

支援の国際基準スフィアを 『正しく』理解する ～被災者中心の支援とは～



静岡県防災学講座
2026年5月16日

講師：五十嵐豪 (CWS Japan)

五十嵐 豪 (いがらし こう)



認定NPO法人 CWS Japan / ディレクター

人道支援や防災事業など海外事業全般の統括。これまで東日本大震災や熊本地震、パキスタン洪水、フィリピン台風、ハイチ大地震など国内外の多くの災害支援や、アフガニスタンやシリア、ソマリア、南スーダンからの難民支援に従事した。

スフィアやCHSなど複数の「人道支援の国際基準」のトレーナー資格を有し、国内外での研修や講演を通じて業界全体の人道支援の質の向上と人材の育成に関わる。支援の質と説明責任向上ネットワーク(JQAN)副代表。



- 1946年に設立された米国に本部を置く国際NGO
- 1946年から1952年までララ物資配給を通じて、第二次世界大戦直後の日本の復興を支援
- 現在の日本事務所は2011年に設立
- 日本事務所は、主に日本およびアジア太平洋地域（フィリピン、インドネシア、ベトナム、タイ、ミャンマー、カンボジア、パキスタン、アフガニスタン等）における災害対応や防災事業を実施



本講演の到達目標：

以下を学び、理解すること

- スフィアの基本理念
- スフィア基準の構成要素
- ハンドブックの正しい使い方



「スフィア基準」とは何か？



Sphere

「スフィア」

「スフィア・プロジェクト」

「スフィア・ハンドブック」

「スフィア基準」

「最低基準」



避難所運営等 避難生活支援のための ガイドライン (内閣府)

平成28年作成
(令和6年改訂)

3ページ目

■前提となる事項の理解 ～「質の向上」の考え方～

避難所は、あくまでも災害で住む家を失った被災者等が一時的に生活を送る場所です。公費や支援を得ての生活であることから「質の向上」という言葉を使うと「質ではないか」というような趣旨の指摘を受けることもあります。しかし、ここでいう「質の向上」とは「人がどれだけ人間らしい生活や自分らしい生活を送ることができているか」という「質」を問うものであり、個人の収入や財産を基に算出される「生活水準」とは全く異なる考え方であるため、「質」という批判は当たりません。

本ガイドラインは、避難所において「避難者の健康が維持されること」を目標に、その質の向上を目指すものです。しかし、発災直後の初動期においては、いくら平時から備えてきたとしても、避難者の健康に配慮した支援が最初から実現するとは限りません。時系列に避難所環境の改善を目指すのであれば、避難者の健康を維持することはできません。避難所生活が長期化するほど、健康への負担は増大し、避難者の心身に悪影響を及ぼし、その後の生活再建を大きく阻害する要因となりかねません。段階的かつ確実に、「質の向上」を目指すことは、避難所の運営のための支援・調整を担う市町村の責務といえるでしょう。

東日本大震災後は、海外から多くの支援者が訪れました。我が国の応急・復旧の迅速さに称賛する声があった一方で、避難所の生活環境については、国際的な難民支援基準を下回るという指摘があったことは重く受け止めなければなりません。阪神・淡路大震災以降、避難所の確保については、一定の進展が見られたと評価できますが、次の目標は、その「質の向上」です。

■スフィアプロジェクト

被災者にとって「正しい」支援とは被災者が安定した状況で、尊厳をもって生存し、回復するために、あるべき人道対応・実現すべき状況とはどのようなものか。この国際的なプロジェクトでは「人道憲章の枠組みに基づき、生命を守るための主要な分野における最低限満たされるべき基準」を「スフィア・ハンドブック」(支援の質とアカウンタビリティ(JQAN)発行)にまとめています。今後の我が国の「避難所の質の向上」を考えるときの指標となる国際基準となります。

■本ガイドラインの位置づけ

本ガイドラインは、東日本大震災の教訓を受けて策定された「避難所における良好な生活環境の確保に向けた取組指針」に記載された事項を、市町村業務に落とし込みやすい形として、具体的に説明するものです。市町村災害対策(本部)の業務の中で、避難所の指定から解消まで、具体的な対策や準備を行う際に役立ててもらいたいことを目的としています。

「スフィア基準」を正しく理解しよう

その1：避難所運営だけではない

最も広く認知された国際基準

- 国際社会での合意：国際人権法、国際人道法など国際的に合意された法的文書を踏まえ、人道支援の計画、管理、実施に携わる世界中の支援者向けにまとめられている。
- 人道支援に関する主要文書としての認知：支援における調整・補完の仕組みを支える「共通言語」。最新版は25言語、世界中の支援者に参照されている「実用書」。
- 科学的根拠と経験知：人道支援の実践に関わってきた多方面の専門性を持った人々が持ち寄った現場での実績・学びに基づいて作られた定質的基準。世界中の受益者・支援者の声を集めて、改訂を重ねている。

2026年

世界の85%の人道支援活動において
参照されている

(スフィア事務局調べ)

スフィアは失敗から生まれた

- 1994年にルワンダで発生した民族間の対立による大量虐殺。
推定死亡者：100日間で**50～100万人**（人口の10～20%）
大量の難民/国内避難民：**200万人規模**
- 難民/国内避難民への支援：**支援団体・機関200以上**
- **難民/国内避難民キャンプ**で予防可能な感染症で**8万人以上**が死亡

支援者による
「支援の質の低さ」
「説明責任の欠如」



世界各地での使用を目指した基準づくり
1997年**スフィア・プロジェクト**発足



「スフィア基準」を正しく理解しよう

その2：海外(特に開発途上国)だけではない

地震・津波による直接的犠牲ではない死者 (災害関連死者数)

東日本大震災：3,808人

(2025年2月現在/復興庁・内閣府・消防庁)

熊本地震：219人(224人)

(2024年7月現在/熊本県)

能登地震：449人

(2025年12月現在/石川県)

「スフィア基準」を正しく理解しよう

その3：未来永劫、不変的なものではない

スフィア・ハンドブック出版と改訂

2000年(2001年) 初版



2004年(2004年) 第2版



2011年(2012年) 第3版



2018年(2019年) 第4版



(カッコ内は日本語版の発行年)

2018年

「スフィア・プロジェクト」

から

「スフィア」へ

スフィアハンドブックは辞書的に使おう



「スフィア基準」を正しく理解しよう

その4：権利に基づいた支援

スフィアの2つの基本理念

- 災害や紛争の影響を受けた人びとには、**尊厳ある生活を営む権利**があり、従って**支援を受ける権利**がある。
- 災害や紛争による苦痛を軽減するために、**実行可能なあらゆる手段**が尽くされなくてはならない。

「スフィア基準」を正しく理解しよう

その5：被災者中心の支援

説明責任(Accountability)とは何か

責任を持って力を行使するプロセス。すなわち、様々な関係者・団体、特に支援活動によって影響を受ける人々に配慮し、責任ある支援活動をする。(CHS)

「スフィア基準」を正しく理解しよう

その6：人道支援のハウツー本ではない

スフィア基準の特徴

スフィア基準は特定のサービスをどう提供するのかを示したハウツー本ではなく、被災者の尊厳ある生活を確保するために何が必要かを説明している。

「スフィア基準」を正しく理解しよう

その7：最低基準は全て定質的

(数字は1つもない)

以下のいずれも最低基準ではない

- 1日1人あたり15リットルの水
- 1人あたりの最低3.5m²の居住スペース
 - トイレの数は20人に、最低1つ
- トイレの男女比は、男性用1：女性用3

スフィア基準

人道支援の**必須基準** (CHS)

9つのコミットメント

1. 被災者の権利と支援への参加
2. ニーズへの合致と柔軟性
3. レジリエンス強化
4. 負の影響の回避
5. 苦情の受け入れと対応体制
6. 支援の調整と補完
7. 継続的な学習と改善
8. 適切な人材配置と管理
9. 支援資源の倫理的な管理

技術章

支援分野ごとの **最低基準**

- 水衛生(14)
- 食料と栄養(14)
- 避難所と居住地(7)
- 保健医療(18)

人道憲章・権利保護の原則

スフィア基準

1つのCHS

9つのコミットメント

コミットメントごとに
4～7の要件

4つの技術章(支援分野)

計53の最低基準

最低基準ごとに
いくつかの
基本行動、基本指標、
ガイダンスノート

人道憲章・権利保護の原則

技術章の最低基準の構成

最低基準は全て定質的(数字はない)

最低基準：普遍的な基準

基本行動：基準を満たすための具体的行動

基本指標：基準が達成されているかを測る目安

ガイダンスノート：助言、参考例等

し尿管管理基準3.2：

人びとは十分な数の、適切かつ受け入れられるトイレを安心して安全にいつでもすぐに使用することができる。

基本行動(基準を満たすための具体的行動)：

1. 技術的に最も適したトイレの選択肢を決定する。
2. 公衆衛生上のリスク、文化的習慣や水の調達と補完方法に基づき、影響を受けた人びとが必要なトイレの数を定める。
3. 共用または共同トイレの場所、設計や設置は利害関係者の代表者に意見を求める。
4. 手を洗ったり乾燥したり、月経や失禁の汚物を適切に廃棄する設備をトイレの中に設置する。
5. 給水のニーズにみあう技術的な選択が実行可能であること。

し尿管理基準3.2：

人びとは十分な数の、適切かつ受け入れられるトイレを安心して安全にいつでもすぐに使用することができる。

基本指標(基準が達成されているかを測る目安)：

- 共用トイレの割合
 - * 20人につき、最低1つ
- 住居と共用トイレの距離
 - * 最大50メートル
- 内側から施錠でき、適切な照明がついているトイレの割合
- 女性や少女によって安全だと報告されたトイレの割合
- 女性や少女が定期的に使用するトイレのうち、月経衛生管理の選択肢に満足している割合

ガイダンスノート：

設備、アクセス、安全、要件の定量化(例：男女比1:3)など・・・

避難所および避難先の居住地基準3：

人びとは安全および適切であり、尊厳をもって家庭生活や生計を立てるために必要不可欠な活動を行うことができる居住スペースへのアクセスを有している。

基本指標：

- 避難所内、またはそのすぐ周辺に日常的な活動を営むための適切な居住スペースを有する人びとの割合
 - *1人あたり最低3.5m²の居住スペース
 - *他、2つの数値指標
- 合意されている技術および性能基準を満たし、文化的にも受容できる避難所の割合
- 避難所支援の受けた中で、避難所が安全であると感じている人の割合

「スフィア基準」を正しく理解しよう

その8：成果志向(outcome oriented)

状況にあわせた最低基準の使用

スフィア基準は、尊厳ある生活に関する基本的権利を表しており、変わることはない。

指標と最低限の必須条件は、**状況に応じて適用**される必要がある。

最低基準に満たない場合、**最低限の必須条件を状況に応じて変更することが可能**であるが、その検討は極めて慎重に行うべきである。

変更された内容は関係者の同意を得て、**最低基準が満たされていなかったこと**による人びとへの**負の影響を見極め、影響を最小限に備えるための措置**を取る必要がある。

支援のギャップを政策提言に活かし、できるだけ早く指標を達成することに尽力する。

正しく理解し、被災者のために利用する。

「スフィア基準」を正しく理解しよう

その9：指標は状況に応じて適用する

スフィア基準

人道支援の**必須基準** (CHS)

9つのコミットメント

1. 被災者の権利と支援への参加
2. ニーズへの合致と柔軟性
3. レジリエンス強化
4. 負の影響の回避
5. 苦情の受け入れと対応体制
6. 支援の調整と補完
7. 継続的な学習と改善
8. 適切な人材配置と管理
9. 支援資源の倫理的な管理

技術章

支援分野ごとの **最低基準**

- 水衛生(14)
- 食料と栄養(14)
- 避難所と居住地(7)
- 保健医療(18)

人道憲章・権利保護の原則

コミットメント1：

危機や脆弱な状況にある人びとや地域
コミュニティは・・・

自らの権利を行使し、自分たちに影響
を及ぼす活動や意思決定に参加できる。

コミットメント5：

危機や脆弱な状況にある人びとや地域
コミュニティは・・・

懸念や苦情を安全に伝えることができ、
対応を受けられる。

何も無いより、マシでしょ!?



1.必要な支援？ 2.良い支援？

「スフィア基準」を正しく理解しよう

その10：必ずCHSとセットで適用する

まとめ：スフィア基準を正しく理解しよう

1. 避難所運営だけではない
2. 海外(特に開発途上国)だけではない
3. 未来永劫、不変的なものではない
4. 権利に基づいた支援
5. 被災者中心の支援
6. 人道支援のハウツー本ではない
7. 最低基準は全て定質的
8. 成果志向
9. 指標は状況に応じて文脈化する
10. 必ずCHSとセットで適用する

スフィアハンドブックを
正しく理解して
被災者のためにして利用しよう

『**ハンドブックよりも被災者**』

被災者＞ 支援者＞ ハンドブック



ご清聴ありがとうございました。



CWS JAPAN
Church World Service

五十嵐豪
いがらしごう



支援の質とアカウントビリティ
向上ネットワーク

←スフィアハンドブックを無料で
ダウンロードできます