

## ■ 手順 4 ■ 分かりやすく見やすいマニュアルの工夫

マニュアルは、地域に、協力してほしい活動内容を伝える重要なツールです。地域に伝わらず災害時にバラバラに活動してはせっかくマニュアルを作った意味がなくなってしまいます。

分かり易く伝えるイメージしやすいように伝えるためには、テクニックが必要です。マニュアルをおおざっぱなレイアウトを考えたら、見やすく分かり易い表現で原稿内容を書き出していきます。

### マニュアルの構成

論理的で分かりやすい構造  
【時系列やカテゴリーでうまく整理されている】



#### テクニック 1

正確・簡潔で分かりやすい表題、項目名  
【短く具体的に表現する】

#### テクニック 2

効果的なデザイン・レイアウト・カラー配色  
【ナンバリング フォントの強弱と大きさ、カラー】

#### テクニック 3

文章の図式化  
【チャートや構造図等の図解思考で情報を整理】

#### テクニック 4

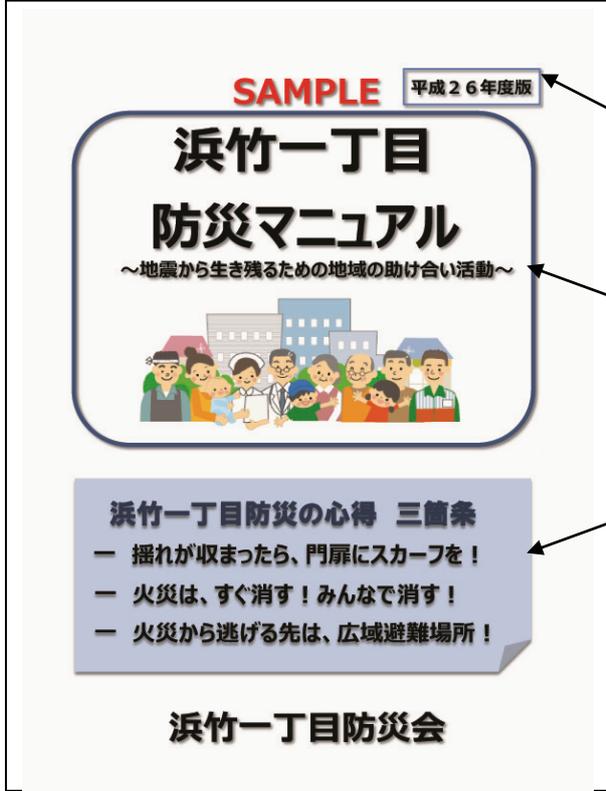
イメージは、言葉ではなく写真やイラストで  
【視覚的表現で、見やすく理解りやすくなる】

#### 《わかりにくいマニュアルの共通点》

- ・何が言いたいかわからない
- ・難しい用語が多く、意味が分からない
- ・情報量が多すぎて、ポイントがわからない
- ・具体的な実施方法や活動手順があいまい

# テクニック 1 簡潔な表現

サンプル事例 表紙～P1



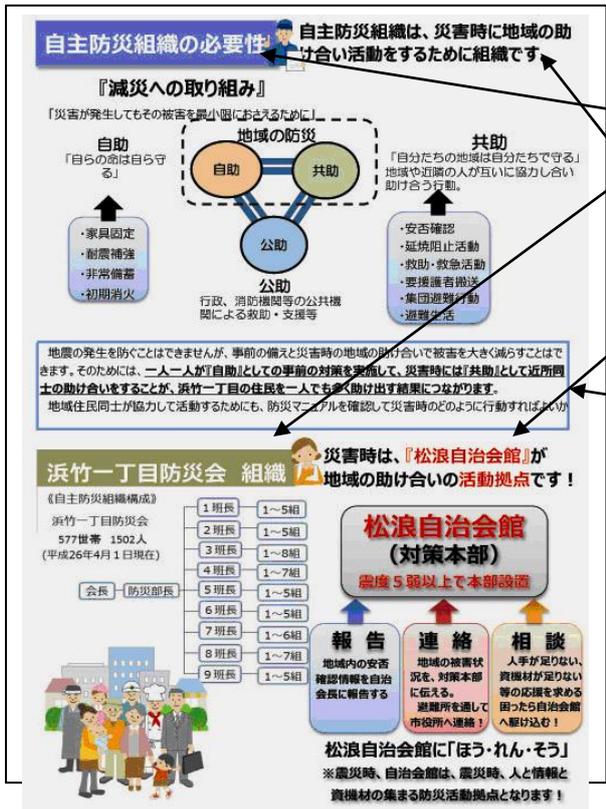
**ここが POINT**

タイトル、活動方針、項目等の大見出し、小見出しは短いフレーズにまとめる  
文章もできるだけシンプルにフレーズを短くする。

【年度】  
マニュアル作成後の検証・見直しも考慮して、年度が分かるとよい。

【活動方針】  
「地域の助け合い活動」

【活動要点 三箇条】  
中身を見るまでもなく活動の要点をシンプルにあげる



【大項目】  
できるだけワンフレーズ  
SIMPLE IS BEST

【小項目】  
趣旨を短いフレーズで表現

【説明文】  
懲りすぎず、要点を書く。  
長すぎる文字情報は、ただのノイズ

## テクニック2 効果的なデザイン・レイアウト・カラー配色

ナンバリングフォントの強弱と大きさ、カラーの使い分け

フォントの強弱とフォントの大きさ

大項目 1

小項目 1

説明文 1

ここが POINT

大項目 > 小項目 > 説明文の順に目立たせる

【目立つためには・・・】

- ・文字の大きさを**大きく**する
- ・**太字**の書体にする
- ・文字色を**目立つ配色**にする

### 備蓄(7日間分) 避難生活は在宅避難が基本 自宅で生活するための備蓄を!

避難所での生活は、ストレスのたまる共同生活。備蓄をして自宅で避難生活を!  
在宅避難のための備蓄は、各家庭で**1週間程度の備蓄**をしましょう!

避難所に避難する理由  
ライフラインの停止が理由の大半  
(ガス・水道・電気が使えない状態)

自宅での避難生活をするために重要な項目  
**水・食料・ガス・トイレ**

ライフラインが停止しても生活できる備えをしましょう

### 水+食料+熱源(ガス) 非常備蓄必須3点セット

<b>水</b>  飲料水として1人1日1ℓの水が必要 調理用にも使用する水も含めると3リットル程度あれば安心です。3ℓ×7日=21ℓ	<b>ワンポイントアドバイス</b> 高齢者や乳幼児、アレルギー-疾患の方への配慮
<b>食料</b>  2kgの米袋+水+熱源があれば、約27食分になります。(1食=0.5合=75g) 感ず日は、調理不要なものを選ぶと便利	介護食や離乳食、アレルギーの出ない食事を備えておくことをお勧めします
<b>熱源</b>  熱源は、食糧を温めたり簡単な調理に必要ですボンベも忘れずに!	

### トイレ(便袋) 震災時は、水を使わない便袋を活用

震災時は、断水したり、下水道が使えず水洗トイレは使用できません。自宅のトイレに便袋を掛けて、使用しましょう!

『汚物の入った袋の処理方法』  
汚物の入った袋は、震災後にゴミ収集車が再開したら、燃えるゴミとして捨てることができます。匂いが漏れないように口を閉じて保管しておきましょう(汚物は平常時はゴミとして捨てられません)

### 4人家族、7日間分の備蓄

- 食事は1日3食、7日間で84食(一人21食)
- お米は1人1食75グラム、84食で約6kg
- ※84食分をすべて備蓄するのではなく、「米びつの米を活用」
- 米は主食であり、貴重な炭水化物
- 調理はカセット式コンロ(予備ボンベ12本)
- トイレは1日5回使用として、140回分必要

### 長期備蓄の秘密アイテム

#### 炊飯器を使わない米の炊き方 炊飯袋

お米約150gとお水を袋に詰め、20分間沸騰させるだけでご飯が炊き上がります。



## テクニック3 文章の図式化

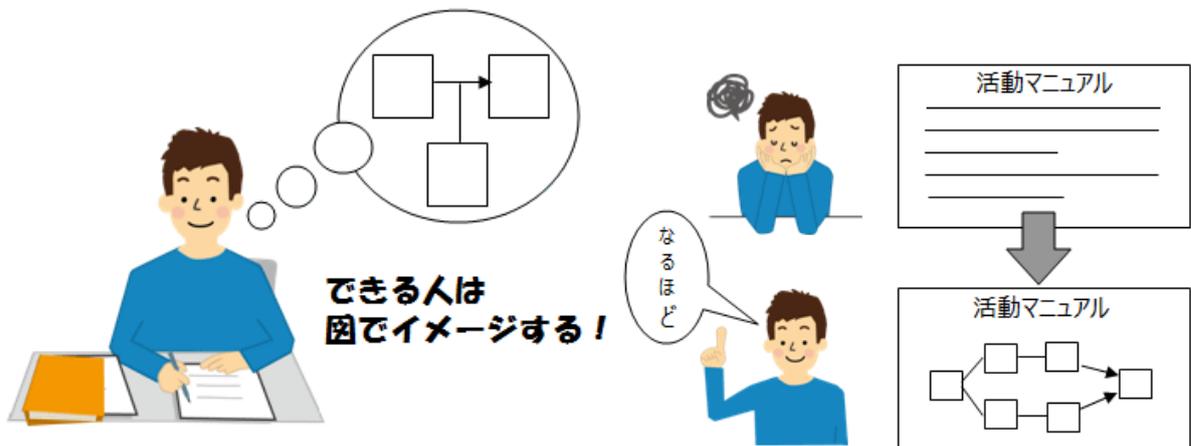
### イメージを伝えるには「図式化」が効果的

文字だけのマニュアルだと、それだけで内容を理解するのに時間を要し、嫌煙されがちなマニュアルになりかねません。

そのような場合は、文章を四角と矢印で整理し、図式化することで一目でわかる「絵」として、見れるようになります。このような作業を、文章の図式化といいます。

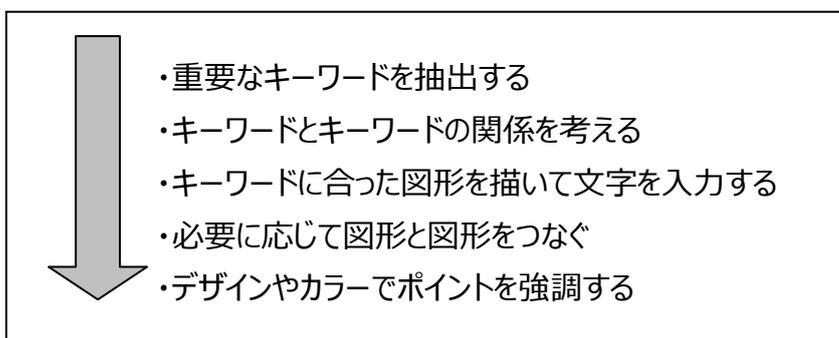
組織図や、活動手順、その他いろいろなもの簡単に図式化できます。マニュアルを作成する際に、メンバー同士で分かり易い図の表現について案を出し合ってみましょう。

また、図で書くことにより、頭の中で情報が整理され、論理的に物事を考えられるようになります。これを「図解思考」といいます。



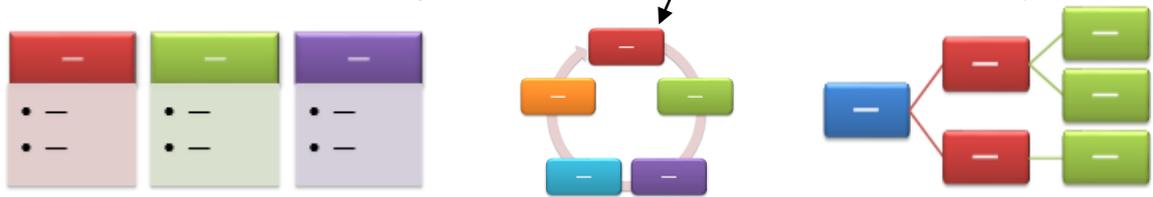
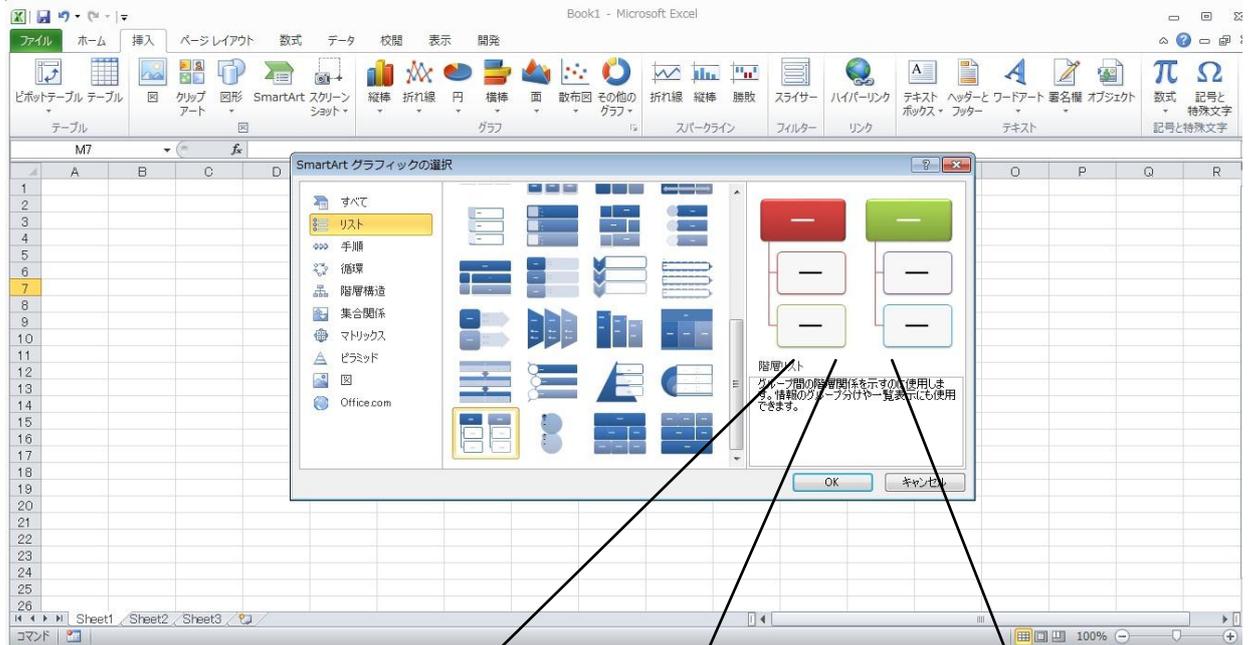
### チャート化（図解）の手順

文章だけだと複雑で分かりにくい表現を、図形と矢印で図式化することで分かりやすくなる。



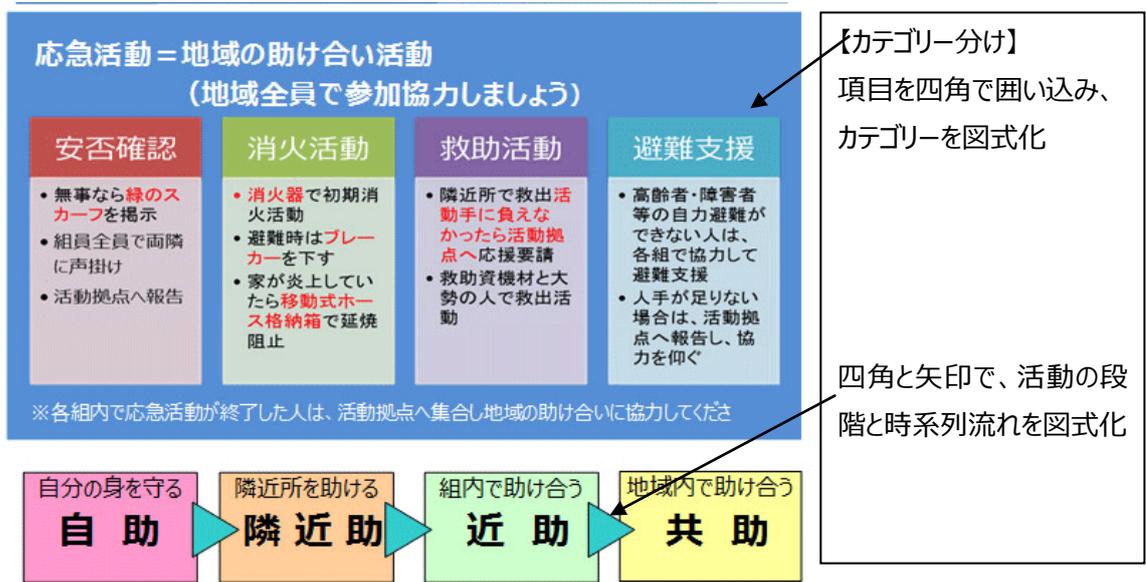
# 図解で表現するとき便利な機能 Excel 「Smart Art」

「挿入」タブの「Smart Art」をクリック



いろいろな図解のフォーマットを選べる

## サンプル事例 応急活動



## テクニック4 イメージは、言葉ではなく写真やイラストで

活動内容を伝える場合や項目を表示する際に、イラストや写真、地図等で表現するとイメージが伝えやすく見栄えの良いマニュアルになります。

イラストの入手の方法は、大きく2種類。「有料のイラスト素材」か、「無料のイラスト素材」に分かれます。テキストでは、フリーのイラスト素材のホームページをいくつかご紹介します。

※無料のイラスト素材についても著作権は作成者側にあります。利用規約等を確認したうえで、イラストの作者に迷惑がかかわらないように素材を活用しましょう。

《フリー素材集サイト》 サイト名を検索してください

### サイト名『いらすとや: 無料イラスト かわいいフリー素材集』



### サイト名『こどもや赤ちゃんのイラストわんぱぐ』



検索サイトで「イラスト」「防災」等のキーワードで、色々な素材を探してみましょう。

## 《えぼし麻呂イラスト》

市の公式キャラクター「えぼし麻呂」のイラストも市のホームページからダウンロードして使用することができます。市のホームページのサイト内検索に「えぼし麻呂イラスト」と入力し検索するとイラストのページが見つかります。



# サンプル事例 防災マップ

**【活動の流れ】**

- ① 自宅  
(身の安全を守る)
- ↓
- ② 一時避難場所  
※津波一時避難場所  
(安否確認)
- ↓
- ③ 隣近所で助け合い  
(資機材は防災倉庫)
- ↓
- ④ 自治会館に報告  
(安否報告・応援要請)
- ↓
- ⑤ 避難誘導  
(まずは広域避難場所)
- ↓
- ⑥ 避難生活  
(住七避難が基本)

**浜竹一丁目防災マップ**

**《凡例》**

- 自治会館
- 防災備蓄倉庫
- 一時避難場所
- 津波一時避難場所
- 街頭消火器
- 消火栓
- ホース格納箱

<p><b>自治会倉庫(松浪自治会館)</b></p> <p>《本部活動用》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・テント一式</li> <li>・防災用シー×1</li> <li>・ござ×2</li> <li>・トランシーバー×8</li> <li>・救急箱×1</li> </ul> <p>《搬送用》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ハンド型メガホン×1</li> <li>・移動用拡声器×1</li> <li>・マイク(有線)×2</li> </ul> <p>《その他》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・携帯トイレセット×100</li> <li>・アルミバケツ(蓋付)</li> <li>・保冷ポット</li> </ul>	<p><b>防災倉庫(松浪自治会館)</b></p> <p>《救助活動用》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・スコップ×3</li> <li>・バール×3</li> <li>・ジャッキ×1</li> <li>・鉄切りバサミ×1</li> <li>・ロープ×1</li> <li>・防災シート×3</li> </ul> <p>《その他》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ハンマー×2</li> <li>・ノコギリ×1</li> <li>・金づち×3</li> <li>・クワ×2</li> <li>・ヘルメット×29</li> </ul>	<p><b>防災倉庫(三角広場)</b></p> <p>《救助活動用》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・金デコ×1</li> <li>・スコップ×1</li> <li>・バール×3</li> <li>・鉄切りバサミ×1</li> <li>・ロープ×1</li> <li>・ノコギリ×1</li> <li>・金づち×2</li> </ul> <p>《その他》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ガソリン缶</li> <li>・電光ドラム</li> <li>・ハロゲン投光器</li> <li>・マルチスタンド</li> <li>・マルチテント(付)×4</li> <li>・家庭用簡易トイレセット</li> <li>・炊出し用かまどセット×1</li> <li>・ガスバーナー×1</li> </ul>
--	---	---

活動の流れ

防災マップ

防災資器材リスト

## ここが POINT

防災マップなどの全体図は見開きページに割り当て大きく表現すると見やすい。また、地域に活動してほしい活動の流れや防災倉庫の中身から消火栓、街頭消火器等の防災情報をセットで載せると活動のイメージが湧く。