼る！仕事場、実家・・・いろんな形で関わってくれる人を巻き込む！ことが大切だと思っています。地域に住んでいる地元民の力だけではなく、地域に関わる様々な人がゆるくつながれることで、地域活動は継続していけると思います。



Q&A　参加者からの質問と一宮小校区連携協議会からの回答（一部抜粋）

Q１　副会長4人、事務局4人と大変手厚い布陣が羨ましいです。この構成にしたのはなぜですか？

A１　若手育成を中心に考えているため、会長の役割をいずれはどの副会長でも担えるようにする目標があります。（連携協議会の会長ではなくても、各種団体内で活かせるように経験値を稼ぐ）
また、事務局４人としたことも、１人であると負担が集中してしまうことや、誰かが会議やイベントに参加できない時にも、残りの誰かが参加していれば書類の作成や調整をつけることができるからです。

Q２　まだ連携協議会のない地域での設立に向けて、設立して良かった点やメッセージはありますか？

A２　設立に向けてはあまり難しく考えないことだと思います。不安なことも多かったですが、今ではやりたいことがありすぎて困っています。良かった点は既存の団体や他地区の団体との活動と情報共有ができていること。『ゆるーく繋がる』を合言葉に楽しい活動をしていきましょう!



④ 江ノ口連携協議会（登壇者：門田 浩人 会長　他12人）
「コミュニティ計画の策定・推進について」

団体概要

江ノ口連携協議の活動範囲である江ノ口小学校区は、人口6,364人、3,873世帯、高齢化率33.31％で、高知市全体と比較して少し高齢化率が高い地域です。
高知市の中央部に位置し、愛宕町商店街や高知駅がある他、病院も多くあります。

コミュニティ計画の策定について

高知市の中心部でありながら、人口減少が著しく、高齢化率も高いこのまちの地域活動を継続するために、コミュニティ計画の策定に取り組むことで、地域活動を整理するとともに、次世代へ何をつなぎたいかなどを検討しました。
コミュニティ計画の策定に当たっては、会議数を増やさず、役員の負荷を増やさず、既存団体の活動を活かす形で取り組むことに重点を置きました。



江ノ口で激熱な活動🔥

江ノ口っ子戦隊　マモルンジャーは、あいさつで街を元気にするために、あいさつ運動を行い、幸せの黄色いハンカチを配っています。
この黄色いハンカチを地域のみんなに配ることで、あの人は地域活動をしてくれている人だと分かると同時に、ハンカチをつけてくれている人同士が会話するきっかけにもつながり、街が笑顔でつつまれます。
僕たちは、江ノ口のみんなが朝から気分が良くなってもらえるように意識しながら活動しています。皆に元気を与えられる団体になれるよう頑張っています！応援よろしくお願いいたします！

Q&A　参加者からの質問と江ノ口連携協議会からの回答（一部抜粋）

Q１　マモルンジャーの衣装は、皆さんジャストフィットしていましたが、手作りですか？どこかに頼まれましたか？また、連携協議会の補助金は使えますか？

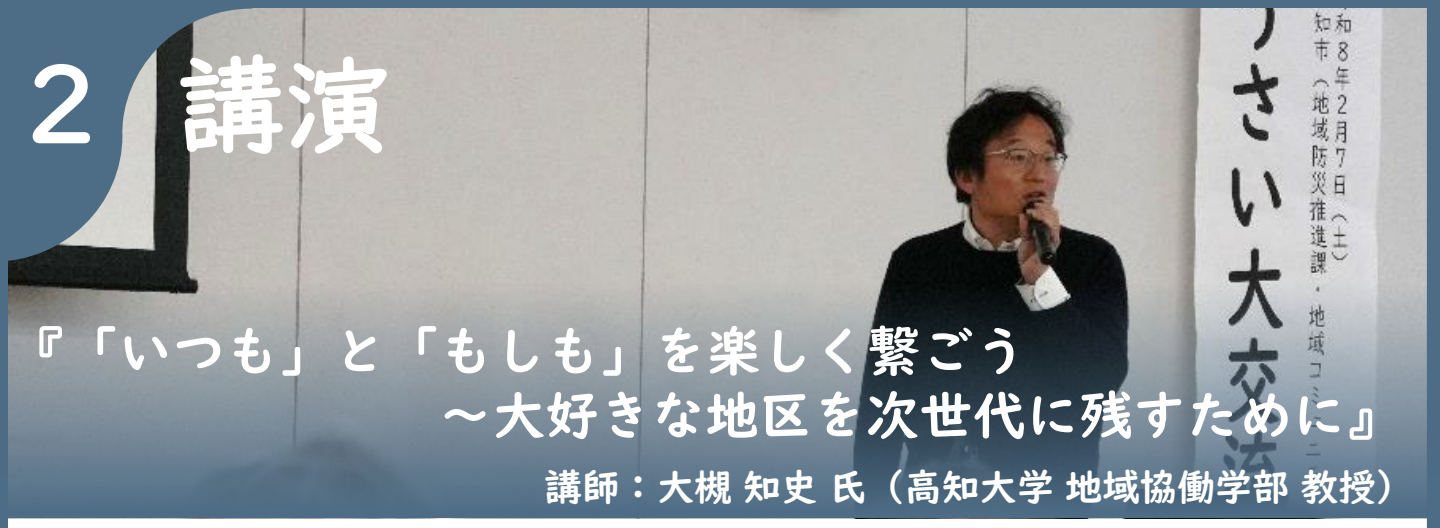
A１　マモルンジャーの衣装は、地域の「あたごレンジャー」の衣装を借りて使用しています。あたごレンジャーが活動する際に、地域の方が手縫いで作成してくださりました。江ノ口コミュニティ計画の活動の一環として、高知市地域内連携協議会活動促進事業費補助金を活用して新しく衣装を作成する予定です。

Q２　ハンカチはどの頻度で配っていますか？

A２　現在は、800枚配布していて、こうちこどもファンド活動発表会（令和８年３月15日開催）で200枚を追加配布する予定です。
普段は主に、あいさつ運動（毎月20日）や活動紹介の時に配布しています。

Q３　毎月20日のあいさつ運動は、マモルンジャーだけで行っているのですか？それとも全校で行っているのでしょうか？

A３　マモルンジャー以外にも、小学５・６年生で構成された児童会やPTA、校区交通安全会議の皆さんなどとコラボして、あいさつ運動を行っています。



2 講演

『「いつも」と「もしも」を楽しく繋ごう ～大好きな地区を次世代に残すために』

講師：大槻 知史 氏（高知大学 地域協働学部 教授）

心に残る地域の原風景を次世代へ

地域を次世代に引き継いでいくためにまず大切なのは、自分の地域の好きなところ、思い出の場所などそれぞれが思う「地域の原風景」を共有することです。立場や年齢、価値観を超えてそれらを語り合うことで見えてくる、次世代に残していきたい、あなたの「まちの本質」を核として、地域の幸せな将来をみんなで考え、共有していくことで、多様な世代が自然につながるまちづくりが可能となります。



いまある地域活動に、新たな要素を「ちょい足し」してみる

連携協議会の皆さんが行う「いつも」の地域活動と、自主防災組織の皆さんが行う「もしも」のための防災活動。携わっている人の普段の関心は違うかもしれませんが、それらの活動が、地域の幸せな将来に向けた「手段」であることに変わりはありません。だからこそ、「いつも」と「もしも」を重ね合わせて考え、活動していくことには大きな意義があります。

しかし、ゼロから新しい活動を始めるのは極めて困難であり、コストも、心理的なハードルも高いものです。地域のお祭りや運動会、サロン活動、PTAの行事などといった既存の活動に、別の新たな要素を「ちょい足し」したり「相乗り」したりすれば、無理なく進めることが可能となります。

例えば、お堅い避難訓練を、近所でお喋りしながら歩く「避難散歩」に転換してみましょう。あるいは、地域のサロン活動の合間に「15分だけ防災の勉強会」を組み込んだり、家具転倒防止の申し込みを受け付けたりすることも有効です。避難所でただ集まっておしるこを食べたり、避難訓練で地域住民が集まることを活用して親睦を深めるためのBBQを行ってもよいでしょう。






「一石四鳥」「40点」のまちづくり

大切なのは「一石二鳥」ならぬ「三鳥」「四鳥」を目指す欲張りな姿勢です。「いつも」と「もしも」の活動を重ね合わせることは、活動の負担を減らすだけでなく、地域に新しい魅力や楽しみを生み出します。こうした「ついで」や「ちょい足し」の積み重ねが、生活に根ざした強い地域力、防災力を育むのです。

地域活動を継続させる最大のコツは、最初から100点を目指さないことです。すべての活動に対して完璧を求めすぎると、それを担う人たちが疲弊し、活動は途絶えてしまうことになります。

まちづくりは「40点」からで構いません。自分たちが楽しみながら、自分たちのできる範囲で、“何かのついでに”“ゆる～く”続けることが大切です。



まちづくりは、まず40点から “ついでに” “ゆる～く” 始めてみよう

地域には、活動を熱心に支える「花の人」だけでなく、付かず離れず関わりたい「蝶の人」や、広域的に手伝いたい「鳥の人」も存在します。役職の重圧を嫌う人や、特定の曜日は家族と過ごしたい人など、個々の「NGな部分」を尊重することが大切です。花の人も、蝶の人も、鳥の人も、みんなが心地良く関わり合って活動していくことを認める包容力が、地域には求められます。「ただ集まっておしるこを食べるだけ」「何もしない合宿をする」といった、目的を詰め込みすぎないゆるやかな集まりこそが、いざという時に自然と助け合える信頼関係の土台となります。40点の活動を地道に継続することで得られる「ゆるやかな繋がり」こそが、最終的に「いつも」にも「もしも」にも強い、愛着ある地域を創り上げる力になるのです。







Q&A 参加者からの質問と大槻講師からの回答（一部抜粋）

Q１　つながるだけでも防災！が印象的でした。高知での印象的な取組はありますか？

Ａ１　上本宮町の事例（百歳体操＋防災勉強会＋親睦会＋配食サービス）でしょうか。他にも、下知地区での津波避難をうっすら視野に入れた一戸建て住民とマンション住民の交流サロン、香南市の野市地区で行われている「お餅つき×防災訓練」の取組と、子どもたち向けの防災ビンゴなど、いろいろあります。

また、高知市内ではないですが、埼玉のマンションで同じ階の10世帯でLINEのグループを作って安否確認訓練などをしていたら、「同じLINEグループの人だ」といういう安心感で、今まであいさつもしなかったご近所さん同士がつながっていくようになったという事例が印象的でした。

Q２　防災をちょい足しするためには何かしらキーパーソンとか簡単な仕組みが必要かと思いますが、何から取り掛かったらよいでしょうか？

Ａ２　自分が関わっている取組があれば、活動の中の5分間だけ、何でもいいので防災のことを話してみる、やってみるくらいの気軽さが大切かなと思います。

また、先日愛媛県今治市の防災士会さんに呼ばれて、AIに相談しながら「自分の趣味」「地区の活動」に防災を楽しく組み込むアイデア出しのワークショップをして大層盛り上がりました。70代の皆さんも孫とLINEするみたいに楽しく話されていました。そういうような、新しいものを面白がりながらみんなと話すきっかけがあると良いかもしれませんね。

Q３　やりたいことがたくさんあり絞りきれません。どうすればいいでしょうか？

Ａ３　「やりたいこと」「できること」と「必要なこと」が重なるアイデアを選ぶのが良いかもしれません。それでも迷ったら、「やりたい！」と思ったことから順に、失敗を恐れずに、どんどん手を出してみるのがいいと思います。

Q４　あまり重ねすぎたり、欲張ったりすると、しんどいということはないか？

Ａ４　それはあると思います。だからこそ、「余白」「作り込みすぎない」「大成功よりも、40点を何回も続ける」ことが大切だと思います。（自戒を込めて）

3 ワークショップ



『まちづくりに「いつも」と「もしも」を重ねてみよう』

講師：大槻 知史 氏（高知大学 地域協働学部 教授）



「いつも」の活動と「もしも」のための防災活動を重ねるアイデアを、たくさん出してみましょう！

ワークショップでは、大槻講師の講演の中で提示された、「いつも」と「もしも」を重ねることや、既存の活動への「ちょい足し」について、参加者それぞれがアイデアを考えて紙に書き、各グループで共有しました。

参加者の皆様からは、それぞれの立場や所属に関係するアイデアのほか、特に既存の活動に防災の要素をちょい足しするアイデアが多く出されていました。中でも、すぐにでも始められるようなものや、これまでになかった画期的なものについて、一部アイデアを抜粋して次ページで紹介しています。ぜひ今後の地域活動にてご活用ください。

グループワークの様子











ワークショップで出された

ワークショップでは、参加者の皆様に合計約160件のアイデアを出していただきました。参加者の皆様に投票をしてもらった結果を踏まえ、投票が多かったアイデアを中心に、一部をジャンルごとにご紹介します！

ぜひ皆様の地域での今後の活動において、参考にしていただければと思います。

お花見・お餅つき × 防災

- ○　防災訓練の後でお花見会
- ○　公園でのお月見とお花見を防災食で
- ○　お餅つき大会 × 非常食試食会
- ○　お餅つき大会 × 防災訓練

清掃活動 × 防災

- ○　一斉清掃 × 安否確認訓練
- ○　一斉清掃の後に、町内の危険個所を発表する
- ○　公園清掃 × 防災訓練

学校 × 防災

- ○　小学校の参観日に防災訓練
- ○　木工教室で防災の物を作る
- ○　小学校で七輪体験（餅焼き）× 消火訓練
- ○　小学校の地区清掃活動 × 避難経路チェック
- ○　登下校の見守り × 避難場所・避難経路点検

地域の親睦を深める × 高台避難訓練

- ○　花火大会の日に、防災広場でBBQとキャンプ
- ○　津波避難高台で星空を眺めるツアー

「重ねる」アイデア



「いつも」と「もしも」を重ねる素晴らしい
アイデアがたくさん出されています！
皆さんの地域の特性にあったものを見つけ、
実践してみましょう！

季節行事 × 地域・防災

- ○　ハロウィン祭り × 防災ファッションショー
- ○　節分の豆まきの後、子どもたちと側溝掃除をする
- ○　節分の日に、地域の人が鬼役を担って家をまわる

地域の食事会 × 防災

- ○　団地食堂に来るときに隣近所の人を誘う
- ○　年1回の防災食の入れ替えに合わせて食事会
- ○　ちらし寿司名人選手権をアルファ化米で

地区運動会・お祭り × 防災

- ○　納涼祭・花火大会 × 避難訓練・消火訓練
- ○　地区のお祭り × 防災クイズ（事例発表）
- ○　お祭りの景品を防災グッズにする
- ○　お祭りに防災用トイレを設置し、体験してもらう
- ○　地区運動会の種目に防災要素を取り入れる

その他の「重ねる」「ちょい足し」アイデア

- ○　高齢者のごみ出し・断捨離の手伝い × バザーの開催
- ○　救命救急講習 × スマートフォン操作教室



令和７年度れんけい・ぼうさい大交流会　報告書

2026（令和８）年３月　発行

発 行 者　高知市 防災対策部 地域防災推進課・市民協働部 地域コミュニティ推進課

問合せ先

防災対策部 地域防災推進課
〒780-8571 高知市丸ノ内１-７-45
電　話　088-823-9080
メール　kc-080300@city.kochi.lg.jp

市民協働部 地域コミュニティ推進課
〒780-8571 高知市鷹匠町２-１-43
電　話　088-823-9080
メール　kc-102000@city.kochi.lg.jp