

もしものときのために

女性の視点で防災を考えよう

東日本大震災で避難生活を送った女性から、女性の視点を災害対策に盛り込む必要があるという声が相次いでいます。

女性の皆さんも、近年の災害で、女性だからこそ感じたこと、体験したことがきつとあるはず。もしものとき、自分と大事な人を守るために、女性ならではの視点で防災を考えましょう。

1 防災グッズを考えよう

災害はいつ、どこで起こるか、わかりません。自宅・職場など日常の自分や家族の行動をイメージして準備しましょう。

乳幼児のいる家庭は粉ミルク・紙おむつ・哺乳瓶など。高齢者や要介護者がいる家庭は入れ歯・常用薬・薬手帳・車いすなど、家族構成によって必要なものは多様です。

災害発生後、電気・ガス・水道などが復旧するまでの数日間の生活を不安なく過ごせるように備えましょう。

2 家庭の防災を考えよう

下の図では、イラストでわかりやすく防災グッズを紹介します。

■自宅を安全な場所に！

家具の転倒を防ぎ、安全スペース・避難経路を確保しましょう。

■子供にも防災教育を！

電気や水道が使えなくても生活する方法を教えましょう。

家族が離れ離れになった時のことを決めておこう！

避難場所、連絡方法、子どもの迎えなど、家族で確認しておきましょう。

3 トイレを考えよう

トイレの水が流れない、トイレが壊れた、避難所のトイレのプライバシーが守られないなど、災害時にはさまざまなトイレ問題が発生します。

過去の災害では、トイレを我慢して健康を損なったかたが多くいます。トイレに行きたくなるからと水分や食事の量を減らしたりせず、我慢をしないでトイレに行きましょう。

防災グッズとして、簡易トイレを準備しておく便利です。100円ショップで買える物から、組み立て式までたくさんの種類があるので使いやすい物を準備しましょう。

世帯・個人の状況に合わせて準備しましょう。



わたしの情報 “お守り”

住所			
ふりがな氏名			
生年月日			
性別		血液型	
緊急連絡先①	氏名(関係)	電話	
緊急連絡先②	氏名(関係)	電話	
避難場所			
持病やアレルギー			
かかりつけの医療機関			
使用薬			
介護・福祉サービス事業所			

※通帳口座や保険リストなど。防犯のため暗証番号は書かない。

コピーなどしてお使いください。もしものときのために裏面に家族写真を貼りましょう。

災害用伝言ダイヤル 171

十和田市男女共同参画市民情報誌ゆっパル編集委員会によるコーナーです

「ゆっパル」の由来
この地方の方言で「結ぶ」という意味の「ゆっばる」と、英語で「仲間・友だち」という意味の「パル」からできています。「一人ひとりの思いが結びついて仲間をつくる」という願いが込められています。

4 被災時の防犯を考えよう

被災時の犯罪が平時の3倍にも上ることを知っていますか？特に多いのが、訪問者を装った犯罪や夜道での犯罪です。非常時とはいえ、突然の訪問者を無防備に自宅に入れるのは危険です。訪問者を装った強盗などに注意しましょう。

また、停電の中、暗い夜道を一人で歩いたり、避難所で夜にトイレへ一人で向かうのも危険です。必ず安心できる人に付き添ってもらいましょう。

悲しいことですが、非常時の追い詰められたストレスが弱者に向けられることがあるのです。非常時こそ防犯を心掛けましょう。

5 地域の結びつきを考えよう

想像してください。災害時のパニックを。

災害時には個人だけでは解決できないさまざまな問題が発生します。それが、もしものときの大きな防災力となります。

◆地域の防災は男女ともに
地域の防災は男性だけが担うものではありません。女性の経験や意見、気配りを取り入れることは、今後の防災に新たなヒントを与え、非常時のストレスの軽減にもつながります。

男女ともに手を携えて、かけがえない命と暮らしを守っていきましょう。

★編集後記

防災グッズなど非常時の準備をしているつもりでしたが、十分ではないことを改めて感じました。(K)

『ゆっばる大賞』は、応募が少なくて残念でした。今から、働きやすい職場づくりの提案をして次回応募の準備をしませんか？(N)

困ったことがあっても、元気で強く生きる訓練をしないでとは痛感しました。(F)

編集 十和田市男女共同参画市民情報誌ゆっパル編集委員
木村奈生美、中野渡明美、深谷淳子
イラスト 中野渡明美
発行 総務課広報男女参画係 ☎6702