

## SNSショート動画で自助・共助をみんなに広める挑戦!

株式会社百年防災社 代表取締役会長 飯尾慶介 / 代表取締役社長 葛西優香

### 会社設立背景と現在の活動内容

2016年4月の熊本地震の際に、避難所での生活を余儀なくされている方々が、少しでもストレスが和らぐようにという思いで避難所生活のノウハウ動画をSNSを活用して発信している様子を、私は大変感銘を受けました。

そして、日本人が過去の自然災害から学んできた防災・災害対策の叢智の一部だけでも動画化し、SNSを活用すれば、誰でも何度でも学べるようになり、その結果少しでも救える命もあるのではと考えるようになりました。

更には、動作による表現がメインとなる動画を活用することで、日本人だけでなく、日本に住む外国籍の方々、そして世界中の方々にも防災・災害対策を伝えることができ、世界中に少しでも貢献できるのではと考えました。

一方で、SNSは誤情報も伝わりやすいという大きな欠点を持っており、命に関わる防災の知識を広めるには、防災・災害の専門知識が欠かせないという思いも強く持ちました。

2020年3月、地域防災コミュニティの支援を手掛けながら法政大学大学院で地域防災を研究していた(※2021年8月現在、東京大学大学院情報学環・学際情報学府社会情報学専攻修士課程)葛西と出会い、葛西がとても大切にしている『共助』についての考え方に共感し、地域の特性や歴史・経験から防災を学び、コミュニティFMや防災イベント、SNSなどあらゆる手段を活用して、自助・共助を世界中に広めることを目的に、2020年4月に株式会社百年防災社を設立しました。

会社名の「百年」には、「日本の地域の特性や歴史から真摯に学び続け、地域を大切にし共に備えておくことで、次の百年へつなげていく。」という想いを込めました。

また経営理念を「みんなで、生き延びるんだ。」とし、「自助」「共助」を広めるべく、コミュニティFMの防災番組パーソナリティ、行政制作の防災動画のナレーション、地域防災コミュニティ運営のサポート、防災イベン

トの企画・運営、地区防災計画作成の推進などの活動を行っています。

### SNSを活用した自助・共助啓蒙動画メディア

そして2021年7月7日、動画SNSプラットフォームの「YouTube」を活用した「みんなで生き延びるんだチャンネル【百年防災社】」を開設しました。

気候変動による災害被害が多くなっている昨今、自分やまわりの命を守るための防災知識の必要性が高まっています。また、日本の少子高齢化に伴い、日本で働く外国籍の方々が増加している中、地震や台風などの災害を経験したことのない方々の防災知識の共有も不可欠な状況となっています。

そこで、「YouTube」を活用することで、防災知識がより身近になり、日本人だけでなく、日本に住む外国人の方々にも、万が一の災害時に、自分の身を守る術を身につけてもらうことを目的としています。

「みんなで生き延びるんだチャンネル【百年防災社】」の動画制作は、フォロワー数約43万人のTikTokやフォロワー数約24万人のInstagramやチャンネル登録者数約4万人のYouTubeなど数多くのSNS用短尺動画運用実績を持つ株式会社soeasyと提携することで、

2022年内に合計10万人のフォロワー数を目指します。

まずは、日本語、やさしい日本語、インドネシア語、英語で、防災・災害対策に関する動画コンテンツを配信し、将来的には、対応言語や防災・災害対策動画コンテンツを増やしていきたいと考えています。

### 株式会社百年防災社としての未来

株式会社百年防災社は、SNS用短尺動画だけでなく、地域ごとの特性に応じた防災・災害対策が学べるコンテンツ制作や、地域ごとの特性に応じた地区防災計画の制作支援等、「自助・共助」を広める活動を行っていきたくと考えています。

株式会社百年防災社が成し遂げたい目標と現状の活動内容にはまだ大きな乖離がありますが、人の繋がりのご縁で防災イベントの企画運営に携わらせていただいたり、少しずつ前進し始めています。

今回も、私たちの活動に気づいてくださり、寄稿文を書かせていただく機会を得られたことに大変感謝しております。

これからも人のご縁に感謝し、地道に「自助」「共助」の大切さを伝える活動を続けていきます。

ご指導ご鞭撻の程、何卒よろしくお願い致します。

日本語



災害時の対応

〇〇で代用!  
麻婆豆腐の作り方

豆腐の代わりに〇〇! 麻婆豆腐の作り方!

▶ <https://youtu.be/KwOM9skigml>

長期保存できる食品を使ったレシピ紹介動画

【撮影時の工夫点】豆腐の代わりに高野豆腐を使うのがポイントです。長期保存できるものを使い、ご家庭で特別に用意するものなく、実践できることを心がけました。

やさしいにほんご

さいがい たいおう  
災害 対応

さいがいじ  
災害時に使える!  
さらづく  
〇〇でお皿作り!

災害時(さいがいじ)につかえる! 〇〇でかんたんお皿(さら)づくり!

▶ [https://youtu.be/E\\_NuVXpz6FQ](https://youtu.be/E_NuVXpz6FQ)

被災後、お皿が使えない時にペットボトルをお皿に代用する方法の紹介動画

【撮影時の工夫点】身近なものを使って作りました。洗う際の水を節約するためにラップを被せて使い、洗わなくても繰り返し使えるようにするところがポイントです。

英語



In case of Emergency

Cook w/ a bag?!  
Rice quick & easy

Put in a bag?! How to cook rice quick and easy!!

▶ <https://youtu.be/G3SXf5g-ULU>

在宅避難の時にできる基本のご飯作り動画

【撮影時の工夫点】災害時の料理に便利なポリ袋を活用しました。家にあるものを使ったのでどの家庭でも実践できることを想定して撮影しました。

インドネシア語



Siaga Bencana

Tips Resep Masak  
Saat Mengungsi

Tips Resep Masak Saat Mengungsi!

▶ <https://youtu.be/6UPrSqLeGGs>

電気が止まってしまい、冷蔵庫の中身が傷む前の消費レシピ

【撮影時の工夫点】災害時に役立つポリ袋を使って調理しました。洗い物を減らす為にまな板を牛乳パックで代用し、湯煎で使ったポリ袋をお茶碗に被せて使いました。