

【安芸高田市】が考案したオリジナルの防災活動(R-DIG)の紹介

『R-DIG』(Return-Disaster Imagination Game)とは…

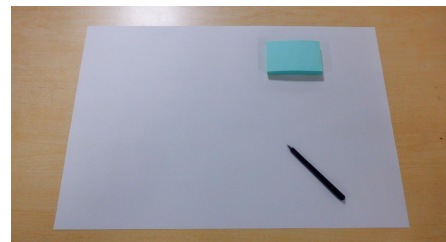
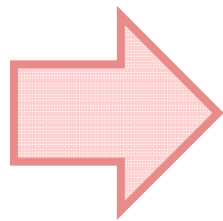
被災したイメージを持ったまま被災前に時間を戻し(Return)、未来の災害に備える訓練

- 大切な人の命や大切なものを守るため、一人一人に災害対策を促し、災害による被害や事後後悔などを少しでも減らしたいとの思いから、安芸高田市のある職員によって独自に考案された防災活動です。

「DIG」は、現在の情報に基づき、これから先の対策を考えていく訓練

対して、「R-DIG」は、被災したイメージを持ったまま被災前に時間を戻し(Return)未来の災害に備える訓練

「R-DIG」で必要なもの



- 記入用紙(A3程度)
- 筆記用具(鉛筆・ペン)
- 付箋 準備はこれだけ!

【考案者インタビュー】
入浴中に閃きました★
地域の訓練や研修などでぜひ活用してください♪



私が考案者です!!

ステップ1：想定付与



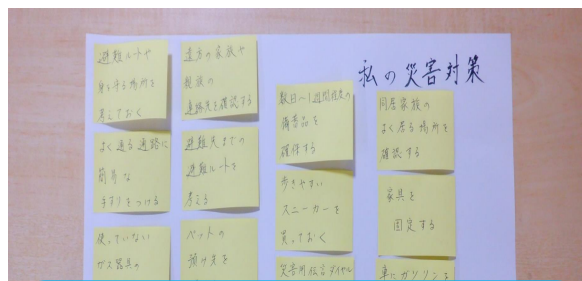
自分が被災したイメージ

ステップ2：Return

被災した記憶を持ったまま被災する前の日に戻ります。(時間が巻き戻るイメージ)

そこには「被災前のいつもと変わらない景色が広がっている」という想定です。

ステップ3：個人ワーク



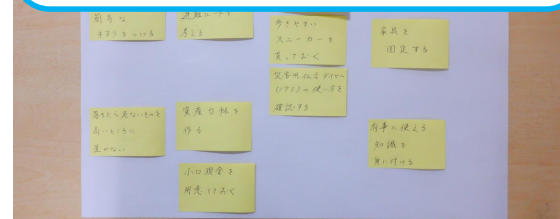
1日後に必ず起こる災害に向け「私の災害対策」と題して、可能な限りたくさんの対策を書き出していきます。

例えば…

- 自宅のこと
 - 家族や親族のこと
 - 備蓄や身の回りの備え
 - その他の対策
- と言った形で分類すると考えが浮かびやすいかも?!

ステップ4：いざ実践

自分で書き出した対策について、実施できたら、付箋を剥がしていきます。



紙が真っ白になれば…
きっと「大切な人の命や大切なもの」を守ることにつながると思いを含め、災害に備えましょう。

『R-DIG』を訓練で活用している様子です★



・令和6年12月14日
【本郷地域づくり協議会】

・令和7年2月22日
【坂下地域振興自主防災会】

R-DIGを体験して、たくさんの「気づき」があり、本当にためになったとの感想で溢れました。

一人ひとりの災害対策を実効性あるものにするためには、自分自身で「気づく」ことが大切です。