

情報誌「燦」と一緒に
編集してみませんか。
興味のある人は
ご連絡ください。

●男女が共に活躍できる社会を目指して

「燦」とは……

燦(さん)という言葉には、「鮮やかに輝く」という意味があります。男女が性別にとらわれることなく、ひとりの人間として尊重し合い、社会の中で充実した人生を送れるように、そして社会の対等なパートナーとして活躍できるみんなが輝く社会を目指して、この情報誌をお届けします。

※より多くのみなさんにご覧いただけるよう「市報ふじみ野」に掲載します。

備えておいた方がいい 非常持ち出し品

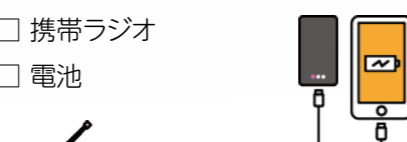
安全避難用品

- ヘルメット
- 軍手(滑り止め付)や皮手袋
- ホイッスル(救助・防犯用)
- 懐中電灯やヘッドライト



情報収集用品

- スマートフォン・携帯電話用充電器
- 携帯ラジオ
- 電池



水・食料品

- 3日分の水と食料品
- ※ふじみ野市地域防災計画では「最低3日分(推奨7日分)」。



チョコレートやあめ、クッキーなど、軽くてカロリー補給ができる食品もおすすめ。
ゼリー飲料は、水分補給とカロリー摂取の両方ができる。

医薬品・衛生品

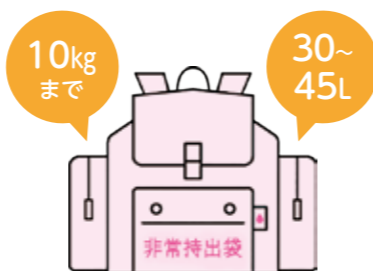
- 簡易トイレ
- トイレ用ペーパー(2~3日分)
- ウエットティッシュ(顔や体拭き用)
- アルコール消毒液
- マスク
- スキンケア用品
- 裁縫セット
- 生理用ナプキン
- 尿漏れパッドやパンティライナー

- 常備薬
- 眼鏡・老眼鏡
- 救急応急処置用品
(ばんそうこう・使い捨て手袋・安全ピン・カット綿・綿棒・テープ・止血帯・ピンセット・はさみ・アルミブランケット・三角巾・包帯など)



非常持出袋

女性は、重さ10kgを上限に作成しましょう。バッグの容量は30~45Lが目安になります。



生理用ナプキンは、けがの止血にも活躍。
避難所では下着を交換しにくいので、尿漏れパッドやパンティライナーは必需品。子どもにも使えます。

女性の視点に立った防災

近年、地震や豪雨などの災害が多発しています。大災害が起きたとき、避難所の生活では、特に女性の心身に大きなストレスがかかりますが、少し意識を変えるだけで避難所生活は大きく変わります。被災時に化粧水を使うのはぜひいたくなくでしょうか？被災時に女性に起こっていること、これからの防災に必要なことを知り、いざというときのために備えておきましょう。

本市の総合防災訓練でも講話を行うなど、県内全域の市町村職員・自主防災組織・一般の皆さんの防災指導に携わっている防災士の田中さんに「女性の視点に立った防災」について、お話を伺いました。

避難所で女性が直面する問題とは

災害が発生し、自宅を過ごすことが困難になったときは、体育館などの「避難所」で避難生活を送ります。
避難所の居住スペースは家族単位のため、一人暮らしの人は一人で居住スペースに入ります。東日本大震災の際には、夜中に一人で寝ている女性の毛布の中に知らない男性が入ってくるという被害が発生しました。
また、避難所に授乳室が無く、体育館の隅で授乳をしていたところ、男性にじーっと見られ、落ち着いて授乳ができなかったと聞いています。生理用品を男性が配布していて、もらいに行けなかった中・高生もいたそうです。
乳幼児を連れて避難した場合、普段と違う環境で発熱したり、夜泣きをしたりする子が多くなります。

女性が安心できる避難所作りと防犯対策

- 女性専用の就寝(居住)スペースを確保する。
- 男女別のトイレや入浴設備、更衣室、物干し場、授乳室などは、昼夜問わず安心して利用できる場所に設置し、明るい照明を付ける。
- 生理用品は女性用スペースやトイレに設置する。または女性が配布する。
- 乳幼児がいる家族の部屋や居住スペースを確保する。
- 女性や子どもは、一人で行動せず、複数人で行動する。
- 就寝場所や女性専用スペースを巡回警備する。
- 防犯ブザーやホイッスルを配布する。

女性の意見を取り入れた避難所運営

「炊事や掃除は女性が担当」といった考えのように、特定の性別や人に役割が偏らないよう、さまざまな人が協力し合って避

難所を運営しましょう。避難所のリーダーには、必ず男女両方を配置します。

ある避難所で、洗面所に化粧水やクリームを設置したり、ニット帽を支援してもらったりしたところ、女性が活発に動きはじめ、避難所が活性化したという話を聞きました。小さな事ですが、女性の声が届くことによって、避難所が明るく元気になることは、早い復興につながっていくと思います。

防災士 田中 緑 さん

川越市子育て支援センター保育士。元幼稚園教諭。2004年に川越市消防団に入団、同本部長に就任。退団後の2011年から、埼玉県防火防災指導者、NPO法人日本防災士会会員・NPO法人埼玉県防災士会理事を歴任。2014年から埼玉県自主防災組織リーダー養成指導員・イツモ防災インストラクター。2018年から再び川越市女性消防団員として、後輩の育成などを行う。



編集後記

田中さんの講演で「ローリングストック(いつも使用している食品や日用品を多めに買い、使った分だけ買い足すことで、非常時の備蓄にもなる)の話がありました。災害時に「自分が好きなものを食べられたらいいですね。特売で買いすぎてしまっても「防災対策」になるかもしれません。気軽にできることから始めてみようと思いました。」



▲講演を行う田中緑さん。左=第11回ふじみ野市総合防災訓練(令和4年11月)、右=ふじみ野市人権教育推進協議会研修会(令和4年7月)