

能登半島地震から学ぶ 避難所運営の「実践知」

岡山県 令和8年度 自主防災リーダー研修会（e-ラーニング）

株式会社御祓川／能登復興ネットワーク

森山奈美

森山奈美 プロフィール

テーマ：市民とは何か？



民間まちづくり会社株式会社御祓川の二代目
(一社) 能登復興ネットワーク事務局長
(一財) 里山里海未来財団 専務理事
石川地域づくり協会 コーディネーター
金沢大学 非常勤講師

HELLO

チーズが大好きです！
ゴスペル歌ってます。



NRN 能登復興ネットワーク
Noto Reconstruction Network —いやさか—



里山里海未来財団
Japan Satoyama Satoumi Future Foundation

1

なぜ、パターンランゲージをつくったか

いざという時に、どう動けるかが「教育」の成果である

令和6年能登半島地震発災直後の動き

被災地の状況

- 2/15 JR七尾線七尾ー和倉間で全線運転再開
- 2/3 輪島に最初の仮設住宅18戸完成
- おにぎり、お弁当が限定的に届くようになり、自衛隊と民間の炊き出しを含めて調整しながら提供
- 1/27県のボランティアバスによるV活動始まる
- おにぎり、お弁当が届かず、民間が各地で炊き出しを実施
- 水道の復旧が2カ月以上かかるという絶望情報
- 県V本部でV事前登録開始、1.5次避難所での活動実施
- 1/9七尾VCニーズ受付開始
- のと里山海道は柳田まで。大渋滞。
- 停電約4万戸・断水約12万戸、孤立者約3300人

やったこと

- 発酵的復興コンセプト発表
 - 復興計画に向けて一本杉復興マルシェ
 - 和倉復興計画の作戦
 - 連続勉強会の共催
 - 炊き出し調整の調整
 - インスタライブ
 - 避難者アセス開始
 - 臨時TANOMO SHI
 - 炊き出し調整システム
 - 一本杉×南三陸
 - クラファン開始
 - 第1回報告会
 - 市役所との避難者アセス協定調整
 - エアベッド配布
 - 災害支援ネットワーク（のちの能登復興ネットワーク）準備
 - 避難所めぐり
 - 高橋さんの連続勉強会
 - ひたすら炊き出し調整
 - 能登スタイル再開
 - 森山家MeetUp@金沢
 - 避難所アセス調整
 - 避難所情報収集&運営者情報共有
 - ひたすら人と会う
 - 社内方針（中間支援組織の役割）
 - 民間物資拠点開設
 - 孤立集落情報見える化
 - 情報共有会議
 - 自主避難所運営
- 1/1 1/8 1/15 1/22 1/29 2/1 2/5 2/8 2/15

考えたこと

- 人が足りない・・・
- お誕生日だったなあ
- 人が足りない・・・
- 水が出た~~~~
- こんな状況でも、まちづくりの話、楽しい
- 一か月後って、こんな感じなんだ、（全然、風景が変わらない）
- 意思決定の軸は？
- 人が足りない・・・
- SIIFとETIC、がなかったら・・・
- コミュニティ財団早く作っておけばよかった
- 能登スタイルやめなくてよかった・・・
- 七尾市との距離・・・
- 人間の支え合いって、すごいなあ・・・
- 水汲みが大変・・・
- 神様の言う通り動こう
- 外部人材受入には余裕が必要・・・
- 5つのレイヤーを整理してもらう
- 右腕に竜太！安心♪
- Dなんとか、多すぎ
- 右腕高山君すごい！
- 中間支援の12の役割
- 先のこと考えられない
- JCすげー
- 無事でいて・・・

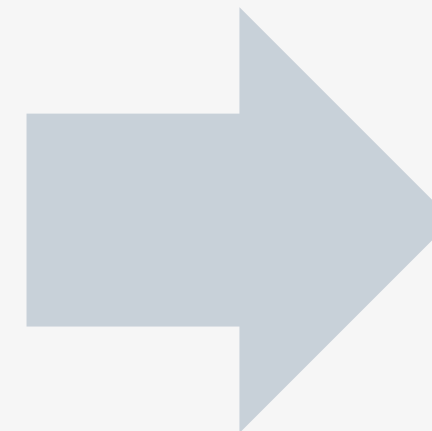
マニュアル通りにはいかない現場で、 リーダーたちは判断し続けていた

1. いい避難所とは？

現場の「判断の根拠」や「コツ」は、言葉にしないと、
その人の中で消えてしまう

2. 過去の知見に支えられていた

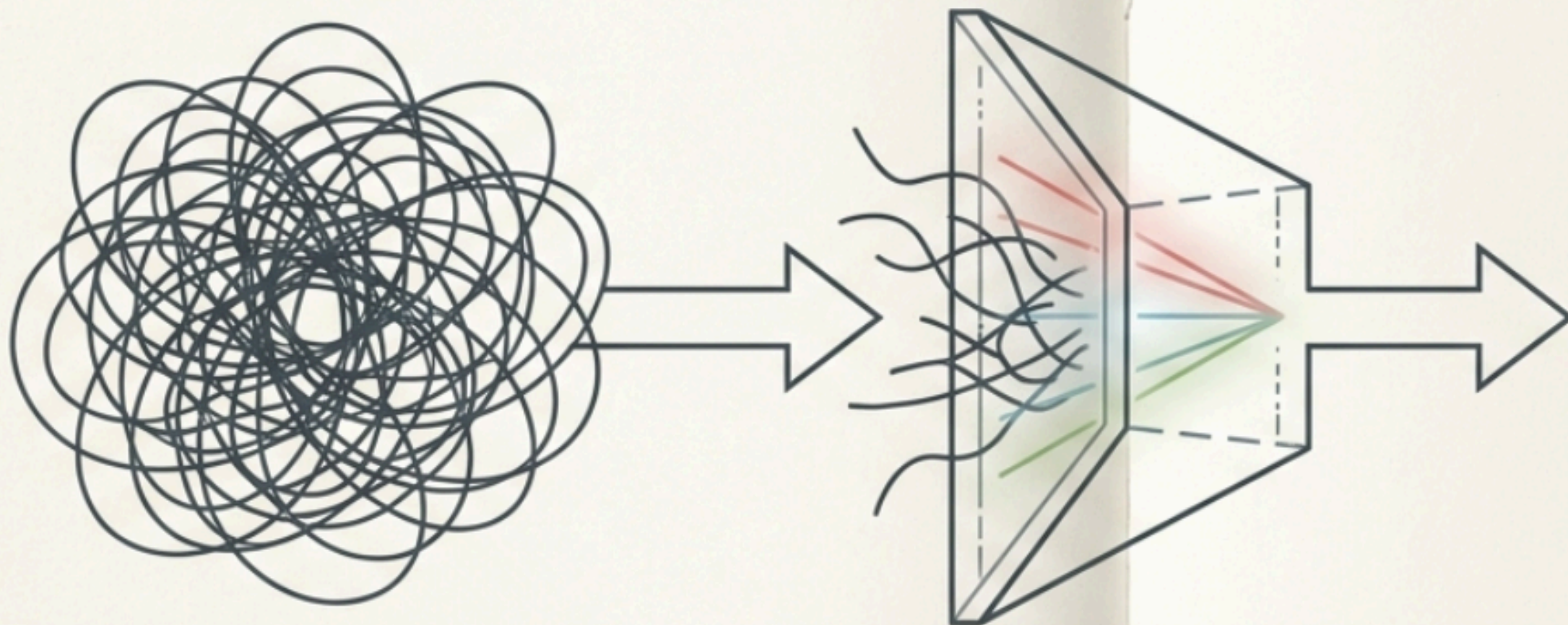
次に災害に向き合う地域へ手渡すために、誰もが使える
「共通の言葉」として整理



七尾市内の5つの避難所
運営者へのヒアリング

矢田郷コミュニティセンター、旧石崎保育園、
田鶴浜体育館、小丸山小学校、みそぎ地区コミュニティセンター

パターン・ランゲージとは何か？



暗黙知・現場の経験

パターン・ランゲージ（実践の型）

経験豊かな実践者の「コツ」を抽出し、誰もが使える「共通言語」へと変換する手法。
マニュアル（手順書）とミッション（理念）の間を繋ぐ、実践のためのヒント集です。

2

避難者を「お客さん」にしない。
全員を「コミュニティの再建者」に。

パターンランゲージの紹介

あのばあちゃん こっちの部屋におるはずや！

津波のあと、高台に避難した集落の人々。
〇〇さんが「いない」ことが分かる。
お互いの顔と名前が分かる小さなコミュニティ

崩れた家の中での救助活動も、近所の人たちが
お互いの家を行き来していることから
間取りまで頭に入っていて、ピンポイントで救助
できたケースが多くあった。

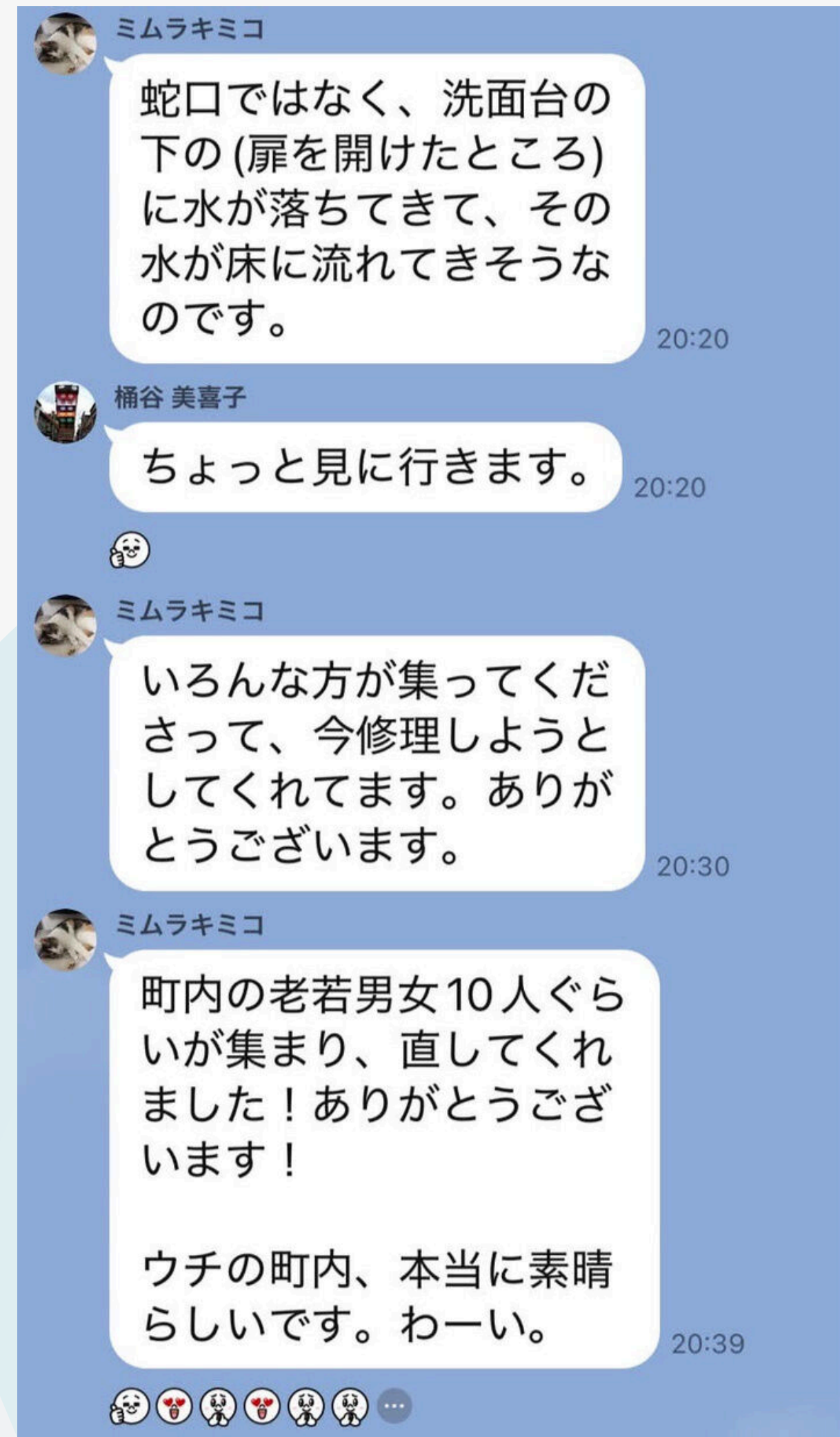


町内LINEが立ち上がる

支援物資の配布情報、共同井戸、炊き出し情報
近所のお宅の困りごと、共同作業のお知らせ等
民生委員と町内のコミュニティが活性化！

生業の最大化

- ・シェフは料理を作り続ける
- ・経営者は決断をし続ける
- ・コーディネーターはつなぎ続ける



能登半島地震から学ぶ 避難所運営の「実践知」

困難を乗り越えるための33のパターン・ランゲージ



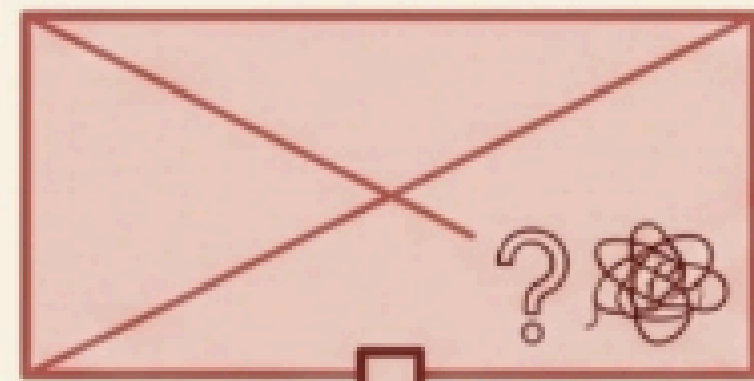
"ただの箱"を"生きるためのコミュニティ"に変える先人たちの知恵。

Gemini Notebook



避難所運営

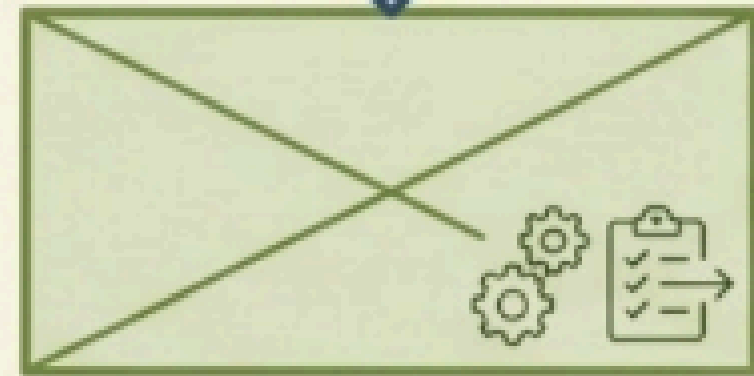
スライドの構成と読み方（見開きレイアウト）



どんな状況で、何が問題か？
(Context & Problem)



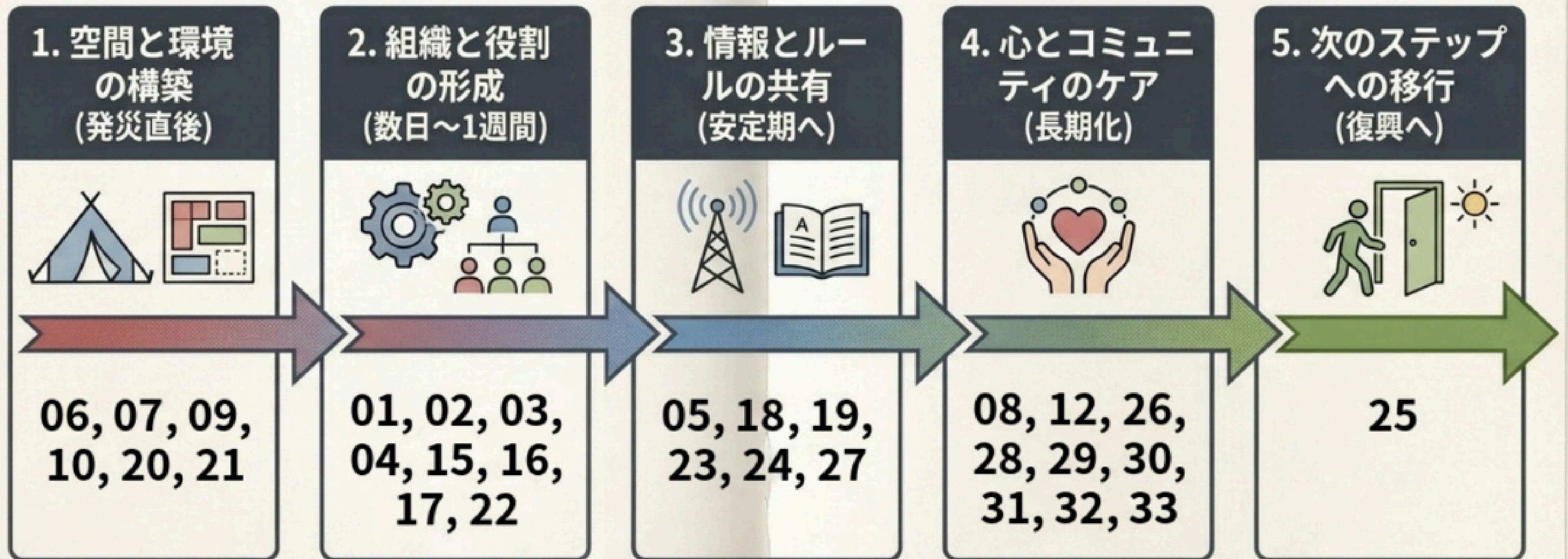
解決のための考え方・シフト
(Solution)



具体的に何をして、どうなったか？
(Action & Consequence)

本書は33の実践知を俯瞰できるよう、1スライドを見開き2ページに見立て、2つのパターンを並置して解説します。矢印とアイコンを追いながら視覚的に読み解いてください。

避難所運営パターン33の全体像



15 【3週間は現場が舵取り】

初期段階は行政の承認を待たず、現場の即決判断を最優先する。

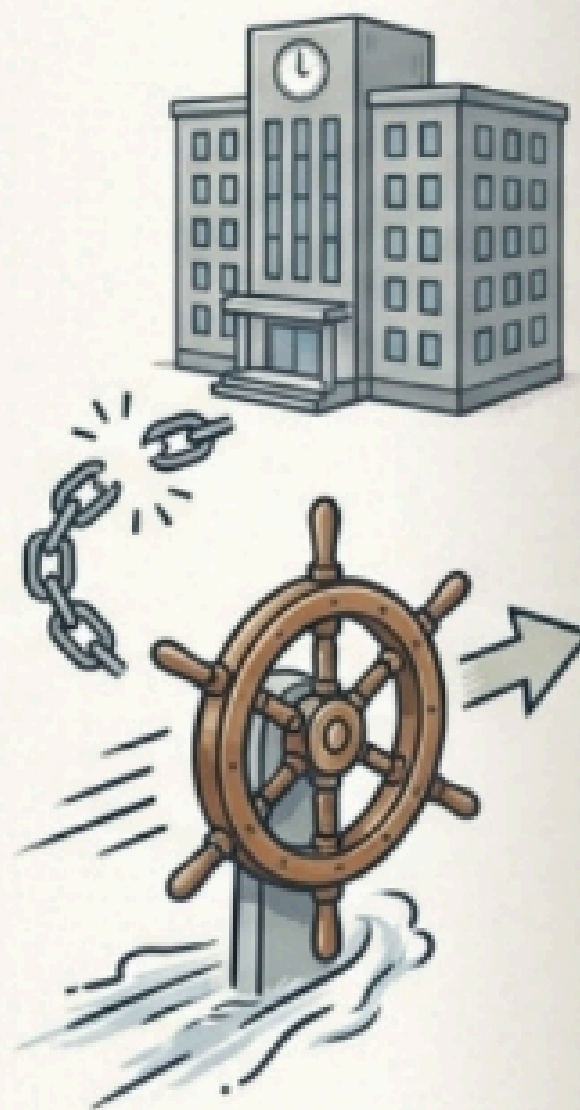
状況：発災後2～3週間のスピードが最も求められる初期フェーズ。

問題：全てを行政の指示待ちにすると、決断が遅れ必要な措置が間に合わない。

解決：行政ルールよりも、現場運営組織内の即断即決を優先して柔軟に動く。

具体例：市の制止を振り切って物資を他拠点へ流したり、個人の責任という形で生モノを振る舞う。

結果：スピード感を持った課題解決が可能になり、命と尊厳が守られる。



16 【3人の運営本部】

精神的負担を避けるため、顔馴染み同士でチーム運営する。

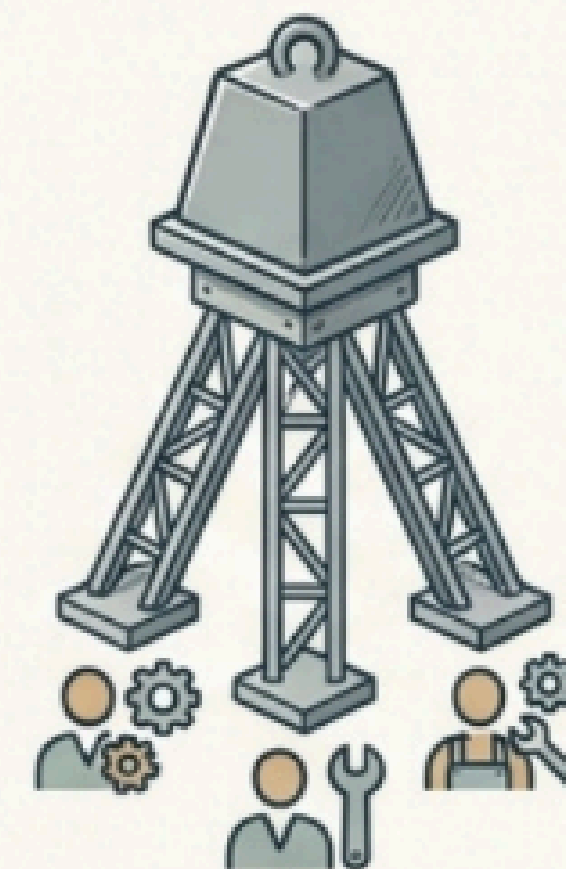
状況：課題が山積みになり、解決できない問題が押し寄せる長期化フェーズ。

問題：責任者が一人で決断を迫られ続け、精神的負担から怒りや鬱症状が出る。

解決：一人で抱え込まず、複数人（チーム）で相談しながら決断する体制を作る。

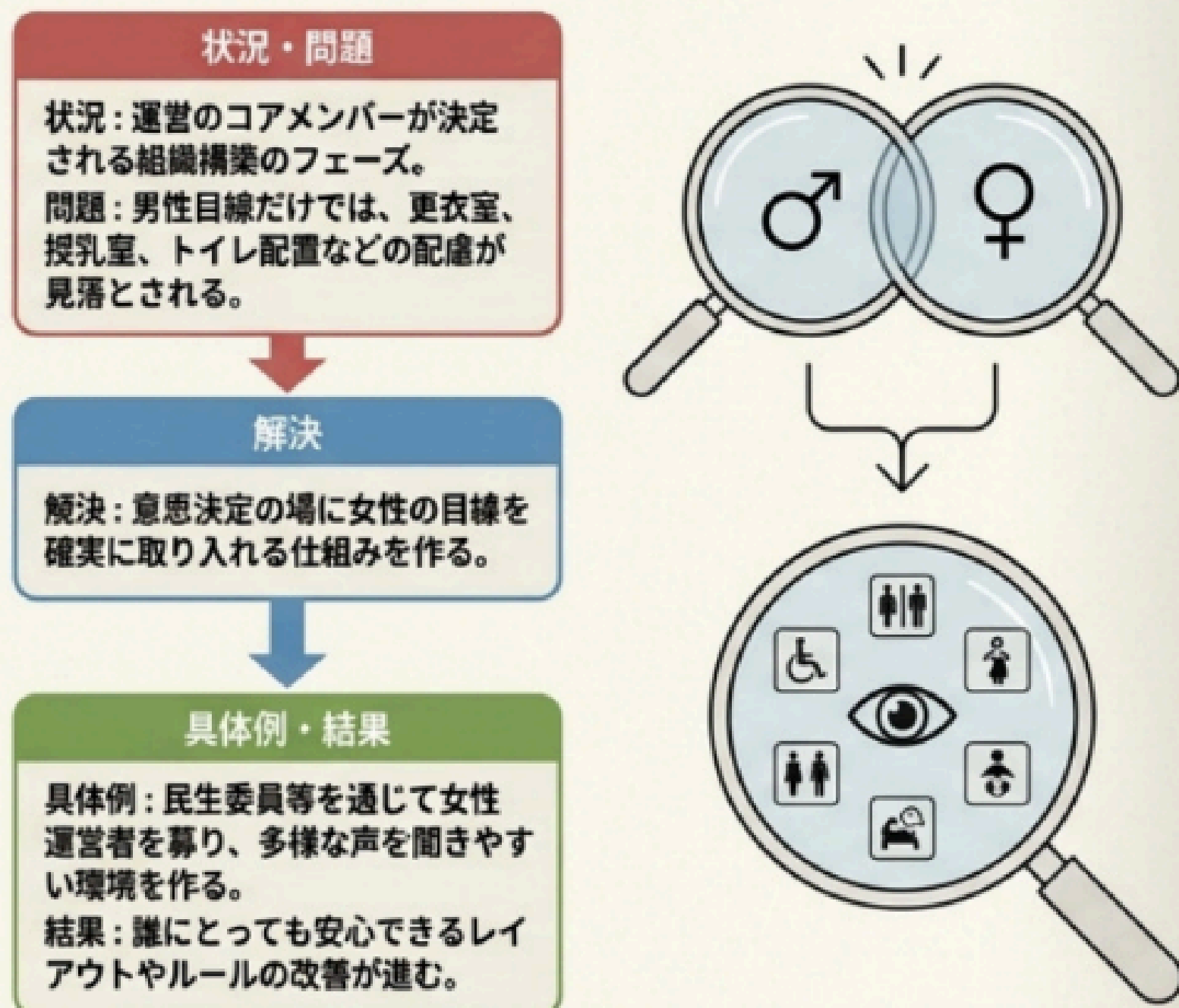
具体例：普段から話しやすい顔馴染み同士で「3人体制」などのコアチームを組む。

結果：心理的負担が分散され、感情的トラブルが減り安定運営が続く。



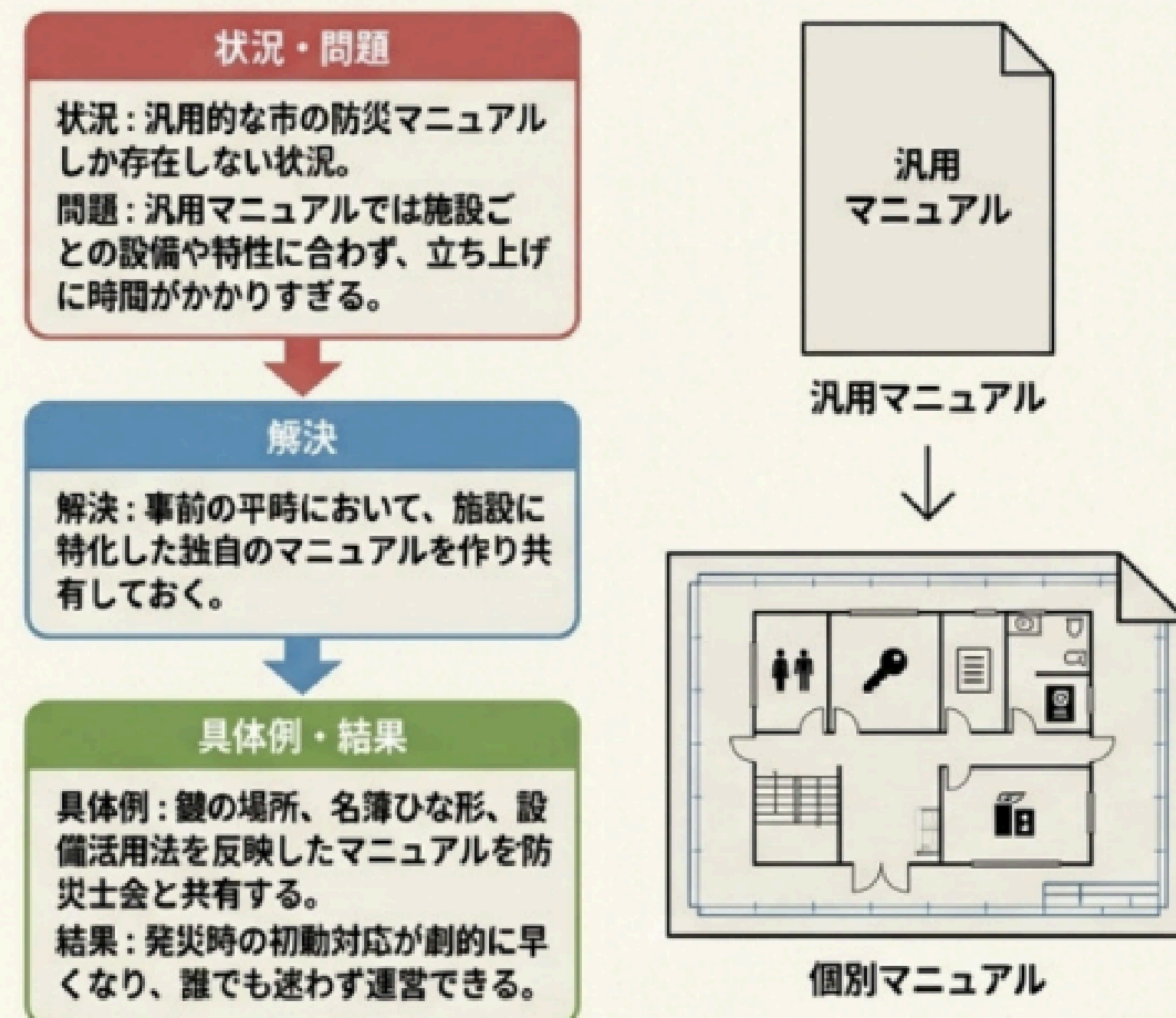
18【女性の運営者】

女性や乳幼児への配慮を反映するため、意図的に女性運営者を立てる。



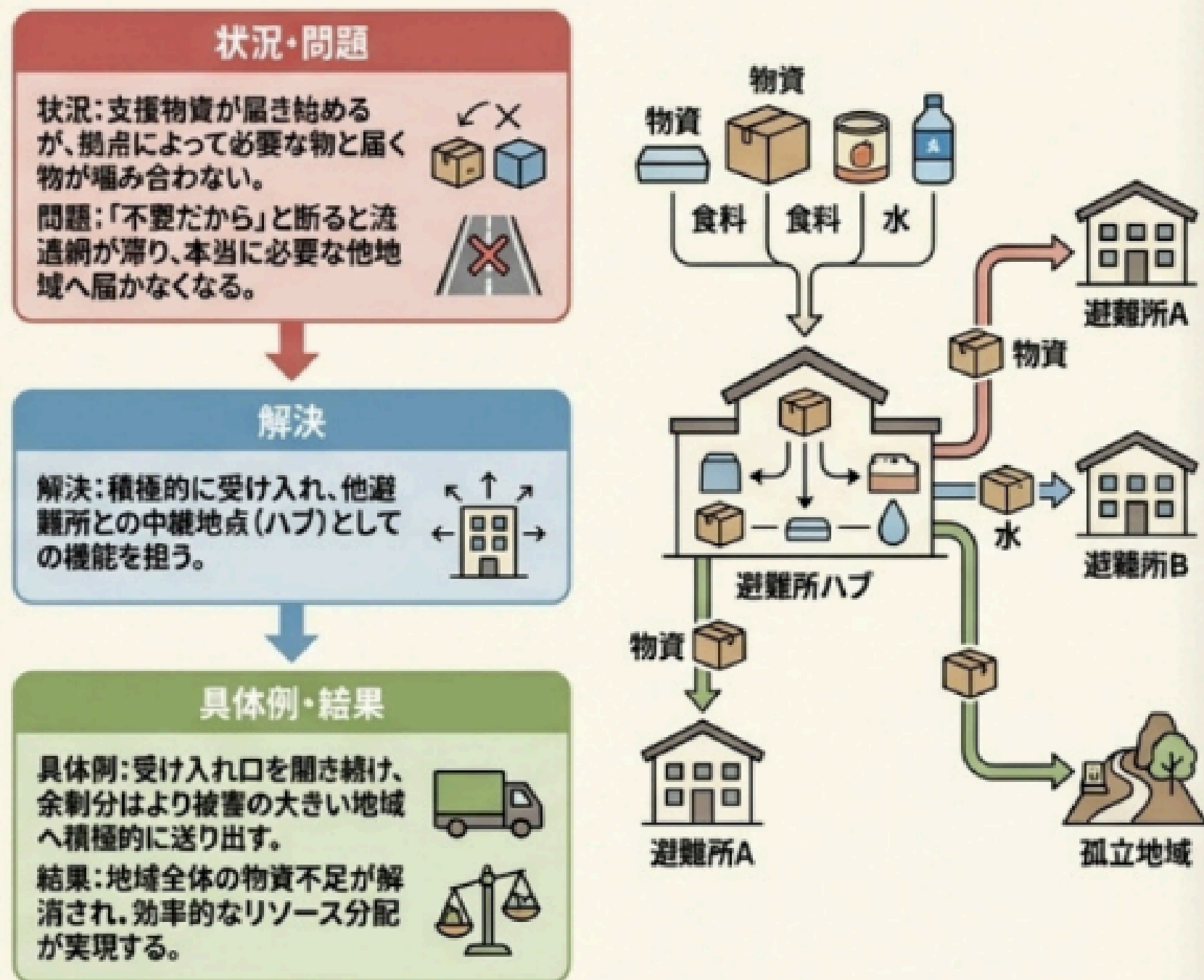
23【〇〇避難所専用マニュアル】

施設独自の特性や設備に合わせた「個別マニュアル」を平時から作成する。



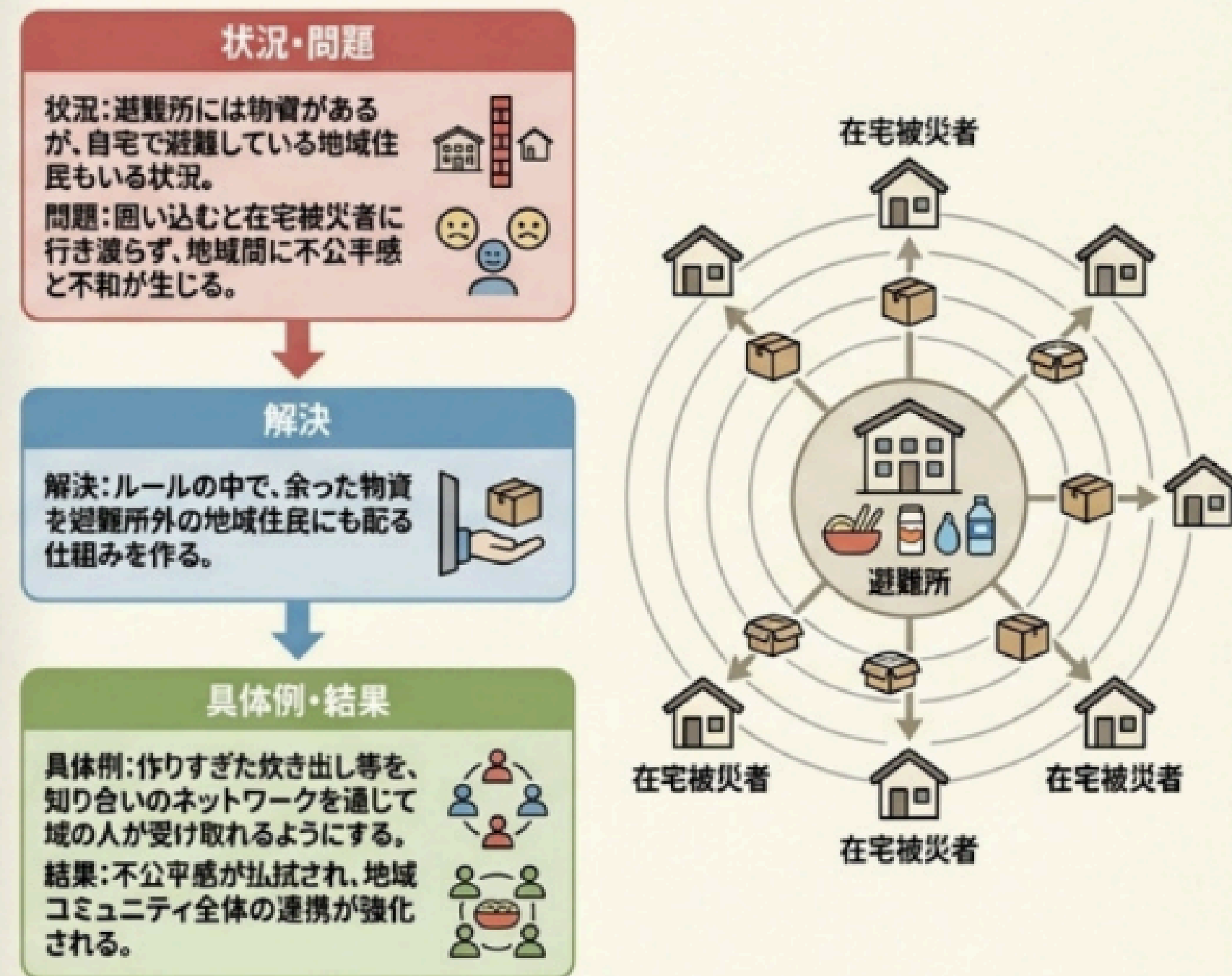
24【避難所が地域の物資ハブになる】

支援を断らず受け入れ、過不足を他避難所と共有して物資を最適に流す。



27【近所へのおすそ分け】

コントロールできる範囲で余剰物資を地域全体（在宅被災者）に共有する。



3

地域の外とのつながり

全国の中間支援組織との相互扶助

祭りは地域外のつながりも育む

毎年、祭りに担ぎに来ている出身者、外部人材も一緒に力を合わせるもの。その地域の人たちとの信頼関係を築き、毎年くりかえし訪れることで、準住民のような関係性になる。

その準住民が、ピンポイントで支援に入ることができるため、祭りを地域外の人たちと共に続けることは「受援力」の向上につながる。





平時のつながりが、何よりもの防災だった

4

さいごに

小さな一歩から始めよう

小丸山小学校 避難所 運営について

2024.1.28
第1回話し合い

- ・ たすけあい^愛・ ゆずりあい^愛・ はなしあい^愛
- ・ 避難生活をお互いに気持ちよく過ごしましょう。
- ・ 3つの愛で運営している避難所です。

・ 話し合いの時間

- ・ 避難所の運営について話す時間

・ 食事について

- ・ 1月31日で炊き出しが終了します
- ・ 2月以降は 支援物資・外食も含めて、各自で食べてください。

・ 健康管理について

- ・ 発熱があれば、申し出て下さい。
- ・ 咳が出ている方は必ずマスクをして下さい。
- ・ 水分をこまめにとり、イベント等と生活に体を動かしましょう。

・ 退所するとき

- ・ 退所するとき、次の居住場所を本部にお知らせ下さい。

実は、もっともベーシックなのは
思いやりの心

たすけあい
ゆずりあい
はなしあい

試されたのは「自治力」だった

課題解決だけではない
つながりの力とは・・・

でか山は七尾の自然資源循環システムであり、経済システムであり、教育システム





ご清聴ありがとうございました