

## 障害のある方

### ■困っていること

- ・和式トイレが多いこと
- ・車いすの移動
- ・トイレの場所が離れている
- ・慣れない場所での生活のため、パニックを起こしやすい
- ・情報が手に入りにくい、理解しづらい

### ■必要とする支援・配慮

- ・きめ細やかな情報提供の手法の工夫
- ・個別スペースの用意
- ・車いすが通れるスペース
- ・車いす、歩行器、杖、段差の解消、洋式トイレ

## 外国人の方

### ■困っていること

- ・日本語でのコミュニケーションがうまくできず情報を入手しにくい、要望が伝えられない
- ・防災に関する用語が理解できない
- ・生活習慣や食事、宗教などの面で困る

### ■必要とする支援・配慮

- ・日本語にルビを入れる、やさしい日本語
- ・多国語や母国語による情報提供、支援者
- ・ピクトグラムなどの表示（7ページ参照）



## 地域で女性リーダーを増やしましょう

避難所では、一人ひとりが個別に相談すると、苦情として受け取られがちです。

相談しやすく、困りごとを取りまとめてくれる女性がリーダーとして運営に関わることは、避難者が少しでも快適に生活することに繋がります。

運営全般や物資面、環境のあり方について話し合う場に複数の女性が参加し、指導的立場にも入っていることで、避難生活が改善した例があります。（7ページ参照）

四日市市では、防災・減災女性セミナーや男女共同参画の視点を取り入れた地区防災セミナーを開催し、地域での女性リーダーの発掘・育成に取り組んでいます。

### ●地区でのセミナーの様子



「男女共同参画の視点から防災・まちづくりを考える」グループディスカッション



## 6. 事例紹介



### 女性リーダーの活躍で環境が改善した例

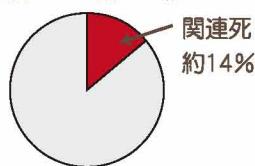
東日本大震災では、避難所や在宅避難生活を送る多くの被災者が、生活環境の悪化によって体調を崩したり命を落としたりしました。

しかし宮城県のある町では、地域の女性が豊かな生活経験・知恵をもとに防災リーダーとして活躍したことから、生活困難な高齢者向けのトイレの整備や介護食の提供、食物アレルギーの人への配慮、自宅で避難生活を余儀なくされている高齢者や体が不自由な方への物資提供など、的確な判断・提言がなされ、質の高い助け合い活動が行われました。

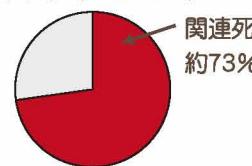


過去の大災害で、避難生活などにより命を落とした人(関連死)の多くが高齢者です。  
(平成27年9月30日現在)

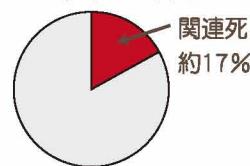
阪神・淡路大震災



新潟県中越地震



東日本大震災



### 過去の災害で、女性専用の安心スペースを確保した例

#### 2011年 東日本大震災

約2,000人の原発避難者を受け入れた大型施設「ピックパレット福島」では、女性専用ルームを設けて、着替えや授乳、休息、下着の配布などが行われました。



#### 2014年 豪雨災害(広島市)

ある避難所では、地域の女性リーダーたちが、物資配布や被災者の相談対応をするなど、きめ細やかな避難所運営活動が行われました。



#### 2015年 ネパール大地震

被災直後から地域の女性たちが各避難所で、女性専用の「セーフスペース」を設置しました。

女性専用スペース ソファ、簞など設置

### 避難所情報伝達キット - 絵表示・多言語 - (通称: つ・た・わ・るキット)

三重県では、多言語で書かれた掲示物などの支援ツールを作成しています  
貸出申込・お問い合わせ先：三重県環境生活部多文化共生課 TEL059-222-5974

#### ●ピクトグラムの例

じゅにゅうしつ  
授乳室



Nursing room 英 哺乳室  
Sala de amamentação ポ  
Sala de lactancia ス  
作成: 三重県



Evacuation shelter 英 避難所  
Lugar de abrigo パロソ  
Not lánh rợp  
Tempat pengungs  
作成: 三重県



きがえるところ (女)  
Women's changing room 英 女更衣室  
Vestírio Feminino ポ  
Vestuario damas ス  
作成: 三重県



First Aid 英 救急室  
Enfermaria ポ  
Primeros auxilios ス  
作成: 三重県



おしゃせコーナー<sup>\*</sup>  
Information 英 信息角  
Informações ポ  
Informaciones ス  
作成: 三重県



トイレ  
Toilet 英 浴所  
Sanitário ポ  
Baño ス  
作成: 三重県



ごみばこ  
Trash box 英 垃圾桶  
Lixeira ポ  
Tacho de basura ス  
作成: 三重県



たべもの  
Rations 英 食物  
Refeição ポ  
Alimentos ス  
作成: 三重県



## 7. 避難生活に必要な物品



備蓄の品目や数量について、男女のニーズの違いや子育て家庭などのニーズに配慮することが必要です。品目や数量については、女性も参考して、検討するとよいでしょう。食料、生活必需品などについては、個人によってニーズも異なります。最低7日間の量を備蓄することが望まれますので、ローリングストックを行いながら各人の備えを促すとよいでしょう。

遠方に通勤している人や持病のお持ちの方は帰宅が困難になる可能性もあるので、日頃から必要な物品を携帯したり、職場に備蓄しておくことも大切です。

\*ローリングストックとは、定期的（1ヶ月に1～2度）に食べて、食べた分を買い足し備蓄していく方法です。食べながら備えるため、消費期限の短いレトルト食品なども非常食として扱えます

### 備蓄チェックシート

#### 女性用品

- 生理用ナプキン
- サニタリーショーツ（生理用下着）
- 防犯用ホイッスル・ブザー
- 中身の見えないごみ袋またはチャックつきのビニール袋
- 化粧水、保湿クリームなど
- 下着（いろいろな種類）
- 体ふき用大判厚地シート（シャワーや入浴ができない時）

日頃からの  
個人の備えも  
大切です！



#### 乳幼児用品

- 粉ミルク（アレルギー用含む）
- 乳幼児用飲料水（軟水）
- 哺乳瓶
- 哺乳瓶用の消毒剤・器具
- 湯沸かし器具  
(電気が使えない際も想定した乾電池もしくは発電式)
- ベビーフード（アレルギー対応食を含む）
- 器・スプーン
- 小児用紙おむつ
- おしりふき・ウェットティッシュ
- 抱っこひも
- 授乳用ポンチョ
- 乳幼児用着替え
- ベビーバスなどの赤ちゃんのお尻を洗うためのもの
- 消毒用アルコール



#### 介護用品

- 大人用紙おむつ
- おしりふき・ウェットティッシュ
- 器・スプーン
- 介護食（トロミ剤）
- シート（おむつ交換時に使用）



家庭で必要な備蓄については、四日市市発行の  
家族防災手帳（平成27年8月配布）なども参考にしてください。

# 避難所運営マニュアル & 地域防災活動のチェックリスト

災害時に、心身の健康や安全面での影響をより受けやすい、高齢者・障害者・乳幼児・妊産婦・女性などへの配慮と、衛生・栄養などの面からの対策を進めるためのチェックリストです。

このチェックリストを活用して、あなたの地域の避難所運営マニュアルおよび地域防災活動を見直してみましょう！



## (1) 平常時の地域防災活動

防災活動の質を向上させ、担い手を広げ、後継者を育てるためにも、以下のような取り組みが不可欠になります。

●現在のあなたの組織の女性比率はどうでしょうか？

女性役員 人／全役員 人 ⇒ ( ) %

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 自主防災組織の役員に女性が3割以上いる   | <input type="checkbox"/> 若い世代が参加しやすいよう、会合を開く曜日や時間を工夫している                                     |
| <input type="checkbox"/> 自主防災組織の役員に、子育て世代、福祉関係者が必ず入るように工夫している（民生委員・児童委員など）                           | <input type="checkbox"/> 一人ひとりの負担を小さくすることで、参加・協力が得やすくなるようにしている                               |
| <input type="checkbox"/> 地域の防災活動を自治会関係者だけでなく、地域の多様な団体と連携して行っている（PTA、子ども会、民生委員・児童委員、地域の子育てや福祉のサークルなど） | <input type="checkbox"/> 女性や若者が発言しやすい雰囲気、やりがいのある場を日頃から意識して作っている                              |
|  | <input type="checkbox"/> 防災訓練や学習がマンネリ化しないよう、地域の多様な立場の人の関心に合わせて内容を工夫している（親子向け防災教室、介護＆防災学習会など） |

## (2) 避難所運営マニュアル

### ① 施設の利用方法、避難所のスペース

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 女性の参加のもとで協議している                    | <input type="checkbox"/> 安全で行きやすい場所の男女別トイレ（仮設トイレは、女性用を多めにする）      |
| <input type="checkbox"/> 介護が必要な人を抱えた家族や障害のある人から意見を聞いている     | <input type="checkbox"/> 車イスの人など誰でも使えるトイレの設置                      |
| <input type="checkbox"/> 異性の視線が気にならない物干し場、更衣室、休養スペース、授乳室の設置 | <input type="checkbox"/> 女性用トイレ・女性専用スペースへの女性用品の配置                 |
| <input type="checkbox"/> 間仕切り・パーティションなどの積極的な活用              | <input type="checkbox"/> 安全で誰もが使える入浴設備の設置                         |
| <input type="checkbox"/> 適切な通路の確保、段差の解消                     | <input type="checkbox"/> 掲示物にやさしい日本語、ルビ、ピクトグラム（7ページ参照）、多言語を用意してある |
| <input type="checkbox"/> 乳幼児のいる家庭のためのエリアの確保                 | <input type="checkbox"/> 大きな紙面で情報提供をする場を設置                        |
| <input type="checkbox"/> 介護・介助が必要な人のためのエリアの確保               |   |
| <input type="checkbox"/> 感染症の人などの看護のためのエリアの確保               |   |
| <input type="checkbox"/> 単身女性や女性のみ家族のためのエリアの確保              |   |
| <input type="checkbox"/> 子どもたちの遊び場・勉強できるエリアの確保              |   |

## ② 避難所の運営体制や運営方法

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 管理責任者には男女両方を配置している   | <input type="checkbox"/> 女性たちの要望や困りごとを、広く積極的に聞き取り、運営に反映させる体制にしている（女性リーダーによる意見の集約と、アンケート票の活用や意見箱の設置などの工夫） |
| <input type="checkbox"/> 運営組織の役員への女性の参画を促進している（女性役員の割合を少なくとも3割、できれば半数）  | <input type="checkbox"/> 子どもの見守り体制を作っている（世代を超えた協力も含めて）   |
| <input type="checkbox"/> 運営組織に、次のような多様な立場の代表を入れている <ul style="list-style-type: none"><li>・介護・介助、医療的配慮が必要な人（障害者自身や家族・支援者など含む）</li><li>・P T A、乳幼児のいる家族</li><li>・中学生や高校生</li><li>・外国人（居住者が多い地域の場合）</li></ul> | <input type="checkbox"/> 高齢者・障害者などに向けた環境改善体制づくりに努力している（バリアフリー化、ポータブルトイレの設置）                              |
| <input type="checkbox"/> 避難者による食事作り・片付け、清掃などの負担が、特定の性別や立場の人に偏らない体制にしている（男女を問わずにできる人たちで分担）   | <input type="checkbox"/> 支援に直接役立つ形での避難者名簿の作成と、情報管理を徹底している（性別、年齢、健康状態、保育や介護を要するかなど）                       |
| <input type="checkbox"/> 女性用品（生理用品・下着など）を女性の担当者が配布する体制にしている   | <input type="checkbox"/> 相談体制の整備、専門職と連携したメンタルケア・健康相談の実施のため、個室や間仕切りなどを活用するなど、プライバシーが確保されたスペースが用意してある      |

## ③ 衛生対策

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 避難所の防じん対策（防じんマスクなど）       | <input type="checkbox"/> 感染症（インフルエンザ、ノロウィルスなど）の対策（マスクなど）       |
| <input type="checkbox"/> 手洗いなどの手指の清潔対策（消毒用アルコールなど） | <input type="checkbox"/> 処置室などの衛生対策                            |
| <input type="checkbox"/> トイレの使用方法・汚物の処理などの衛生対策     | <input type="checkbox"/> 避難生活が長引いた場合に備えた、保健師などと連携した継続的な対応体制づくり |

## ④ 暴力防止・安全の確保（性暴力も含む）

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 男女一緒に防犯体制（女性も防犯担当者に入り、匿名で相談を受ける）                                     | <input type="checkbox"/> 防犯ブザーやホイッスルの配布   |
| <input type="checkbox"/> 就寝場所や女性専用スペースなどの巡回警備   | <input type="checkbox"/> 生活の不安や悩み、暴力・性暴力など被害などに関する、警察や行政の相談窓口情報の周知（男性向け相談窓口も含む） |
| <input type="checkbox"/> 暴力・性暴力などを許さない環境づくり（照明の増設、危険箇所の立ち入り制限、男性を含めた注意喚起、女性・子どもからも意見を聞いて実施する） | <input type="checkbox"/> 配偶者からの暴力の被害者などの避難者名簿の作成と情報管理を徹底している                    |

## ⑤ 在宅避難者・指定避難所以外の支援

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 在宅避難者や指定避難所以外の避難者情報の収集方法の確立（初期には特に要配慮者の把握） | <input type="checkbox"/> 在宅避難者のいる場所への食料・物資配布と情報伝達手段の確立、協力体制づくり |
|---|--|



## 避難所運営の流れの例（時系列チェック）



時 間	第災日		2日目	3日目以降
	避難者収容	～24時間	～48時間	～72時間
動き	収容直後の混乱期 開設・運営準備		避難者の多い時期 避難所運営	避難者の減る時期
運営本部	→すぐに取掛ります <input type="checkbox"/> 避難所内の運営本部の設置	⇒	<input type="checkbox"/> 対策本部や関係機関との連絡調整、会議開催	⇒
総務	→すぐに取掛ります <input type="checkbox"/> 周囲の安全の確保・ <input type="checkbox"/> 避難スペースの整理	⇒	<input type="checkbox"/> 住居・共有スペースの配置、関係機関との調整	⇒ <input type="checkbox"/> 対策本部や関係機関との連絡調整、会議開催
広報	→被害や避難者数がわかったら・開設したら <input type="checkbox"/> 状況や開設の報告 <input type="checkbox"/> 避難所ルールの掲示など	⇒	<input type="checkbox"/> 混雑が落ち着いたら <input type="checkbox"/> 各種情報の受発信	⇒ <input type="checkbox"/> 混雑が落ち着いたら <input type="checkbox"/> ルール周知・防犯・防火
避難所運営本部	→すぐに取掛ります <input type="checkbox"/> 避難者数の把握	⇒	<input type="checkbox"/> 混雑が落ち着いたら <input type="checkbox"/> 名簿の作成、マスコミ対応	⇒ <input type="checkbox"/> 避難者名簿ができるたら <input type="checkbox"/> 入退所者の管理
保健衛生	→すぐに取掛ります <input type="checkbox"/> トイレの確保	⇒ <input type="checkbox"/> 水の確保	⇒ <input type="checkbox"/> トイレが確保できたら <input type="checkbox"/> トイレの使用	⇒ 
救護	→ペット連れの被災者 <input type="checkbox"/> ペット連れ被災者対応	⇒	⇒ <input type="checkbox"/> 混雑が落ち着いたら <input type="checkbox"/> 衛生環境の整備	⇒
食料・物資	→すぐに取掛ります <input type="checkbox"/> けが人などへの対応	⇒	⇒ <input type="checkbox"/> 混雑が落ち着いたら <input type="checkbox"/> 救護体制の確保	⇒ 
ボランティア	→高齢者・障害者・乳幼児・外国人など <input type="checkbox"/> 要援護者への対応	⇒	⇒ <input type="checkbox"/> 支援物資が届き始めたら <input type="checkbox"/> 物資調達・管理・配布	⇒ 
	※関係機関や団体との調整必要		⇒ <input type="checkbox"/> ボランティアの支援が始まったら <input type="checkbox"/> ボランティアとの協力	⇒

\*この表はあくまでも活動の目安であり、地域や避難者・避難所の状況により異なります。避難所開設やその後の運営について、避難所にいる地域のみなさんで役割を分担し行いましょう。



## 本手引を活用して訓練や避難所運営マニュアルの見直しを行いましょう



### 参考・出典

- 『命とくらしを守る避難所運営ガイドライン』（盛岡市・もりおか女性センター）
- 『こんな支援が欲しかった！現場に学ぶ、災害支援事例集』（東日本大震災女性支援ネットワーク）
- 『スフィア・プロジェクト』（人道憲章と人道対応に関する最低基準）
- 『仙台市避難所運営マニュアル』（活動編・マニュアルシート）（仙台市消防局防災企画課）
- 『男女共同参画の視点からの防災・復興 取組指針』（内閣府）
- 『男女共同参画の視点からの防災・復興の対応について～東日本大震災での被災者支援～』（内閣府）
- 『男女共同参画・多様性配慮の視点で学ぶ 防災ワークブック』（減災と男女共同参画 研修推進センター）
- 『東日本大震災と婦人（女性）防火クラブ 被災地のクラブ員が語る被災体験と活動の記録』（財団法人日本防火協会）
- 『避難所情報伝達キット』（三重県）
- 『ビッグパレットふくしま避難所内女性専用スペース』（福島県男女共生センター 男と女の未来館）
- 『防災基本計画』（内閣府）



実際に、防災訓練などで実践することが大切です。みんなで避難所運営を考えるツールとして、HUG（避難所運営ゲーム）やクロスロードなどを活用したりして、意識を共有することも大切です。

- 協 力／減災と男女共同参画 研修推進センター 共同代表 浅野幸子  
聖路加国際大学 五十嵐ゆかり
- 発 行／四日市市危機管理室 〒510-8601 三重県四日市市諏訪町1番5号 TEL 059-354-8119
- 共催連絡先／四日市市自治会連合会事務局 TEL 059-354-8287  
四日市市地区防災組織連絡協議会 TEL 059-354-8119
- 発行日／平成28年2月