

女性視点で考える防災ワークショップ グループワークでの意見の取りまとめ内容

1 マンションでの在宅避難

(1) 子どもや家族の安全確保

課題	子どもの安否はどうしたら分かるのか 家族とどのように連絡を取り合えば良いのか分からない 家族がバラバラな時に発災したら、みんなが集まれるか不安
解決策	自助 近所の人と普段から顔見知りとなっておく 家族での避難場所を決めておく 災害用伝言ダイヤル（171）を試して使えるようになっておく SNS（LINE、Twitter等）を使用して、家族と連絡を取り合う Google等のカレンダー機能で家族のスケジュールを共有しておく
	共助 隣近所と日頃から声掛けあう 子どものいる者同士（ママ友）で協力をする マンション内で子ども達、お年寄りの一時避難所を開設する 子どもの名簿を作成しておき、訪問をして安否確認をする
	公助 災害時の子どもへの声かけや見守りをルール化する

(2) 高齢者・障害者等への配慮

課題	近所のお年寄りの安否確認ができるか不安 近所の高齢者の方への配慮や世話を、どこまでやれるか不安
解決策	自助 支援が必要なことを自己申告する 家族との連絡方法を決めておく
	共助 マンションの管理人に高齢者・障害者を安否確認してもらう 支援が必要な人を把握するために、全戸訪問をして居住者リストを整備する 事前に話し合っ安否確認の仕組みを作り、訓練を実施する 支援が必要な人のリストに基づき、発災後に訪問する
	公助 支援が必要な人の情報をマンションで共有できるように名簿を作成し、配布する

(3) マンションのセキュリティ

課題	マンションのセキュリティは大丈夫か
解決策	自助 ドアチェーンをかけるようにする
	共助 建物の出入り口にポストイットを置き外部の人は氏名を書いて胸に貼ってもらう 事前にマンション住民用の名札を作成して安全に注意する 見回りのしくみ
	公助 管理組合およびマンション管理会社への支援策を整理する

(4) トイレ・水対応・火事

課題	水回り（トイレ、お風呂、洗濯等）が利用できるか不安 火事が起きたらどうしたら良いのか分からない	
解決策	自助	簡易トイレを各世帯準備し、ゴミ袋も備える 常に湯船に水をためておくようにする 健康な人も、オムツを備蓄しておく 節水生活の工夫を覚えておく
	共助	受水槽の水の使い方を住民同士で覚えておく
	公助	簡易トイレの備蓄を推奨する 感震ブレーカーを全世帯に配布する

(5) 物資（食料・生活必需品）

課題	赤ちゃん用のミルクやオムツが足りなくなったら、どうすれば良いか 食糧・水をどのように確保すれば良いのか	
解決策	自助	食糧・水は各世帯で7日分を備蓄する アレルギー対応食、オムツ、薬は1ヶ月分備蓄しておく おくすり手帳をスマホで撮影しておく
	共助	必要な物資を、マンションとして備蓄しておく 住民のニーズを町会で把握する 不足している物資はマンションでまとめて避難所まで取りに行く
	公助	物資不足に対応するためのマンション用の訓練マニュアルを作成する

(6) 避難生活の長期化

課題	物資配給等の情報が届くのか不安 高齢者や障害者が自宅で生活を続けられるか不安	
解決策	自助	かつしかFMで、区が発信する情報を収集する
	共助	健康相談等の相談窓口についての情報を共有する
	公助	健康相談等の相談窓口を設置する

(7) 子どもの居場所

課題	子ども達の遊ぶところ、預かってもらえるところが確保できるか不安 子どもの学校生活が不安（特に精神的にどうなっているか）	
解決策	自助	都外の実家へ疎開する 転校することについても検討する 普段と同じように遊んだりしゃべったりして、いつもと同じ状況に近づける 親として心理面を見て話を聞いてあげる
	共助	子ども達のストレスを解消するために、保護者達が自宅を開放して、助け合う 子どもや親が話し合いの出来る場所を、マンション内で確保する ボランティアセンターとも連携をして、子どもの居場所を設置・運営する こども食堂を開催する（子どもを集めて一緒にご飯を食べる） 女性の防災リーダーを育成する
	公助	学校での子ども達への見守りを強めて、カウンセリングも実施する 保育園や学童保育クラブを早期に再開する 子ども・女性への犯罪・暴力防止に向けたアピールをする

(8) 生活回復に向けた情報

課題	生活のために必要な情報が得られるのか不安 近所で営業しているお店の情報が入ってくるのか不安	
解決策	自助	地域の口コミ情報を、かつしかFMやTwitter等で収集する
	共助	自治町会との繋がりを強める 必要な情報を共有するために分かりやすいプリントを作成し、配布・掲示する
	公助	広報誌の発行回数を増やして、必要な情報をしっかりと発信する

2 避難所での避難生活

(1) 物資（食料・生活必需品）

課題	乳幼児用のミルク、オムツの備蓄が不十分 支援物資が避難者に、ちゃんといきわたるか不安	
解決策	自助	食糧・水は各世帯で7日分を備蓄する
	共助	物資の配給の流れを整理する
	公助	一般的なものだけでなく、乳幼児用の防災グッズについても情報発信する

(2) 妊婦・乳幼児世帯

課題	子どもが周りに迷惑をかけないか不安	
解決策	自助	医師に健康状態について相談する
	共助	体育館ではなく、妊婦や乳幼児のいる世帯専用の教室を設けて収容する 避難所にいる元保育士・元看護師等の有資格者に支援をしてもらう
	公助	妊婦・乳幼児が必要な物資や配慮について、避難所運営会議に情報提供する

(3) 高齢者・障害者などへの配慮

課題	ケアが必要な方への支援が実施できるか	
解決策	自助	高齢者・障害者の方へ積極的に話しかけて、安心感をあたえる
	共助	身体障害者は1階に収容する 障害の種類別に部屋も分ける 避難所にいる介護経験者に支援をってもらう 聴覚障害のある人にも必要な情報を伝達できるように、配慮する
	公助	聴覚障害のある人がわかる目印（ベスト等）を作成・配布する

(4) 女性の安全（プライバシー・防犯）

課題	避難所で女性のプライバシーが守られるのか不安	
解決策	自助	相手がしてくれた小さなことでも感謝の言葉を伝える
	共助	女性やファミリー世帯専用のスペースを設けて、仕切りを作る 性犯罪の現場となるような暗い場所がないように、照明に配慮する 夜間（特に就寝中）の警備を実施する 女性専用の洗濯物干しスペースを設ける 女性のための更衣室を設ける トイレや更衣室へ行く際には、2人以上で行くようにする
	公助	洗濯機だけでなく乾燥機も避難所に配備できるようにする 避難所運営時にも活躍できる防犯リーダーを育成する 警察署とも連携をして、避難所の安全確保に努める

(5) トイレ問題・衛生対策

課題	避難所のトイレ・ゴミ捨て場が綺麗に保てるか不安 汚いトイレを使用したくないため、トイレを我慢して健康が悪化してしまう 衛生状態が悪化すると、感染症も蔓延しやすくなる	
解決策	自助	汚れに気づいたらトイレ掃除をする 生理用品を多めに備蓄する 簡易トイレを備蓄する
	共助	トイレの数を女性は男性の3倍用意する トイレは男女別にする 衛生担当の人材を確保する 汚物を置く場所を決める トイレ掃除の順番を決める
	公助	赤ちゃんのオムツを替える台・子ども用便座を備蓄する 女性がシャワーを浴びれるように配慮する 掃除用品を備蓄しておく 他自治体に訪問入浴サービスによる支援を要請する

(6) 心身の健康問題

課題	ストレスが重なって、病気になってしまう	
解決策	自助	避難をする際には常用薬も必ず持ち出す
	共助	みんなでラジオ体操を毎日実施する 避難所運営に携わる人は、傾聴の姿勢を心がける
	公助	巡回で医師や保健師等によるカウンセリングを実施する

(7) 避難所運営

課題	避難所運営に、男性、女性、障害者、子ども、老人が携われるか	
解決策	自助	ボランティアに自主的に手をあげる 防災訓練に積極的に参加する
	共助	中学生・高校生にも役割をあたえて活躍してもらう 避難所運営のリーダー格に女性を3割以上あてる
	公助	避難所運営訓練の実施を地域にはたらきかける

(8) 子どもの居場所

課題	保育園や学校が再開する前に、子どもの居場所を確保できるか不安	
解決策	自助	子どもの話をよく聞き、よく遊ぶ
	共助	こども食堂を開催する（子どもを集めて一緒にご飯を食べる） 子どもが遊ぶスペース・勉強するスペースを確保する
	公助	大学生のボランティアに学習支援をしてもらう