

東日本大震災から 15 年 被災地の学びを活かした「まちで助け合う」訓練 津田沼「奏の杜」エリアで約 8,700 人対象の防災訓練を実施 ～住民・企業・行政が協働、子どもから学生・大人まで多様な世代が主体的に動けるまちへ～

三菱地所レジデンス株式会社（以下、三菱地所レジデンス）、三菱地所コミュニティ株式会社（以下、三菱地所コミュニティ）は、2026 年 3 月 8 日（日）に千葉県習志野市津田沼「奏の杜（かなでのもり）」エリアにおいて、約 8,700 人を対象としたまち全体の防災訓練を、エリアマネジメント組織である一般社団法人 奏の杜パートナーズ（以下、奏の杜パートナーズ）とともに実施しました。

今回で 11 回目となる防災訓練は、「共生（ともに生きる）～多様な人が主体的に動けるまちへ～」をテーマに掲げ、住民一人ひとりが地域を支える存在として、災害時に主体的に行動できるようになることを目指しました。訓練にあたっては、地域の学校に協力を呼びかけ、小学生から大学生までの学生ボランティアとともに運営しました。

津田沼奏の杜エリアでの防災の取り組みは、大規模なまち全体の防災訓練を 10 年以上継続し、住民が主体となった訓練や日々の活動を通じ顔見知りを増やすきっかけをつくってきたこと、また住民・企業・行政等が協働していることが特徴です。奏の杜パートナーズおよび三菱地所グループの防災倶楽部は、2026 年 2 月に「第 30 回防災まちづくり大賞（総務大臣賞）」を受賞しました。

■今回の訓練の特徴

- ① 災害時に一人ひとりが地域を支える存在として主体的に行動できることを目指した訓練
- ② 地域の学校にボランティアを募り運営を協働することで、世代を超えてつながる
- ③ 地域の防災設備を知り、必要な備えを考え、実際に身体を動かしながら備品の使い方を学ぶ
- ④ 「音楽のまち習志野」にちなみ、「まちの防災ソングづくりワークショップ」を実施

当日は谷津奏の杜公園に集まり、地域で助け合うための防災備品の使い方を身につける訓練や、地域の防災設備を学ぶ訓練等を行いました。また、今年は初の取り組みとして、「音楽のまち習志野」というまちの特色を生かし、様々な世代が「音楽」をきっかけに防災について考え、災害時に助け合える関係性を育むことを目指して「まちの防災ソングづくりワークショップ」を実施しました。

津田沼奏の杜エリアでは、災害時にまち全体で助け合うために今後も近隣地域と連携を図りながら、「共助」の体制づくりに取り組んでまいります。



▲谷津奏の杜公園にて

三菱地所グループは「次世代に誇るまちのハードとソフトの追求」を掲げ、地域と連携した防災・減災の取り組みを進めています。今回の訓練を通じ、安心して暮らし続けられるまちづくりを今後も推進してまいります。

■津田沼「奏の杜」エリアにおける防災訓練の歩み

2015年3月、「ザ・パークハウス 津田沼奏の杜」(総戸数721戸)にて第1回防災訓練を開始しました。契機となったのは「三菱地所グループの防災倶楽部」メンバーが東日本大震災の被災地を訪ね、近所同士の助け合いや人との繋がり的重要性を学んだことです。その学びを共有したことで始まったこの活動は、今ではエリア内の各分譲マンションへと広がり、エリアマネジメント組織「一般社団法人 奏の杜パートナーズ」との連携により、周辺の戸建や分譲マンションも対象となりました。津田沼奏の杜エリア全体、三菱地所レジデンス等による分譲マンション「津田沼 ザ・タワー (総戸数759戸)」なども対象として訓練を実施しています。

津田沼エリア防災

2,300世帯対象



■防災訓練の内容

日時：2026年3月8日(日) 9:00～12:00

主催：一般社団法人 奏の杜パートナーズ

協力：三菱地所グループの防災倶楽部

対象者：「ザ・パークハウス 津田沼奏の杜」管理組合

「ザ・パークハウス 津田沼奏の杜テラス」管理組合

「ザ・レジデンス津田沼奏の杜」管理組合

「ザ・レジデンス津田沼奏の杜テラス」管理組合

「津田沼ザ・タワー」管理組合

津田沼「奏の杜」エリアの戸建居住者ほか

内容：9:00～各マンション・戸建住宅にて安否確認訓練、避難訓練

10:00～参加者全員が谷津奏の杜公園に集合し、全体訓練・安否確認の結果発表

10:20～①～⑫の各プログラムを谷津奏の杜公園の各場所で同時進行

- ① 【Update】そなえるアクション～7つのミッションから防災を体験する～
- ② そなえる探検～谷津奏の杜公園の防災設備を学ぶ～
- ③ そなえるドリル～自宅の備えを考える
- ④ 【NEW】まちの防災ソングをつくろう
- ⑤ 災害用伝言ダイヤル 171 体験
- ⑥ AED・心肺蘇生訓練
- ⑦ 水消火器体験
- ⑧ 公園内マンホールトイレの組立訓練・フタ開け体験
- ⑨ 起震車による地震体験
- ⑩ 煙体験ハウス
- ⑪ 【NEW】防災ワークショップ(防災バックパックスバトル)
- ⑫ 【NEW】アイラップをつかった防災食ワークショップ

■防災訓練の詳細

1. 安否確認 (9:00～)

各マンションでは、マンション独自の防災ルールを定めた「防災計画書」に従い、安否確認フローを確認。安否確認シートを各住戸ごとの扉に貼り出し、担当者が各住戸の安否確認情報を収集。その情報を災害対策本部に持ち帰り、マンション全体の状況を把握しました。ザ・パークハウス 津田沼奏の杜では、有事の際に活躍が期待されるキッズ防災メンバーによる館内アナウンスも実施しました。



▲マンションの安否確認の様子

2. 参加者全員が谷津奏の杜公園に集合し、全体訓練・安否確認の結果発表 (10:00～)

谷津奏の杜公園に参加者全員が集まり、習志野市長のご挨拶、安否確認の結果発表、防災まちづくり大賞受賞報告が行われました。



▲谷津奏の杜公園の様子

3. 各プログラムを各場所で同時進行 (10:30～)

① そなえるアクション～7つのミッションから防災を体験する～

実際に身体を動かしながら備品の使い方を身につける訓練。ブルーシートにマンションで備えている様々な防災備品を並べ、その中から、例えば「停電してしまい周辺は真っ暗。屋外の明かりを確保しよう」というミッションに対して、発電機と投光器を選び出し使ってみる、という体験をしました。本年はロープの使い方を学ぶ「ロープワーク」や、20Lのウォータータンクに水を入れ、公園内を歩いて重さを体験する企画も実施しました。集まった人同士でチームを作り実施することで、災害時に助け合える地域の関係作りも目的としています。



▲そなえるアクションの様子



▲そなえるアクションの様子

② そなえる探検～谷津奏の杜公園の防災設備を学ぶ～

谷津奏の杜公園にある 5 カ所の防災に関する場所を探し、防災 MAP を完成させる訓練。子どもも大人も楽しみながら「地域の備え」を学ぶことができました。



▲そなえる探検の様子

③ そなえるドリル ワークショップ

家族に必要な備えを考える、オリジナルの防災ツール「[そなえるドリル](#)」を使ったワークショップ。自宅の家具転倒リスクを見直し、対策を考える内容や、家族全員に必要な簡易トイレ（凝固剤）の個数を考え、凝固剤の使用体験なども行いました。



▲「そなえるドリル」ワークショップの様子



▲「そなえるドリル」ワークショップの様子

④ まちの防災ソングをつくろう

訓練参加者でチームをつくり「奏の杜の防災の備え」「防災で大切なこと」「防災を通じて目指す地域の姿」などのキーワードを募り、オリジナルの防災ソングを制作しました。「音楽のまち習志野」というまちの特色を生かし、様々な世代が「音楽」をきっかけに防災に関わることで、災害時に助け合える関係性を育むことを目指しました。完成した楽曲は今後、奏の杜パートナーズ主催のイベントやSNS等での発信が予定されています。



▲「まちの防災ソングをつくろう」の様子

⑤ 災害用伝言ダイヤル体験

災害時に落ち着いて家族や知人の安否等の確認・連絡を行えるよう、NTT 東日本および公益財団法人 日本公衆電話会の協力のもと、「災害用伝言ダイヤル (171)」の利用体験を行いました。



▲災害用伝言ダイヤルの様子

⑥ AED・心肺蘇生訓練

マンションに設置している AED の使い方を学びました。



▲AED・心肺蘇生訓練の様子

⑦ 水消火器訓練

消火器による初期消火訓練で使用方法を学びました。



▲水消火器体験の様子

⑧ 煙体験ハウス

煙体験ハウスでは火災が発生した場合の避難方法を体験しました。



▲煙体験ハウスの様子

⑨ 起震車による地震体験

地震が起きた際に冷静な対処ができるよう、起震車で地震の揺れを体験しました。



▲起震車による地震体験の様子

⑩ 公園内マンホールトイレの組立訓練・フタ開け体験

谷津奏の杜公園には 54 カ所に災害用マンホールトイレが設置されており、地域の防災倉庫に備えている「災害用マンホールトイレ」を実際に組み立てる訓練を行いました。



▲習志野市によるマンホールトイレの組立体験の様子

⑪ 防災ワークショップ（防災バックパックバトル）

NTT 東日本防災研究所協力のもと「備蓄品ワークショップ」を実施しました。防災リュックに入れる物を家族で相談しながら決め、防災について学ぶ機会をつくりました。



▲防災ワークショップ（防災バックパックバトル）の様子

⑫ アイラップをつかった防災食ワークショップ

岩谷マテリアル株式会社協力のもと、被災時にも役立つ「ポリ袋炊飯」を実演しました。



▲アイラップをつかった防災食ワークショップの様子

■参加者のコメント

- ・凝固剤を実際に使ったことはなかったので、体験できてよかった。
- ・1日10回程度トイレに行くので、家族全員分だと300個近くになること分かり、備えが全然足りていないことが分かった。
- ・災害時にトイレが問題になることは知っており、凝固剤も備えていたが、使い方を知りたくて訓練に参加した。実際に凝固剤を体験することができ、とても勉強になった。
- ・子どもたちが楽しみながら参加することができ、防災を身近に感じながら学ぶことができた。
- ・訓練を通じて趣味や特技を知ることができ、災害時に一人ひとりの強みを発揮できると感じた。
- ・マンションに発電機があることや、カセットコンロのボンベが動力源になることを初めて知りました。自宅にあるボンベも使えるため、いざというときには持ち寄って活用できると感じました。
- ・ロープワークでは使い方を学び、そして避難所でのプライバシー確保など使用シーンも知ることができ、より理解が深まった。
- ・防災ソング訓練を通じて、地域の魅力やまちの歴史を改めて知るきっかけとなり、地域への関心を深める機会となった。
- ・公園にかまどベンチがあることを知らなかった。身近な防災設備の役割を知ることによって、災害時の活用方法について理解を深めることができた。今度は、実際に使ってみたい。
- ・飲料用貯水槽の存在を知らなかったので訓練で知ることができてよかった。また、家庭で必要な水の備蓄量も考えることができたので、防災への意識向上につながった。
- ・災害伝言ダイヤル訓練では、公衆電話など普段触れる機会の少ない設備を体験することで、災害時の連絡手段について学ぶことができた。
- ・地域の小学生～大学院生18名が運営ボランティアに参加をし、積極的に参加者とのコミュニケーションを図り、訓練で活躍することができたのがよかった。

【参考】1923年の関東大震災から100年続く三菱地所グループの防災の取り組み

三菱地所グループでは、1923年の関東大震災以来約100年「防災」に取り組んでまいりました。三菱地所レジデンスは、三菱地所グループが永年培ったノウハウを取り入れ、マンションのハード面に加え、防災マニュアルや防災訓練を積極的に実施・サポートしています。防災意識の向上や訓練の進化・深化を目的に三菱地所レジデンス社員有志によるボランティア組織「三菱地所グループの防災倶楽部」を2014年10月に立ち上げ、現在は三菱地所レジデンスと三菱地所コミュニティ約170名の社員で取り組んでいます。防災倶楽部はマンション管理組合に対し新たな訓練メニューなどを提案しており、これまでに三菱地所コミュニティが管理するマンション180物件・61,799世帯を対象とした防災訓練をサポートしています。今後も災害に対し、迅速に対応できる体制構築を広く浸透させていくべく、防災力強化のための活動を行ってまいります。



▲三菱地所グループの防災倶楽部メンバー

「三菱地所グループの防災倶楽部」活動の想い <https://www.youtube.com/watch?v=UM06TjKweKY>

【参考】「そなえるカルタ」「そなえるドリル」について

東日本大震災・熊本地震等の生の声を届けるために、実際に困ったことを「トイレ」・「食糧」・「情報」といった切り口で伝える防災ツール「そなえるカルタ」。

子どもと大人が家族を想定して考える防災ツール「そなえるドリル」。

自分や家族のことを実際に書き、大人と相談して答えを出す要素を取り入れ具体的な行動につなげます。

この「そなえるカルタ」と「そなえるドリル」は、ザ・パークハウスの防災プログラムホームページ上で“ドナタデモ”ダウンロードが可能です。

ザ・パークハウスの防災プログラムホームページ <http://www.mecsumai.com/bousai/>



以 上

＜本件に関するお問い合わせ先＞

三菱地所株式会社 広報部 TEL：03-3287-5200

※本資料の配布先：国土交通記者会、国土交通省建設専門紙記者会