

総合分析・今後の展開

1. 総合分析

アンケート結果から、受講前に「防災は難しい・特別なもの」と感じていた参加者が、受講後には「日常生活と深くつながっているもの」として捉えるようになり、防災を生活の中で見直す効果が確認されました。また、多くの参加者が「すぐに、または工夫すれば実践できそう」と回答しており、本講座が知識の提供にとどまらず、具体的な行動につながる内容であったことがうかがえます。

さらに、家庭内での実践や、家族・地域への共有に対する意欲も高く、フェーズフリーの考え方が個人の理解にとどまらず、地域へと広がっていく可能性が確認できました。

本事業を通し、防災を「特別な備え」ではなく、日常生活の中で自然に取り組めるものとして捉えるフェーズフリーの考え方が、参加者の皆さんに伝わったことが分かりました。健康管理や運動、食事、口腔ケア、子どもとの関わりなど、普段の生活の中にある行動が、いざという時に自分や家族の命や暮らしを守ることにつながると感じていただけた様子がうかがえます。

また、TKBC（トイレ・キッチン・ベッド・Child）の視点を通して、避難生活を「我慢するもの」ではなく、「できるだけ安心して過ごすために工夫できるもの」として考えるきっかけになったと考えます。

2. 今後の展開

今後は、高知市や地域の皆さんと引き続き連携しながら、今回の学びを地域の防災活動や日常の暮らしの中に広げていきたいと考えています。大学が避難所としての役割を担う場合だけでなく、在宅避難を含め、平時から一人ひとりが無理なく備えられる防災の形を、これからも一緒に考えていきます。

この取組を通して、災害関連死の予防や、避難生活の質を高めることにつながるよう、今後も継続して取り組んでいきます。

ご参加・ご協力ありがとうございました。

高知学園大学・高知学園短期大学
南海トラフ地震対策プロジェクトチーム長
管理栄養学科
廣内智子