

防災に女性の視点を取り入れてみよう

いざというときの「困った!」に備えて

被災現場では個人の声が届きにくく、「普段からの備え」と「地域での共有」が欠かせません。

被災時には こんな困りごとが

着替えやトイレに
女性専用スペースがなく、
困った。



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。



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。



女性に必要な備えチェックリスト

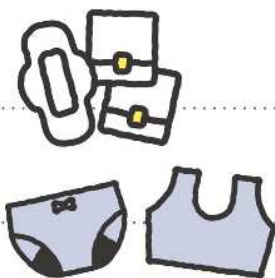
被災後に安心して過ごすために、必要なものを
備蓄しておきましょう。

いつもの買い物に足して保管

✓ **生理用ナプキン**
1周期分(40~50個)

✓ **おりものシート**
下着の汚れ防止に。

✓ **下着**
ブラジャー、ショーツ、カップ付きのシャツなど。



購入して、持ち出し袋やポーチに!

✓ **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。

✓ **汗ふきシート、マスク**
感染症やにおい防止に。

✓ **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。



避難所では性別にかかわらず助け合いを!

過去の災害では、
避難所での食事の準備や掃除、子どもや高齢者へのケアが
女性に偏りがちになる事例が多くありました。
性別にかかわらず皆で助け合うことが重要です。



女性が被害にあわないために こんなことに気を付けよう

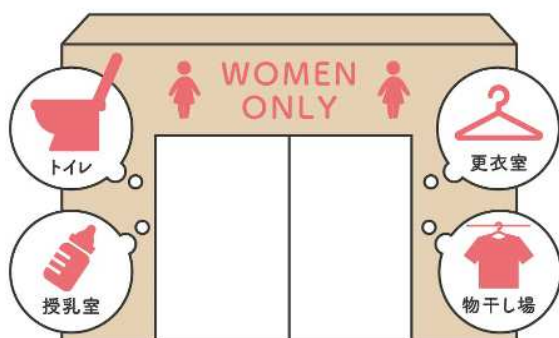
避難所では…

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。

安全な場所を選ぶ

- ▶ 避難所内でも比較的明るい場所を選ぶなど、安全に配慮しましょう。



☆☆ 夜間は…

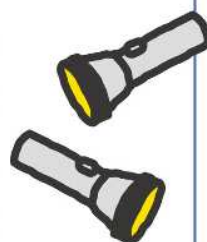
複数で行動する

- ▶ 非常時は停電していることも多く、一人で歩くのは危険。
防災ブザー、ホイッスルを準備しておきましょう。



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して、安全・安心を確保しましょう。



被災時には こんな危険が



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…



もしも被害にあったら、迷わず相談を！

たとえ非常時でも、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。

また、避難所へ相談員の
巡回がある場合もあります。

- ▶ 自治体などが開設する女性窓口への相談
- ▶ 警察への通報

