

自衛消防訓練 実施マニュアル



岩見沢地区消防事務組合

もくじ

自衛消防訓練実施マニュアルの目的	1
まずは、建物内の消防用設備等を確認しよう	2
どのように訓練を実施すればいいの？	
部分訓練	
・ 覚知訓練（覚知から発見まで）	3
・ 情報伝達訓練（発見からの役割分担）	3
・ 消火訓練	4
//	5
・ 通報訓練	6
・ 避難訓練	7
//	8
・ 理解度チェックシート	9
総合訓練	
・ 事前準備	10
・ 訓練の実施	10
自衛消防訓練実施結果記録書の活用	11
防火管理体制を充実・強化するために	12

自衛消防訓練実施マニュアルの目的

- このマニュアルは、防火管理に係る消防計画に基づく訓練（以下「自衛消防訓練」という。）の実施における標準的な実施方法を示すとともに、有事の際に備え、一助となることを目的に作成しております。
- 自衛消防訓練は、消防法令において「防火管理上必要な業務」の1つとして位置づけられており、消防計画に基づき定期的な実施が必要です。
- それぞれの建物の構造や間取りに応じた火災の危険性を把握し、より実践的かつ効果的な自衛消防訓練を実施し、防火管理体制の充実・強化を目指しましょう。

「自衛消防訓練実施計画書」の提出

- 防火管理者（防災管理者）は、自衛消防訓練を実施するにあたり、事前に消防機関に提出しなければなりません。
- 提出先は、最寄りの消防署に提出またはEメールでも提出可能です。
Add : syoubou-shinsei@city.iwamizawa.lg.jp
- 実施計画書は、岩見沢消防署ホームページからダウンロードすることができます。

様式 1（第 5 类関係）		災害防済対策実施計画書		年 月 日	
早見武地区消防協議会 消防長宛					
防火（防災）管理者 職・氏名					
電話番号					
防火対象物 所在地					
防火対象物 名称		事業場等の 名称			
実 施 計 画	日時	年 月 日 時 分 ～ 時 分		参加人数	
	区分	防火訓練 消防団訓練の経過（立会記録）※火災等の発生した時は、緊急避難等の実態を説明してください。			
	規模	防火（防災）管理者が行う訓練（消防団員に誘導するもの） に救急隊員（防災）管理者が行う訓練（全地区にわたる消防団員に基づくもの）			
	内容	①防火訓練 ☐ 消火訓練 ☐ 避難訓練 ☐ 既設 ☐ 119番通報 ☐ 総合訓練（火災を想定し、消火・避難・避難を連携して行う訓練） ☐ 中点想定 ☐ 両端想定			
		☐ 防災管理 ②防災発生等に係る避難経路：防火安全責任者等による			
	実施事項	注意事項を記入してください。			
		管 用 期 ☐ E 型 ☐ ☐ 水消滅式（本） 目標的（個） 使用期間 年 月 日 ～ 年 月 日			
合計時間	訓練所要時間を記入してください。				
分掌分担					
分掌分担					

備考【重要】自主訓練等により119番通報を実施する場合は、実施5分前に連絡先へ連絡をお願いします。（「消防指令センター」0126-22-7445）

【重要】避難訓練時、「火災」ではなく、「消防出動」であることを必ず伝えてください。

【重要】DVD・記録器具の活用に関して、研修の注意事項を参照してください。

※この欄は、実行時に印刷用紙で使用する予定です。

まずは、建物内の消防用設備等を確認しよう

該当する設備はいくつありますか？

火災を覚知する設備、建物内に情報伝達する設備

			
名称	非常警報設備	自動火災報知設備	放送設備
用途	建物内で火災や災害が発生した際に、ボタンを押し、関係者や利用者に警報を発します。	建物内で火災や災害が発生した際に、自動で関係者や利用者に警報を発します。	火災や地震などの災害時に、音声や肉声を用いて状況を知らせ、避難を促します。

消火するための設備

			
名称	消火器	屋内消火栓	スプリンクラー
用途	火災の初期において、安全かつ確実に消火することができます。	火災の初期消火や消火器では消火できない規模の火災時に使用します。	建物内の天井に設置されており、熱を感知してヘッドから水を散水します。

119番通報するための設備

	
名称	火災通報装置
用途	事前に登録した音声で、消防機関に素早く通報します。

避難するための設備

	
名称	誘導灯
用途	災害や停電などの非常時に、避難口や避難方向を示すものです。

覚知訓練・情報伝達訓練（部分訓練）

火災を覚知してからの動きや建物内に情報を伝達するまでの方法を身につけましょう

STEP

1

火災発見(覚知)時の対応を確認

直接火災を発見した場合の対応や、自動火災報知設備が作動した場合の対応方法を確認しましょう。

従業員等が直接火災を発見した場合

① 火災発生



② 火災を発見
大声で周知します



③ 非常警報設備がある場合や、自動火災報知設備発信機がある場合は、ボタンを押して建物内にベルで知らせます

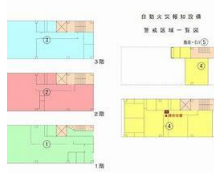


自動火災報知設備により火災を覚知した場合

① 受信機で火災場所のエリアを確認します



② 警戒区域図と照合し
場所の詳細を確認します



動画はこちら↓



東京消防庁より引用

STEP

2

広い建物の場合の情報伝達

建物のなかにいる人に、放送設備を使用して ①どこで火災が発生したのか ②避難誘導の方法などを周知しましょう。

非常放送設備による情報伝達

① 非常起動ボタンを押してから
放送階を選択し放送します



動画はこちら↓



東京消防庁より引用

消火訓練（部分訓練）

消火器や屋内消火栓設備などを使った消火方法、スプリンクラー設備の知識を身につけましょう

STEP

1

消火器の取扱手順を確認

基本的な操作方法や注意点を確認しましょう。

消火器の操作方法

消火器に表示されている操作方法を確認



① 黄色の栓を上引き抜きます



② ホースを外し先端を握ります



③ レバーを握り火元に放射します



動画はこちら↓



東京消防庁より引用

STEP

2

屋内消火栓設備の取扱手順を確認

基本的な操作方法や注意点を確認しましょう。

屋内消火栓の操作方法

屋内消火栓箱に表示されている操作方法を確認



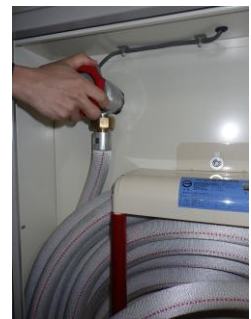
① 操作方法表示板 ※型式によって操作が異なります



② ノズルを取り出しホースを延ばします



③ バルブを開けて火元に放水します



屋内消火栓ってなに？

動画はこちら↓



東京消防庁より引用

2人で操作する消火栓

動画はこちら↓



東京消防庁より引用

1人で操作する消火栓

動画はこちら↓



東京消防庁より引用

消火訓練（部分訓練）

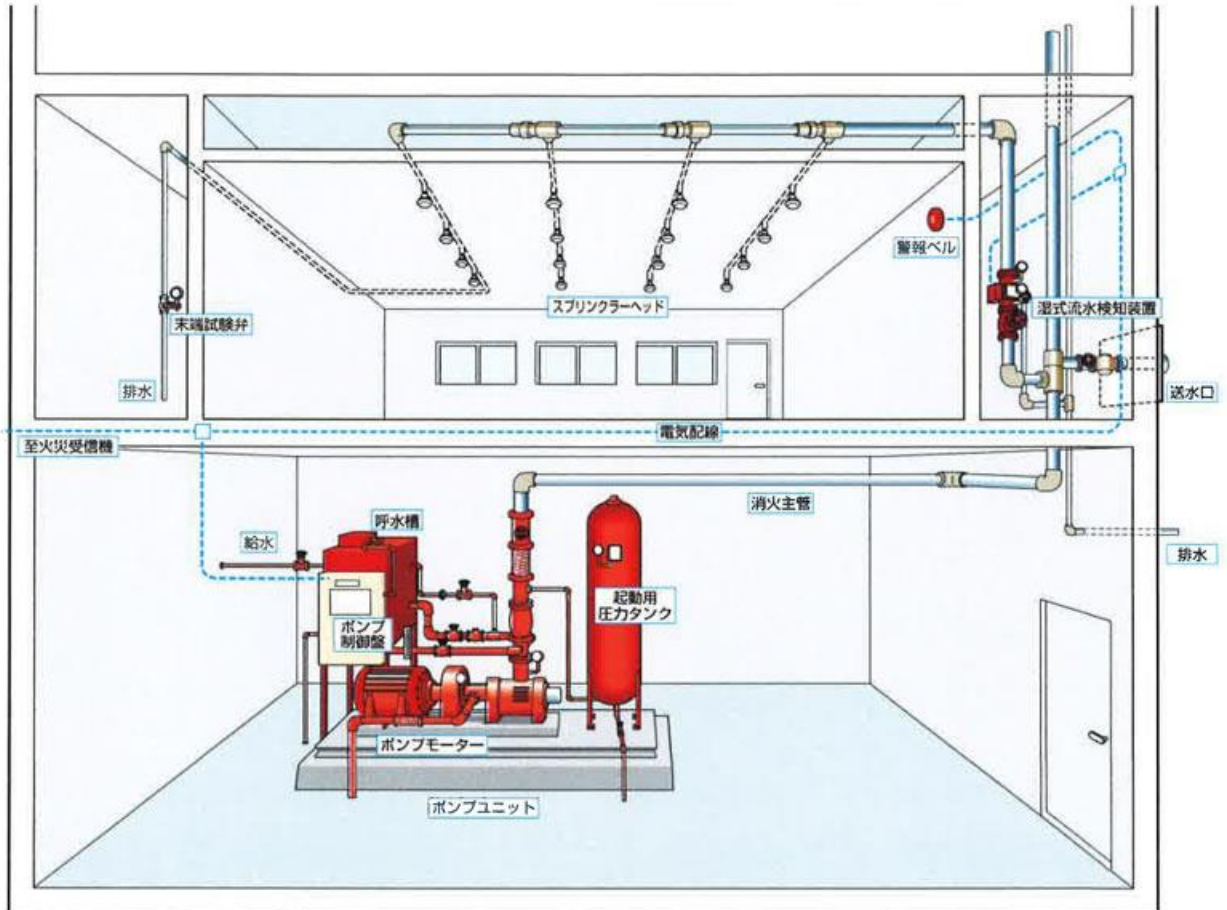
消火器や屋内消火栓設備などを使った消火方法、スプリンクラー設備の知識を身につけましょう

STEP

3

スプリンクラー設備の確認

基本的な構成を確認しましょう。



- スプリンクラー設備は、天井や屋根下に設置されたスプリンクラーヘッドにより、火災の感知から放水までを自動的に行う消火設備です。

動画はこちら↓



東京消防庁より引用

通報訓練（部分訓練）

消防機関への通報を実施するまでの方法を身につけましょう

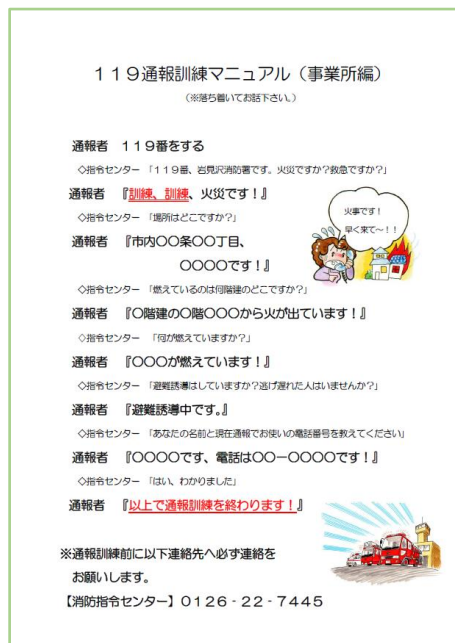
STEP

1

通報訓練の実施

「通報者役」と「消防役」に分かれて訓練を実施してみましょう。

119番通報要領



- 119番通報マニュアルは、岩見沢消防署ホームページからダウンロードすることができます。

（ホテル・旅館編）

（学校編）

（事業所編）

（病院編）

（福祉施設編）

岩見沢消防署

検索

STEP

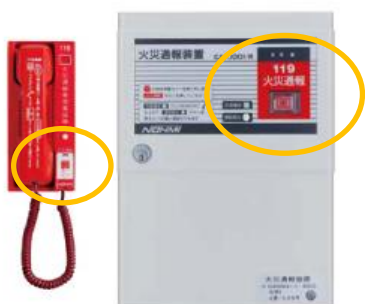
2

火災通報装置の取扱手順を確認

基本的な操作方法や注意点を確認しましょう。

火災通報装置での119番通報要領

- ① 火災通報装置又は火災通報専用電話機の「火災通報ボタン」を押すと自動で通報されます。
※自動火災報知設備と連動しているものもあります。
※訓練時は、必ずカバーを外してからボタンを押してください。
- ② 録音メッセージが消防機関に通報されます。
- ③ 消防機関からの折り返しに応答します。
(対応が可能であれば)



動画はこちら↓



東京消防庁より引用

避難訓練（部分訓練）

火災が発生した場合の避難方法と避難誘導の要領を身につけましょう

STEP

1

避難経路や避難方法を確認

避難経路を確認し、避難時の注意点について確認しましょう。

① 出火室のドアは必ず閉鎖します。



② 建物の避難経路及び誘導灯を確認します。

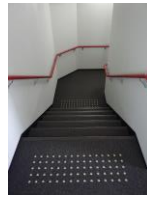


通路誘導灯（避難方向がわかる）

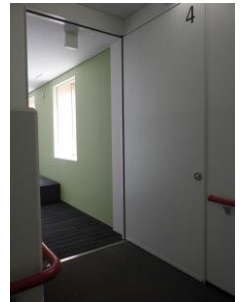


避難口誘導灯（避難口がわかる）

③ エレベーターを使わず、必ず階段を使いましょう。



④ 防火戸やシャッターは煙の流入や延焼拡大を防ぐ役割を果たします。（防火区画の形成）有効に閉鎖されるよう物品などがいないか確認します。



動画はこちら↓



東京消防庁より引用

STEP

2

避難器具の位置を確認

建物内のどこに設置されているか、また、その種類を確認しましょう。

救助袋



緩降機



避難はしご



動画はこちら↓



東京消防庁より引用

避難訓練（部分訓練）

火災が発生した場合の避難方法と避難誘導の要領を身につけましょう

STEP

3

避難誘導方法の確認

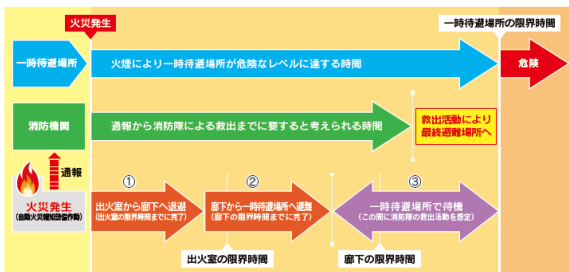
夜間想定訓練等における避難誘導方法を確認しましょう。
外国人来訪者等に配慮した避難誘導方法を確認しましょう。

『自力避難困難な者が利用する施設における一時待避場所への水平避難マニュアル』

- 自力避難が困難な方が利用する社会福祉施設や有床診療所等では、夜間等に火災が発生した場合には、限られた職員数のなかで対応を行うこととなります。初期消火・通報・避難誘導を円滑に行うために、一時待避場所を考慮した避難訓練を検討しましょう。

「一時待避場所」を活用した避難方法のイメージ

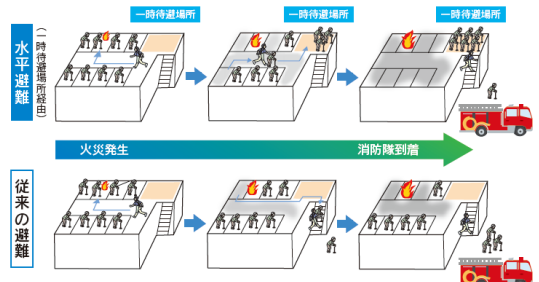
- ① 火災室が危険な状況になる前に、火災室から退避する。退避後は火災室の戸を閉鎖する。
- ② 廊下が危険な状況になるまでに、廊下をとおって、一時待避場所へ水平的に避難する。待避中は廊下と一時待避場所の間の戸は閉鎖し、消防隊が到着するまで待機する。
- ③ 一時待避場所が危険な状況になるまでに、安全な場所へ避難する。



従来の避難方法との違い

一時待避場所の要件のイメージ

- ① 通報から消防隊による救出までの間、危険な状態にならないこと
- ② 消防隊による救出作業が困難な場所でないこと（「進入の容易さ」「活動のしやすさ」を考慮）
- ③ 外部との連絡が可能であること。



『外国人来訪者や障害者等が利用する施設における災害情報の伝達と避難誘導』

- 外国人来訪者や障害を持つ方々などが、火災や地震時において円滑に屋外に避難できるよう、配慮した効果的な避難誘導等が必要になるケースがありますので、実態に即した避難訓練を検討しましょう。

多言語化・視覚化に有効なツールを活用しましょう。

デジタルサイネージ

多言語対応のデジタルサイネージは、火災発生時の避難誘導に有効なツールです。多言語対応のデジタルサイネージは、火災発生時の避難誘導に有効なツールです。

フリップボード

多言語対応のフリップボードは、火災発生時の避難誘導に有効なツールです。多言語対応のフリップボードは、火災発生時の避難誘導に有効なツールです。

翻訳（対訳）機能付き拡声器

多言語対応の翻訳機能付き拡声器は、火災発生時の避難誘導に有効なツールです。多言語対応の翻訳機能付き拡声器は、火災発生時の避難誘導に有効なツールです。

タブレット・スマートフォンアプリ

多言語対応のタブレット・スマートフォンアプリは、火災発生時の避難誘導に有効なツールです。多言語対応のタブレット・スマートフォンアプリは、火災発生時の避難誘導に有効なツールです。

光警報装置

多言語対応の光警報装置は、火災発生時の避難誘導に有効なツールです。多言語対応の光警報装置は、火災発生時の避難誘導に有効なツールです。

非常用の放送設備

多言語対応の非常用の放送設備は、火災発生時の避難誘導に有効なツールです。多言語対応の非常用の放送設備は、火災発生時の避難誘導に有効なツールです。

総務省消防庁

検索

自衛消防訓練 理解度チェックシート

氏名

部分訓練マニュアルの記載内容、動画で理解した項目

	☐ 建物内の消防用設備等の把握
設備の有無	火災を発見（覚知）したときの動きと情報伝達方法
	☐ 直接火災を発見したときの対応
☐ 有 ☐ 無	☐ 自動火災報知設備が作動したときの対応
	☐ 情報伝達手段（電話、無線など）と非常放送設備の取扱方法
設備の有無	消火器や屋内消火栓の操作方法と注意点、スプリンクラーの構成
☐ 有 ☐ 無	☐ 消火器の操作方法と注意点
☐ 有 ☐ 無	☐ 屋内消火栓の操作方法と注意点
☐ 有 ☐ 無	☐ スプリンクラーの基本的構成の理解
設備の有無	119番通報
	☐ 電話を使用した119番通報要領
☐ 有 ☐ 無	☐ 火災通報装置で119番通報する場合の使用方法
設備の有無	避難方法と避難誘導
☐ 有 ☐ 無	☐ 誘導灯、防火戸等の理解
☐ 有 ☐ 無	☐ 避難器具の設置位置と種類の把握

（理解した項目にチェック）

※ このシートは、消防署への提出は必要ありません。

総合訓練

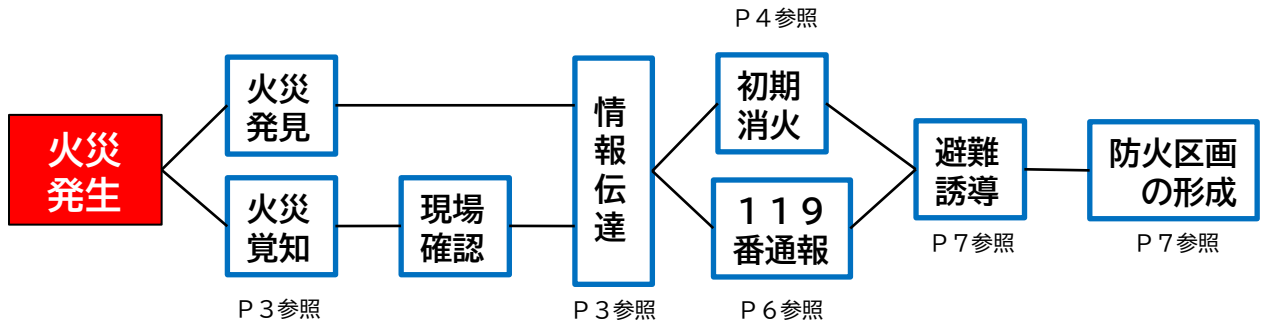
一連の流れのイメージ作りをした後、訓練を実施しましょう

STEP

1

事前準備(一連の流れのイメージ作り)

総合訓練は、これまでの部分訓練で説明した内容をつなぎ合わせ、動きを入れながら行う一連の流れとなります。事前に、つなぎ合わせる部分のイメージ作りをしましょう。



①火災が発生した場所で活動する人 ②事務所（警備室）で活動する人とで場所が分かれるケースがほとんどです。任務分担をし、相互に連絡を取りながら連携して活動しなければなりません。

STEP

2

事前準備(図面の用意、シナリオの作成)

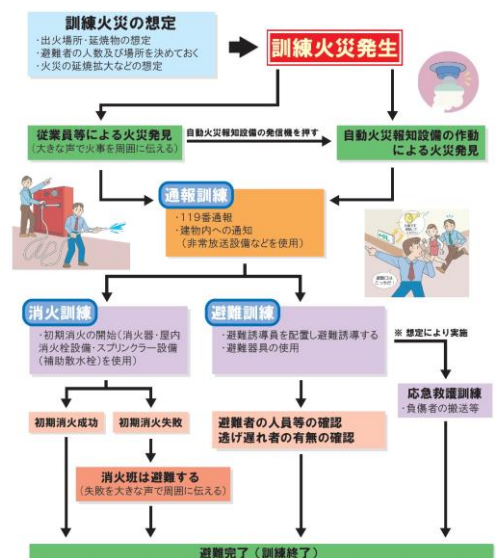
建物の図面を用意し、「訓練想定図面」を作成しましょう。

※図面がない場合は、手書きによる簡易的な図面でも構いません。

図面（例）



シナリオ（例）



※あなたの事業所の建物規模及び用途に応じて訓練内容を考えましょう。

STEP

3

訓練実施

火災を想定し、覚知・消火・通報・避難を連携して行う訓練を実施しましょう。

自衛消防訓練実施結果記録書の活用

- 実施した訓練内容等を記録書に記録してください。
- 立入検査時に確認させていただく場合があります。

自衛消防訓練実施結果記録書	
実施日時	年 月 日 時 分 から 時 分 まで
消防職員の派遣	☐ 有 ☐ 無
訓練項目	☐ 総合訓練（日中想定・夜間想定）
	☐ 大規模地震想定訓練
	☐ 部分訓練
	☐ 覚知訓練
	☐ 情報伝達訓練
	☐ 消火訓練
	☐ 通報訓練
	☐ 避難訓練
訓練参加者	名
訓練のようす	見かった点や次回以降の改善点などを記載してください

※ この記録書は、消防署への提出は必要ありません。
※ この記録書は、記録した日から3年間保存しておいてください。

- 実施結果記録書は、岩見沢消防署ホームページからダウンロードすることができます。

岩見沢消防署

検索

防火管理体制を充実・強化するために

訓練の「振り返り」

- 訓練実施後、防火管理者を中心に今後の課題や改善点を実施結果記録書に記録し、次回以降の訓練に取り入れることで、防火管理体制を強化していくことが大切です。

訓練の「繰り返し」

- 自衛消防訓練の定期的な実施は、消防法令上義務付けられています。
- 本マニュアルを最大限活用していただき、繰り返し訓練を行い、防火管理体制の充実化を目指しましょう。

