

令和7年度

自主防災活動支援ガイド

このガイドは、地域の主体的な防災活動を支援する各種制度をまとめたものです。
防災訓練等にご活用いただき、地域の皆さんの協力でいざという時に備えましょう。

— 目 次 —



1. 自主防災会への支給制度

- 自主防災会の新規結成 1
 - ・ 自主防災会を結成して防災活動のレベルアップを図りましょう！
- 自主防災会活動報償金 2
 - ・ 自主防災会の活動実施に年度内1回の報償金を支給します。
- 自主防災会育成補助金 3
 - ・ 自主防災会が整備する防災資機材の購入費を一部補助します。

2. 防災活動の支援（相談・講師派遣等）

- 各種支援の使い方 7
 - ・ 防災活動の相談窓口など各種制度の流れを確認しましょう。
- 中越市民防災安全士の講師派遣 8
 - ・ 講師が防災に関する講話やAED等の技術指導を行います。
- 自主防災活動アドバイザー派遣（水害） 9
 - ・ 専門家が、水害時に地域で助け合う体制づくりや計画策定等を支援します。
- まちなか防災サイン 10
 - ・ “まちなか”に、水害の想定浸水深を載せた標識の設置をします。
- 市政出前講座 11
 - ・ 市の防災体制や原子力安全対策など市職員による講座を行います。
- 地震体験車の派遣 12
 - ・ 自主防災会や町内会の防災訓練において、地震体験車を派遣します。

自主防災会の新規結成

- 市では、自主防災会を対象に、主体的な防災活動を支援する報償金や防災資機材整備に対する補助金の制度をご用意しています。
- 自主防災会を結成していない町内会は、結成を目指しましょう。
結成後は、これらの制度を活用し、活動のさらなる充実化を図りましょう。

■自主防災会結成までの手順

- ① 自主防災会の中心メンバーとなる町内会長や役員で自主防災会の結成を検討する。
※ 必要に応じて、市や中越市民防災安全士会にご相談ください。

【問合せ先】

 - ・ 長岡市危機管理防災本部（TEL：3 9-2 2 6 2）
 - ・ 中越市民防災安全士会（TEL：7 7-3 9 1 8）（※）

（※）午前9時から午後5時まで
土日祝・ながおか市民防災センター休館日（火曜日）を除く
- ② 町内会・集落・区などの総会で住民の皆さんに、結成に向けて同意を得る。
- ③ 自主防災会活動の中心となる役員・運営委員を選出し、役割分担を決める。
- ④ 自主防災会の規約を作る。
※ 「自主防災会結成と活動の手引き」（7ページ）や、ながおか防災ホームページ内「自主防災会情報」の例を参考に作成ください。
- ⑤ 自主防災会の役員・運営委員や規約の内容が決定後、回覧板などで住民の皆さんに知らせる。
- ⑥ 市に規約や組織図を提出する。
【提出先】長岡市危機管理防災本部
各支所地域振興・市民生活課

まずはお気軽にご相談ください！



自主防災会活動報償金

■概要

- 自主防災会の主体的な取組により地域防災力の向上に寄与いただいた活動に対し、市が報償金を交付する制度です。
- 本ガイドの7ページ以降の各種活動支援も活用しながら、いざという時に、住民の皆さんが具体的な行動をとれるような防災活動に平時から取り組みましょう。

■申請方法

1 対象団体 自主防災会

2 提出書類

様式が一部変更となりましたので、最新のものを使用してください。

- (1) 長岡市自主防災会活動実施報告書
- (2) 実施状況の写真（おおむね1～3枚）
※ 複数の団体が合同で防災訓練等を実施した場合は、それぞれの自主防災会で写真を撮影し、提出してください（同じ写真を使い回さないようご注意ください。）。
- (3) 長岡市自主防災会活動報償金 口座振替申請書
※ 振込口座が自主防災会以外の名義（町内会等）の場合は、代表者が同じ方であっても申請書下段の委任状の記入をお願いします。
※ 押印したものの写しではなく、原本を提出してください。
- (4) 報償金の振込口座の預金通帳の写し（通帳の表面及び見開き部分）

3 提出期限

令和8年3月31日（火曜日）[提出期限までの間随時受付]

※ 防災活動の実施後、速やかな提出をお願いします。

【提出先】 長岡市危機管理防災本部
各支所地域振興・市民生活課

4 報償金の支払

提出書類の受理後、1～2か月程度で申請された口座に振り込みます。

※ 振込日の通知は行いませんので、通帳記入等によりご確認ください。

5 「中越市民防災安全大学」修了者がいる場合の報償金加算について

自主防災会の活動の一環として、上記大学を受講し、「中越市民防災安全士」の認定を受けた場合は、該当受講者1人当たり 10,000 円（学生の場合は5,000円）を報償金に加算します。

受講終了後、認定証の写しを添付し、報償金の申請を行ってください。

自主防災会育成補助金

(1/4)

■概要

- 自主防災会の育成と活性化を図り、より主体的な防災活動を行えるよう、防災資機材の購入費等の一部を補助する制度です。
- 補助金を有効に活用し、いざという時に、地域で助け合うために必要な資機材を準備しましょう。

1 新規整備事業

■申請方法

1 対象団体

過去に本補助金制度や中越大震災復興基金、コミュニティ助成事業制度を活用して防災資機材を整備したことがない自主防災会

2 補助対象経費

防災資機材の購入経費

3 対象資機材

防災倉庫、電池式メガホン、携帯用無線機、携帯用ラジオ、毛布、寝袋、簡易組み立てトイレ、簡易ベッド、調理器具、給水タンク、テント、担架、車いす、工具類、ヘルメット、誘導棒、ロープ、発電機、投光機、ガソリン携行缶、コードリール、懐中電灯、リヤカー、防水シート、土のう袋、消火器、消火用バケツなど災害時に必要となる防災資機材が対象（資機材の設置費用や備蓄食料、電池などの消耗品は対象外）

4 補助金額

補助対象経費の4分の3（千円未満切り捨て、上限80万円）

5 申込み手続き

(1) 必要書類

購入する防災資機材の見積書（写し）

(2) 申込み期間（期限厳守）

令和7年4月1日（火曜日）から同年5月30日（金曜日）まで

(3) 提出先

長岡市危機管理防災本部

※メール、FAX、郵送での提出も可能です。

※ 【申込みから交付までの流れ】について、次ページをご確認ください。

※ 対象団体決定後、正式に交付申請書をご提出いただきます。

6 その他

申込み多数の場合は、抽選を行うことがあります。

自主防災会育成補助金 (2/4)

1 新規整備事業

【申込みから交付までの流れ】 内はご用意いただく必要書類

① 申込み（4月1日～5月30日）

・購入する資機材の見積書



対象団体決定（申込み多数の場合は、抽選を行うことがあります。）



市から対象団体に対して交付申請書の提出を依頼（6月上旬～中旬）

② 補助金交付申請書の提出（6月中旬～下旬）

- ・交付申請書
- ・自主防災会規約
- ・収支予算書
- ・補助金の振込口座の預金通帳の写し（通帳の表面及び見開き部分）
- ・委任状（自主防災会ではなく、町内会等の名義の口座で受け取る場合）



市から決定団体に対して交付決定通知書と補助金の交付（7月上旬～中旬）

③ 事業実施（7月中旬～9月末 実施時期は目安）

資機材の購入

④ 実績報告書の提出（資機材の購入後、30日以内に報告）

- ・実績報告書
- ・購入した資機材の写真（普通紙にカラー印刷したもので可）
- ・購入した資機材の管理規程
- ・領収書の写し ※ 口座振込依頼書の写しによる代用は不可

自主防災会育成補助金

(3/4)

2 更新等事業

■申請方法

1 対象団体

市内で活動する自主防災会

2 補助対象経費

自主防災会が保有する防災資機材の更新（更新に伴う処分費含む）、修繕、又は追加購入に係る経費

3 対象資機材

防災倉庫、電池式メガホン、携帯用無線機、携帯用ラジオ、毛布、寝袋、簡易組み立てトイレ、簡易ベッド、調理器具、給水タンク、テント、担架、車いす、工具類、ヘルメット、誘導棒、ロープ、発電機、投光機、ガソリン携行缶、コードリール、懐中電灯、リヤカー、防水シート、土のう袋、消火器、消火用バケツなど災害時に必要となる防災資機材が対象（資機材の設置費用や備蓄食料、電池などの消耗品は対象外）

4 補助金額

補助対象経費の4分の3（千円未満切り捨て、上限30万円）

※補助対象経費5万円以上が対象

5 申込み手続き

(1) 必要書類

防災資機材の更新等整備に係る見積書（写し）

(2) 申込み期間（期限厳守）

令和7年4月1日（火曜日）から令和8年2月13日（金曜日）まで

(3) 提出先

長岡市危機管理防災本部

※メール、FAX、郵送での提出も可能です。

※ 各団体の申請は、1年度につき1回まで。

※ 【申込みから交付までの流れ】について、次ページをご確認ください。

※ 内容の確認後、正式に交付申請書をご提出いただきます。

6 その他

予算に上限があるため、期限前に終了する場合があります。



自主防災会育成補助金

(4/4)

2 更新等事業

【申込みから交付までの流れ】 内はご用意いただく必要書類

① 申込み（令和7年4月1日～令和8年2月13日）

・資機材の更新等整備に係る見積書



対象団体決定



市から対象団体に対して交付申請書の提出を依頼

② 補助金交付申請書の提出

- ・交付申請書
- ・自主防災会規約
- ・収支予算書
- ・補助金の振込口座の預金通帳の写し（通帳の表面及び見開き部分）
- ・委任状（自主防災会ではなく、町内会等の名義の口座で受け取る場合）



市から決定団体に対して交付決定通知書と補助金の交付

③ 事業実施

資機材の更新等整備

④ 実績報告書の提出

（資機材の整備後、30日以内又は令和8年3月31日のいずれか早い日に報告）

- ・実績報告書
- ・整備した資機材の写真（普通紙にカラー印刷したもので可）
- ・整備した資機材の管理規程
- ・領収書の写し ※ 口座振込依頼書の写しによる代用は不可

各種支援の使い方

- 防災活動の相談窓口など各種支援の活用の流れについては、このページをご確認ください。

■ 自主防災活動へのアドバイスは「防災よろず相談」をご利用ください！

防災よろず相談とは…

- ・ 防災活動の困り事に対し、取組の進め方等をアドバイスします。
- ・ 相談内容に応じて、支援の活用をご案内します。

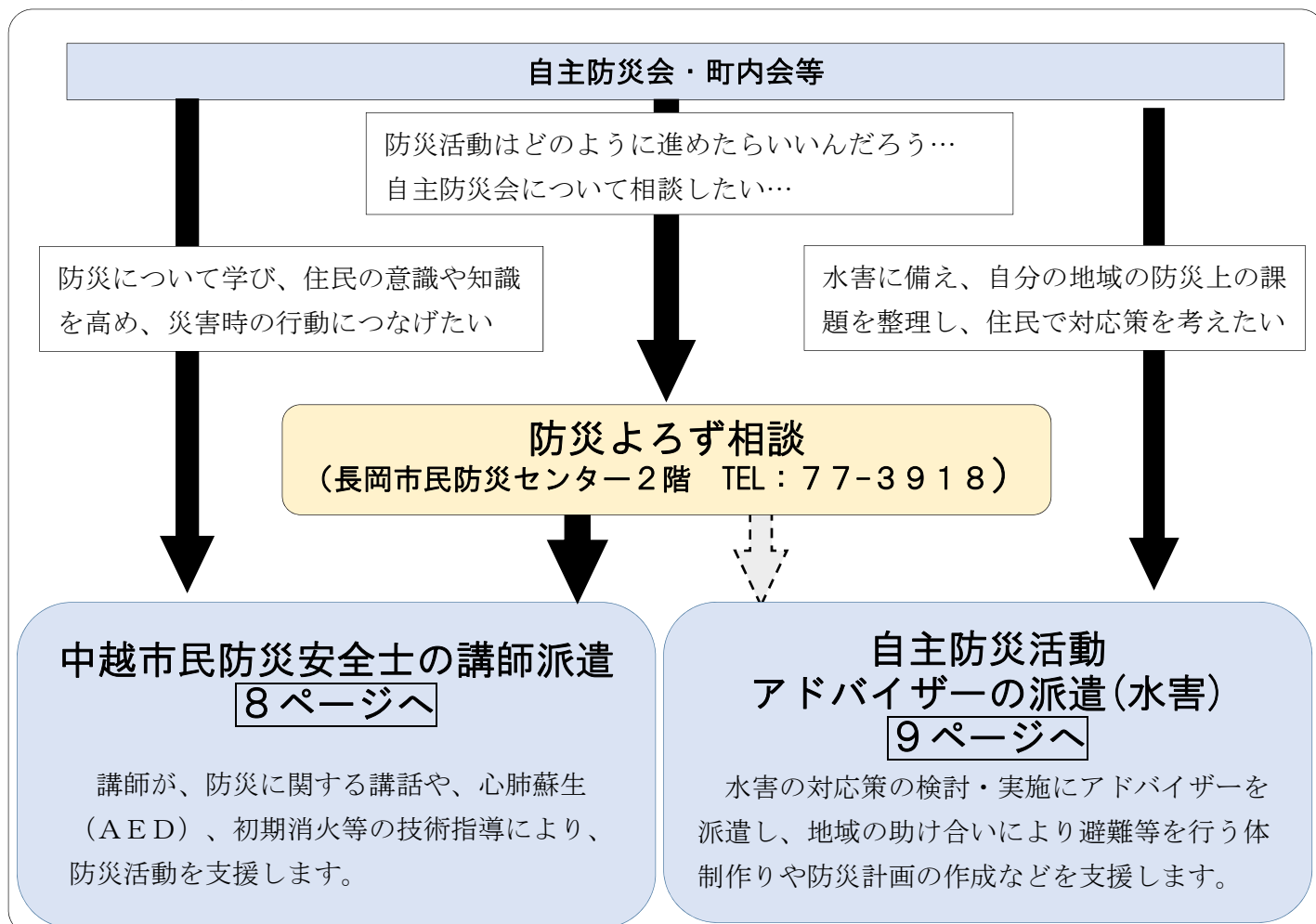
連絡先：中越市民防災安全士会

住所：長岡市千歳 1-3-8 5 ながおか市民防災センター 2階

TEL：77-3918（時間：午前9時から午後5時まで）

※ 土・日・祝日・ながおか市民防災センター休館日（火曜日）を除く

■ 支援活用の流れ



まちなかに防災サインを設置したい

➡ まちなか防災サイン 10ページ

市の防災体制や原子力安全対策についての講座を開催したい

➡ 市政出前講座 11ページへ

防災訓練で住民に地震体験をしてもらい、地震に関する意識啓発を行いたい ➡ 地震体験車の派遣 12ページへ

中越市民防災安全士の講師派遣

■概要

- 中越市民防災安全士がお住まいの地域へ伺い、防災講話や心肺蘇生法（AED）の技術指導等、防災活動の支援をします。
- 住民の意識や知識を高め、災害から命を守る行動につながる防災活動を目指しましょう！

■利用方法

1 対象団体

町内会や自主防災会

2 利用の流れ

- ① 中越市民防災安全士会へ連絡する。
- ② 実施日時・会場・内容等を相談する。
- ③ 当日の運営等について打ち合わせをし、訓練等を実施する。

3 申込先・問合せ先

中越市民防災安全士会

（防災について学ぶ中越市民防災安全大学の修了者有志が地域防災の活性化に取り組む団体）

住所：長岡市千歳 1 丁目 3 番 85 号 ながおか市民防災センター2 階

TEL：7 7－3 9 1 8

時間：午前 9 時から午後 5 時まで ※ 土日祝、休館日（火曜日）除く

4 対応メニュー

(1) 防災に関する講話

- ・地震、洪水、土砂災害などの自然災害に対する講話
- ・「わが町の防災タイムライン」を活用した自主防災活動に関する講話
- ・自主防災会の結成や活性化に関する講話
- ・災害食等の女性目線での防災体験講話
- ・洪水ハザードマップ及び土砂災害ハザードマップの説明 等

(2) 心肺蘇生法（AED）の技術指導

- ・いざという時のための心肺蘇生法が学べます。
- ・室内で実施可能なため、天気の心配がいりません。

(3) 水消火器を使った消火訓練

- ・大規模地震等が発生すると、火災発生も想定されます。
- ・災害時に、慌てずに水消火器使用するため訓練をしましょう！



【防災に関する講話】



【心肺蘇生法（AED）の技術指導】



【水消火器を使用した消火訓練】

自主防災アドバイザーの派遣（水害）

■ 概要

防災の専門知識を有するアドバイザーを派遣し、水害時に地域の助け合いにより避難等を行うための体制づくりや防災計画の作成など、住民の皆さんが主体となった水害対応策の検討・実施を継続的に支援します。

■ 利用方法

1 対象団体

住民同士の協力等により、地域としての水害対応を検討する町内会や自主防災会

2 制度活用の流れ

- ① 中越防災安全推進機構へ申込む。
- ② 水害に関する地域の課題や目標等を相談する。（1～3 回程度）
- ③ 地域での検討会を実施する。（2～3 回程度）
- ④ 取り組みや成果をふり返り、今後の活動に活かせるよう計画等を作る。（1～2 回程度）

3 申込み手続きについて

(1) 申込方法・問合せ先

同封の申込用紙「自主防災活動アドバイザー派遣（水害）申込書」を使用し、FAX またはメールでお申込みいただくか、下記 URL・QR コードからオンラインでお申込みください。

【申込用紙での申込み・問合せ先】

公益社団法人中越防災安全推進機構（担当：河内・諸橋）
住所：長岡市大手通 2-6 フェニックススイート 2 階
TEL：3 9-5 5 2 5
FAX：2 9-5 5 2 6 Email：t-kawauchi@cosss.jp

【オンライン申込み先】

<https://ws.formzu.net/dist/S70274631/>



(2) 申込締切

令和 7 年 5 月 30 日（金曜日）

4 募集团体数

8 地域（申込多数の場合は申込動機等を考慮の上、選考します。）

■ アドバイザー派遣活用事例

【活用例】

- ・ 水害時の避難のための防災マップ作成
- ・ 避難行動要支援者の支援体制の検討
- ・ 地域の特性に応じた防災計画づくり 等



まちなか防災サイン事業について

■概要

自らが生活する地域の水害の危険性を実感し、実効性のある避難行動に役立てていただくよう、“まちなか”にある電柱に、水害の想定浸水深を載せた標識を設置することで、地域の自主的な防災活動を支援します。

■利用方法

1 対象団体

「自主防災アドバイザーの派遣（水害）」を利用する町内会や自主防災会のうち、項番4の事項にご協力いただける団体

2 申込み手続きについて（申込締切：令和7年5月30日）

同封の申込用紙「まちなか防災サイン申込書」を使用し、FAX またはメールでお申込みいただくか、下記 QR コードからインターネットでお申込みください。（今年度の実施地域は1～2地域となります。申込多数の場合は応募動機等を考慮の上、選考します。）

【申込用紙での申込み・問合せ先】

長岡市危機管理防災本部
住所：長岡市大手通1-4-10
TEL：39-2262 FAX：39-2283
Email：bousai@city.nagaoka.lg.jp

【インターネットでの申込み】

右のQRコードをスマートフォンのカメラ等で読み取ると申込みフォームにアクセスできます。



3 実施の流れ

- ① 実施地域の選定（6月）
- ② 実施する町内にある電柱を調査し、標識の設置可否を確認（7～8月）
- ③ 標識設置可能な電柱の中から設置候補箇所を検討・決定（9～10月）
- ④ 関係機関等へ許可申請手続き（11月～1月）
- ⑤ サイン表示の設置（2月末）

4 実施町内会・自主防災会からの協力事項

- ・設置箇所の検討、選定に係る地域内の意見集約（ワークショップ等）
- ・サイン表示を活用した避難行動の検討、避難訓練の実施など
- ・地域内での取組みの周知（回覧等）
- ・民有地の使用許可（民有地内の電柱に設置する場合）

■ 設置イメージ



市政出前講座

■概要

自主防災会や町内会を対象に、市職員が市の防災体制、原子力防災等に関する講座を実施します。

■利用方法

1 講座内容・問合せ先

講座内容	問合せ先
1 自主防災会の結成と活動の推進等について ・地域での自主防災活動の意義や、組織の立ち上げなどに関する講話等	危機管理防災本部 (39-2262)
2 長岡方式の避難行動と洪水ハザードマップについて ・水害時において取るべき避難行動や洪水ハザードマップの確認方法など平時からの備えに関する講話	
3 長岡市の原子力安全対策について ・原子力災害時にとるべき行動や安全対策の取組みをスライドやパンフレット、原子力防災ガイド DVD 等を使って講話 ・原子力防災を理解するうえで欠かすことのできない放射線に関する基礎知識を放射線測定キットを使って体験・講話	原子力安全対策室 (39-2305)

2 申込手続きについて

担当の部署に電話等で事前相談のうえ、FAX またはメールで申込書をご提出いただくか、オンラインでお申込みください。

【申込書での申込み】

「市政出前講座申込書」のダウンロードはこちらから

- 1 「自主防災会の結成と活動の推進等について」
- 2 「長岡方式の避難行動と洪水ハザードマップについて」
ながおか防災ホームページ：

<https://www.bousai.city.nagaoka.niigata.jp/>

[掲載場所]

トップ>災害への備え>自主防災会

>自主防災会の支援メニュー-市政出前講座



- 3 「長岡市の原子力安全対策について」

原子力防災ホームページ：

<https://portal.radiation.city.nagaoka.niigata.jp/>

[掲載場所]

トップ>市からのお知らせ-出前講座をご活用ください



【オンラインでの申込み】

1 自主防災会の結成と活動の推進等について https://logoform.jp/form/P5EF/32416	
2 長岡市の防災対策について https://logoform.jp/form/P5EF/32420	
3 長岡市の原子力安全対策について https://logoform.jp/form/P5EF/31148	

地震体験車の派遣

（1/2）

■概要

- 複数の自主防災会や町内会の防災訓練に地震体験車を派遣します。
- 地震体験を通じ、地震発生時に取るべき行動について考えましょう！

■利用方法

- 1 派遣対象
2 団体以上（もしくは1 団体でも参加者が 30 人程度見込まれる）の自主防災会及び町内会が実施する防災訓練
- 2 派遣期間
令和 7 年 4 月 7 日（月曜日）から同年 11 月 30 日（日曜日）まで
- 3 申込受付期間
令和 7 年 11 月 14 日（金曜日）まで
- 4 申込方法
※【申込みの流れ】について、次ページをご確認ください。

実際の揺れを体感して、
地震発生に備えよう！



地震体験車の派遣

(2/2)

■申込みの流れ

ステップ1 仮申込（派遣日の2週間前まで）

- ・ 危機管理防災本部まで、以下の事項をお伝えください。

①所属、担当者名、連絡先 ②希望日 ③希望時間（下記参照）
④実施場所 ⑤イベント、訓練等の名称

【地震体験車派遣時間（A・Bのどちらか）】

A 午前9時から午前11時30分までの間

B 午後1時30分から午後4時までの間

※ 1日派遣をご希望の場合はご相談ください。

- ・ 仮申込は先着順に受け付けます。
- ・ 予約状況は、危機管理防災本部までお問い合わせください。なお、「ながおか防災ホームページ」からも確認できますので、予約前にご確認ください。

ステップ2 派遣申込書の提出（派遣日の10日前まで）

体験希望時刻決定後、メールまたはFAXで「地震体験車派遣申込書」を危機管理防災本部にご提出ください。派遣申込書は、「ながおか防災ホームページ」からダウンロードできます。

また、申込みフォームからも申込可能です。

【申込みフォーム】

<https://logoform.jp/form/P5EF/420347>



ステップ3 派遣決定通知の送付（受付完了）

本部から「地震体験車派遣決定通知書」を送りますので、派遣日まで大切に保管してください。

日時の変更、キャンセル等がありましたら、お早めにご連絡ください。

☆予約状況の確認や派遣申込書のダウンロードはこちらから☆

「ながおか防災ホームページ」

<https://www.bousai.city.nagaoka.niigata.jp/>

【掲載場所】

トップ>災害への備え>地域の防災：地震体験車

