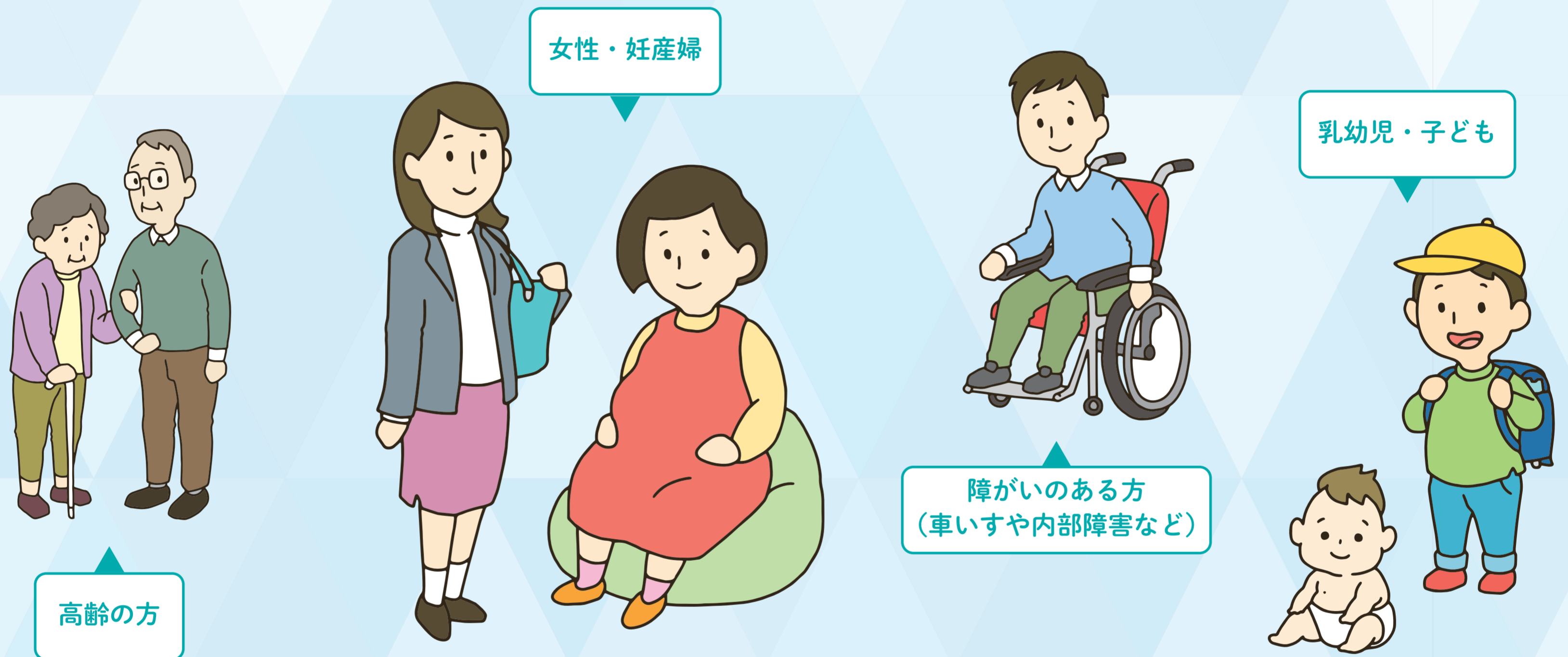


防災に  
女性の視点を  
取り入れて  
みよう

# なぜ いろんな視点が 必要なの？

大きな災害が発生すると、女性や子ども、障がいのある方などには、  
それぞれ特有の支援が必要となります。

こういったニーズについての声は届きにくくなりますので、  
「普段からの備え」と「地域での共有」が大切です。



## その中でも…被災女性の困りごと

着替えやトイレに  
女性専用スペースがなく、  
困った。

下着を洗い、干す場所がなく  
自分の体に着用して乾かした。  
寒い時期で非常に不快だったが、  
夫には理解してもらえなかった。

避難所のリーダーが  
男性ばかりで、必要な物資の  
要望を言えなかった。  
言っても重要度を  
理解してもらえなかった。

次から、「女性の視点」をピックアップして紹介！

防災に  
女性の視点を  
取り入れて  
みよう

# 女性に 必要な備えて？

避難生活では、生活必需品の中でも、避難所の物資担当者に  
気づかれにくいもの、要望しづらいものがあります。  
安心して被災後の生活を送るために、必要なものを  
備蓄しておきましょう。

いつもの買い物に足して保管

買って置いて、持ち出し袋やポーチに！

1 生理用ナプキン  
1周期分・40～50個



2 おりものシート  
下着の汚れ防止に。



3 下着  
ブラジャー、ショーツ  
カップ付きのシャツなど。



4 スキンケア用品  
シートタイプ、オールインワンなど  
軽量化を。



5 汗ふきシート、マスク  
感染症やにおい防止に。



6 野菜ジュース・サプリメントなど  
偏りがちな食事にプラス！



防災に  
女性の視点を  
取り入れて  
みよう

# 避難所で“ 病気になるための ためには?”

避難所では多くの人と一緒に生活をしているため、  
感染症にかかったり、体調を崩したりしやすくなります。  
体調管理には、トイレ・水分補給・運動の3つが重要です。

## トイレ

我慢しない

衛生状態に気をつける

特に女性は膀胱炎や膣炎などに  
かかりやすくなるので、  
携帯用ビデなどを準備すると  
安心です。



## 水

水分補給を大切に

エコノミークラス症候群などに  
なりやすくなります。

水が足りない時は…

ウエットティッシュ、  
マウスウォッシュや  
ガムで口や手の  
ケアも。



## 運動

適度な運動を!

コミュニケーションを  
とりながら  
散歩や体操を  
しましょう。



## 被災女性の困りごと

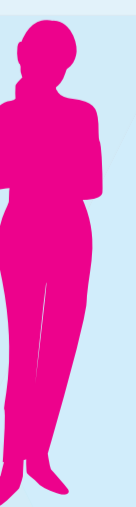
トイレが汚いのが嫌で  
行くのを我慢していたら  
膀胱炎になってしまった。



相談相手も  
話し相手も  
いなくて  
不安…



車中泊でずっと同じ  
姿勢でいたら  
エコノミークラス症候群に  
なってしまった。



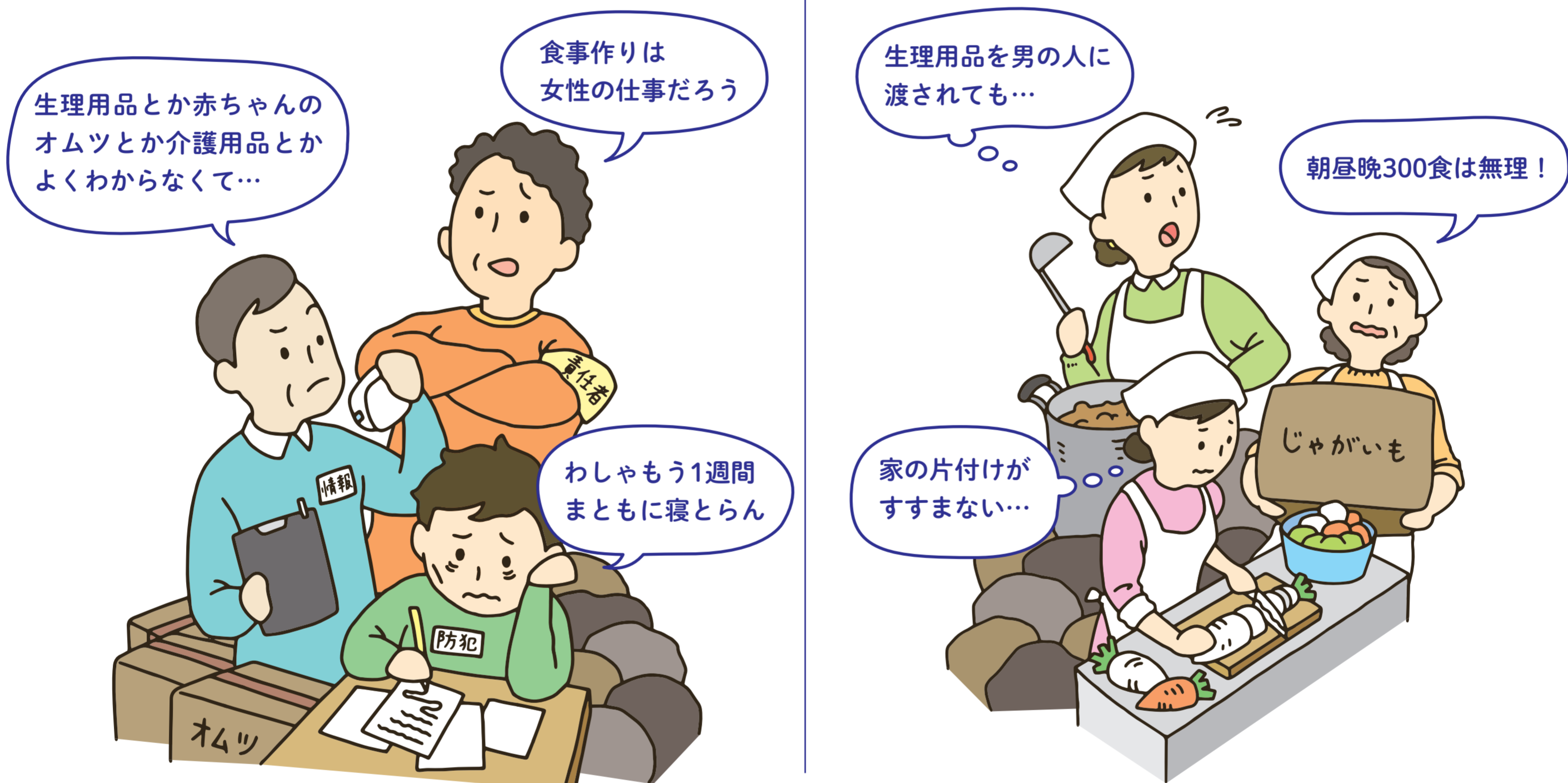
防災に  
女性の視点を  
取り入れて  
みよう

# 性別で役割を 決めていませんか？

避難所では、運営委員は男性、炊き出しは女性というように、  
性別で役割を決めてしまいがちです。

しかし、運営が上手な女性、料理が得意な男性もいます。  
それぞれが得意なことを活かして助けあいましょう。

## 避難所でこんなことになっていませんか？



イラストから読み取れる問題点を考えてみましょう。

過去の災害では、避難所での食事の準備やそうじ、子どもや高齢者へのケアが  
女性に偏りがちになるという事例が多くありました。

また、女性がこれらの仕事や家庭での家事、支援施設の被災による育児・介護の  
負担増加に対応せざるを得なかった結果、仕事を失い、女性の失業率が男性  
よりも高まってしまったという指摘もあります。

性別・年齢にかかわらずみんなで避難所運営へ参加し、助けあいましょう。

防災に  
女性の視点を  
取り入れて  
みよう

# 女性が被害にあわないためには？

大きな災害が発生し、社会が混乱する中での避難生活では、不安やストレスが、女性などに向けられてしまうことがあり、犯罪が3倍になるともいわれています。  
被害にあわないために、次のようなことを考えておきましょう。

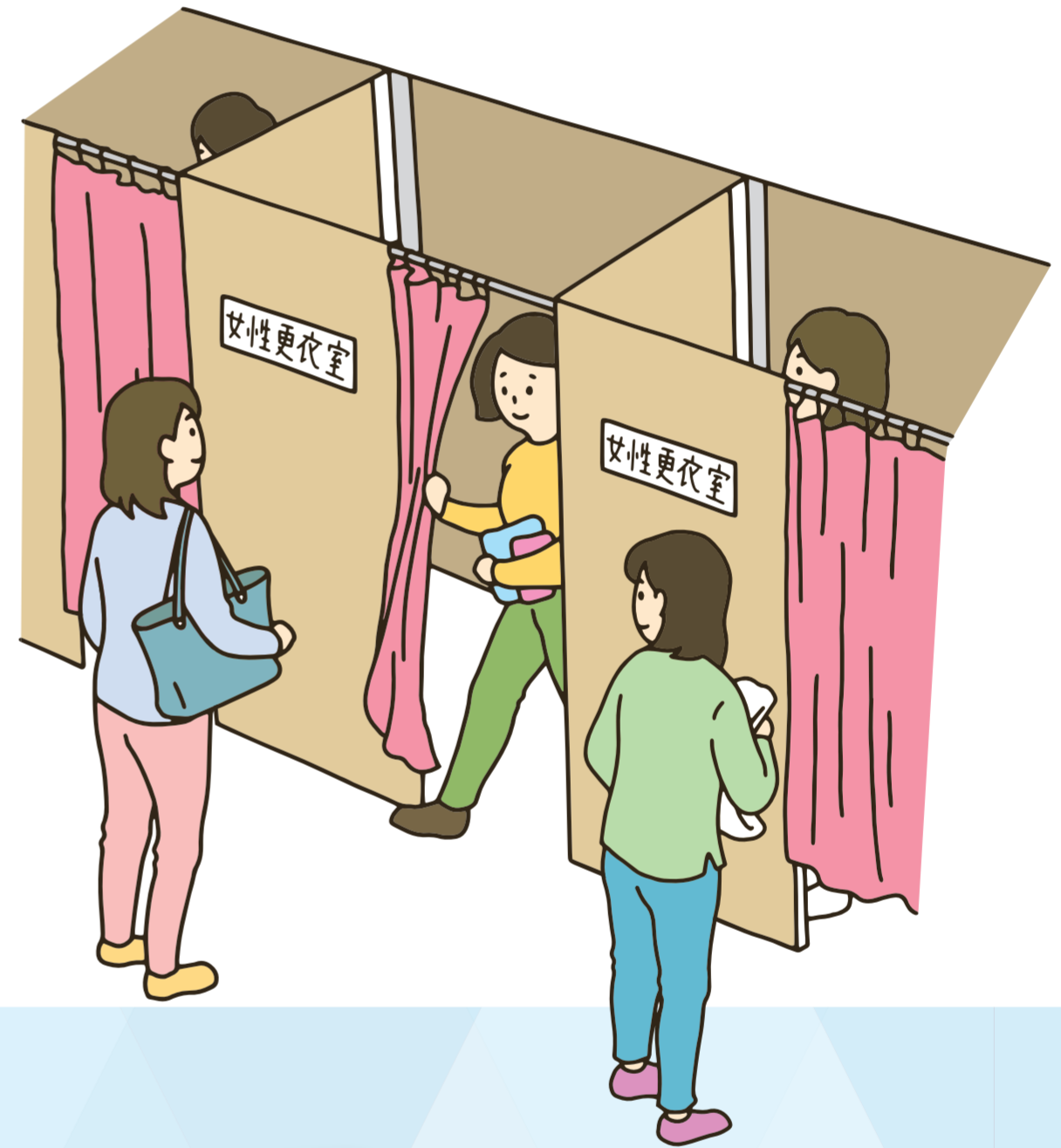
## 避難所では…

### 男女別のスペースの設置

トイレ、更衣室、物干し場、授乳室など。

### スペースでの工夫

避難所内でも比較的明るい場所など、安全に配慮して場所を選びましょう。



## 夜間は…

### 複数で行動する

非常時は停電していることも多く、暗い場所を一人で歩くのはとても危険です。

### 避難所を巡回する

就寝場所や女性専用スペースを巡回するなど、安心・安全の確保に配慮を。





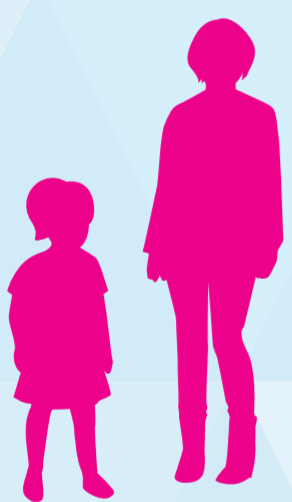
# どういうところに 相談したらいいの？

たとえ災害後の非常時であったとしても、犯罪は許されない行為です。被害にあったり、不審者を見かけたりした場合は、自治体などが開設する女性相談窓口へ相談したり、警察へ通報しましょう。避難所へ相談員の巡回がある場合もあります。信頼できる人に相談を。

- ・自治体などが開設する女性窓口への相談
- ・警察への通報



## 被災女性の困りごと



震災翌日から  
治安が悪くなったと感じ、  
夜は外に出られなかった。

着替えていたら、  
盗撮や盗み見を  
された…



### 出典・参考

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)  
男女共同参画の視点でつくる 避難所運営ガイド(川崎市男女共同参画センター)  
ひとり暮らしの女子のための防災BOOK(川崎市男女共同参画センター)  
女性の視点で作った防災手帖シニア版(川崎市男女共同参画センター)  
こんな支援が欲しかった！～現場に学ぶ、女性と多様なニーズに配慮した災害支援事例集～(東日本大震災女性支援ネットワーク)  
女性のための防災ハンドブック(豊川市企画部防災対策課)