

男女共同參與及全方位觀點

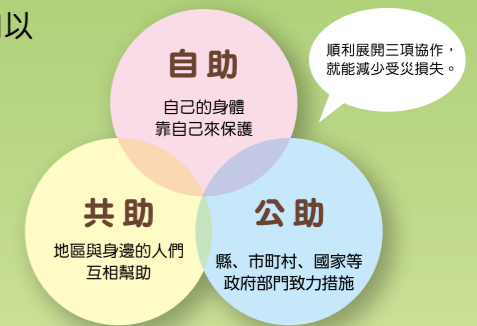
大家一起來防備 防災與減災手冊

(中国語版(繁体)：中文版(繁體))



作為東日本大震災的教訓，被指出了要考量男女需求的不同以及各種生活方式的居民觀點之防災與減災對策、以及地區居民展開自助與共助的重要性。

為了即使在發生災害時，無論性別、年齡、是否為殘障人士、國籍等等，在避難所等場所災民每一個人都能擁有人權且安全安心的生活，從平常時就要對男女共同參與及全方位觀點的防災與減災措施加深理解和加以實踐，這項工作是非常重要的。



本手冊是在吸取東日本大震災教訓，為了從「男女共同參與及各種生活方式的居民觀點」、「自助與共助的觀點」向地區防災相關工作人員和廣大普通縣民普及宣傳防災與減災重點(不包括針對各類災害的安全對策)而編訂的。

要實現男女共同參與社會，就是要構建女性和男性都能生活無憂的社會。

宮城縣依據男女共同參與推進條例和男女共同參與基本計劃，致力構建男女相互尊重人權、共同分擔責任，無論男女都能充分發揮個性與能力的社會。

男女共同參與網站 Try-Angle Miyagi
(宮城縣共同參與社會推進課 男女共同參與推進班網頁)

<http://www.pref.miyagi.jp/site/kyousha/>

2013年11月發行
發行者 / 宮城縣

本手冊是根據以下資料和『男女共同參與及全方位觀點的防災指南』編訂委員會的意見編訂的。

《主要參考資料》 內閣府(擔任防災)：確保避難所良好生活環境之措施指南

內閣府男女共同參與局：從男女共同參與觀點看防災及災後重建措施指南

宮城縣地區防災計劃

《編訂委員會》 學者專家、自主防災組織與自治會等地區居民代表、市町村工作人員

宮城縣(總務部、環境生活部、保健福祉部)

●如果您對本手冊有任何諮詢，請聯絡：宮城縣環境生活部共同參與社會推進課 TEL 022-211-2568

要從平時起防備災害

防災之本在於「自助」(自身的安全靠自己來保護)。為了在發生大規模災害時將受災程度降至最低，作為減災對策，要努力做好以個人或家庭為單位的自助防備，要從平時起作為地區社會的一員積極參與防災等地區活動，做到當發生災害時可發揮「共助」能力。

要事先和家人討論好

- 發生災害時，平時的聯絡方式可能會無法使用。要事先確定家人多種共同的聯絡方式、確認平安的方法、避難場所等等。
- 要製作緊急連絡卡，將討論確定好的事情記下來，還有家人的聯絡方式和電話號碼，接受治療的病人要隨身攜帶好平常處方藥的種類、用量、用法等等。

根據個人與家庭的需求，做好物資儲備

- 對食品、生活必需品等發生災害時必要的物資，要根據不同的需求，分別儲備「應急攜帶品」和「應急儲備品(至少3天的量)」。



東日本大震災當時...

在剛發生後，避難所等場所出現生理用品、奶粉、尿布等女性、育兒家庭、老年人生活必需品不足。除了做好個人儲備之外，事先確認地區儲備品的工作非常重要。

- 有食物過敏等情況，除了要個人儲備之外，還要事先確認好當發生災害時何處可以獲取必要的物資。

- 在進行地區儲備時，要聽取女性、孕產婦、有嬰幼兒的家庭、老年人、殘障人士等各種地區居民的意見，選擇能夠反映出意見的品項。

要設法做好全套儲備

全套生理用品

- 生理用品
- 生理褲
- 清潔棉
- 護墊
- 不透明垃圾袋

全套哺乳用品

- 奶粉(調製奶粉)
- 抗過敏奶粉
- 嬰幼兒飲用水
- 哺乳瓶
- 哺乳瓶消毒劑
- 燒開水器具(乾電池式或發電式)

全套成人尿布

- 成人尿布
- 吸尿墊
- 濕紙巾
- 不透明垃圾袋

*提前將生活必需品儲備在一個袋子中，以便使用。

重要資料要有多種獲取方式

- 發生災害時，獲取災害情況、避難指示等資訊對避難等判斷非常重要。
- 要預先設想發生災害時的場景，準備好多種獲取方式。



要舉辦防災訓練和學習會，讓各個世代的男性和女性都來參加

- 發生災害時的場景有許多，白天和晚上、平時和休息日的避難人群和避難方式各不相同。要讓不同性別、年齡、國籍、健全和殘障人士的各種居民都來參加，實施更有實踐意義的訓練等活動。從平時起透過活動來促進地區交流，在發生災害時會發揮出強大的力量。
- 要設法做好避難引導與救助，以便孕產婦、攜帶嬰幼兒的監護人、老年人、殘障人士等需要避難援助的人群可安全順利地完成避難。
- 進行訓練時，要按不同的性別、年齡等規定好相應的職責，例如為災民做飯的事情全部由女性擔任等等。



防災訓練與學習會(例)

- 確認避難路線和避難時間
- 避難所的開設與運營的訓練
- 孕產婦、嬰幼兒、老年人、殘障人士等平安確認和避難引導與救助
- NPO、NGO、義工受理體制

東日本大震災當時...

曾經有過成立地區自主防災會，透過持續實施平時想不到的意外情況之防災訓練以及編制防災地圖，在發生海嘯時居民互相協力合作，及時完成避難的事例。

根據地區的實際情況實施防災活動，透過活動來促進地區居民之間的溝通交流，因此能夠守住了居民生命。

- 從平常時起要組織地區居民成立「避難所運營委員會」，針對發生災害時的「避難所運營體制」、「避難所生活的規則」、「從男女共同參與等觀點展開運營的注意事項」等方面做好協商與準備，這將有助於在發生災害時及時展開應對工作。
- 為了在發生災害時與防災義工有效展開協作，從平常時起提高地區的「受援力」(接受援助的能力=地區接收義工的體制、好的辦法等等)非常重要。



※防災義工網頁(出自內閣府 防災資訊網頁) ▶ <http://www.bousai-vol.go.jp/>

萬一發生大規模災害， 在避難所生活時…

萬一發生大災害，在避難所生活時，要顧慮到男女需求的不同、以及孕產婦、嬰幼兒、老年人、殘障人士、外國人等各種災民的觀點，讓大家可以互相幫助，安全安心過生活。

開設避難所時，要保障隱私和安全安心空間

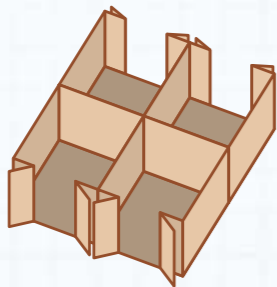
●從開設之初起就要配備

- 哺乳室
- 男女廁所
- 晾衣場
- 更衣室
- 休養區
- 救護室

※要設置在無論晝夜，女性或孩子都能安心使用的場所。

●還要配備無障礙廁所、以及供老年人等使用的坐式廁所和簡易床。

●要根據有孕產婦、有嬰幼兒、有老年人、有殘障人士的家庭、單身女性或只有女性的家庭等災民情況，為他們配備小房間或設置隔離區，保障安全安心空間。



●要照顧到孕產婦、嬰幼兒、老年人等人群的健康，做好預防傳染對策，盡力保障環境衛生。



東日本大震災當時…

曾經有過在人多混雜的避難所中，因為沒有哺乳室、更衣室而只能鑽在被子裡換衣服，或是晚上因為身旁睡著陌生男性而讓女性感覺不安之類的情況。在避難所開設之後這些場所將很難配備，所以需要預先保障最低必要限度的空間。

曾經出現過各種問題，例如臨時廁所是蹲式的，老年人使用不便；廁所離避難所進出口遠，晚上天黑感覺不安全等等。



有需要看護的老年人或殘障人士的家庭、有嬰幼兒的家庭，因為避難所環境不完善或對周圍環境存在顧慮，所以只能被迫在車裡、或在房屋損壞的自己家裡過著避難生活。曾有許多這樣的人群。

要在重視溝通交流的同時，創造更加美好的生活環境

～ 男女都要參與運營 ～

避難所開設後，重要的是儘快進入避難人員自治運營。

運營組織要設法做到男女都來參與，運營負責人等幹部之中女性參與比例要在三成以上，整備讓為女性容易提出意見、提出要求的環境。

東日本大震災當時…

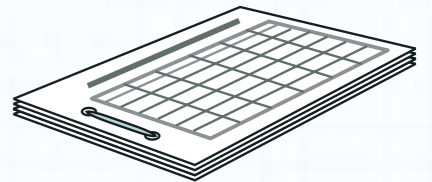
有報告稱在避難所等場所，女性的要求與意見往往得不到重視。另外她們擔心如果提意見和要求，那麼就無法在避難所住下去，因此往往會選擇忍耐自己的要求。所以在負責人中也需要有女性參與。

在避難所安頓下來後，要制定規則制度和名冊

●為了在避難所互相協助度過避難所生活，需要有生活規則制度。要在全面聽取避難人員的意見與互相交流來制定規則制度，這將有助於建立良好關係。

●為掌握避難人員各自需要的物資、服務等需求，要編制避難人員名冊。

●對避難人員個人資料的使用與管理要充分注意。此外，避難人員中有家庭暴力等受害人，可能遭到加害人危害的，需要充分做好個人資料的管理，以免住處被加害人獲知。



避難所的工作要靠大家來分擔

●避難所運營中有各種工作。要發揮個人特長、尊重自主性等進行分擔，且同時成員和負責人要有男女雙方。

< 參考例 >

- 總務班** 運營委員會事務局、整體運營協調
- 名冊班** 避難人員名冊的編制與管理
- 資料班** 資料收集與提供、公告欄運營
- 食品與物資班** 食品與物資的調度、接收、管理與發放
- 救護班** 傷病人、老年人、殘障人士等照顧
- 衛生班** 貫徹保健對策、健康調查、垃圾處理等規則制度



●不要將負擔全部壓在特定的某個人身上，要設法讓男女共同或輪換工作，或採用負責人輪換制。

設法做好女性用品等發放

- 要設法做好生理用品、內衣等女性用品的發放，例如由女性工作人員發放，或置放在女性專用區或女性廁所常備等等。
- 對因為特殊情況而未在避難所等場所避難的災民，也要提供女性用品、嬰幼兒用品、成人尿布等物資。



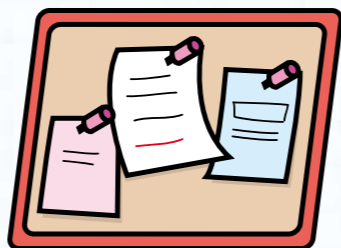
東日本大震災當時…

曾經有過因為物資工作人員是男性，女性怕難為情，所以不願去領取生理用品或內衣；或者因為男性對女性用品缺乏知識，所以不能提供女性需要的援助物資的報告。

要盡力準確傳達資訊

- 要設法做到準確、簡單明瞭地向災民傳遞必要的資訊，例如受災情況與平安資訊、行政援助資訊等等。

特別要照顧到視聽覺殘障人士、老年人、言語不通的外國人等人群。



要保護女性和孩子的安全

- 要設法防止女性與孩子受到暴力等危險，創造不容許暴力的環境。

- 不留死角，在暗處等場所亮燈
- 提倡採用多人行動等自衛方式
- 在睡覺場所、女性專用區等地方進行警衛巡邏、發放防犯罪蜂鳴器、張貼禁止暴力海報等等

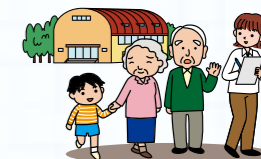
照顧孩子的生活環境

- 要讓孩子們過著孩子們應有的日常生活，例如調整生活作息、提供場所和機會等等設法讓為孩子們可以一起安全玩耍。

如果避難生活進入長期化…

要盡力掌握災民的需求

- 隨著避難生活進入長期化，災民的生活與需求會每天發生變化。照顧到男女需求的不同，掌握和準確應對需求是非常重要的。
- 特別要照顧到孕產婦、嬰幼兒、老年人、殘障人士、外國人等人群，以便視情況與相關機構等方面協作加以應對。



要注重心理輔導

- 要做好煩惱、家庭暴力等諮詢處的宣傳。要設法讓災民無需在眾目睽睽之下就能獲取到諮詢處等資訊。
- 一旦避難進入長期化，災民就容易產生煩惱與精神壓力。要設法為災民提供便於聚在一起的場所和排解精神壓力的機會。

避難人員也要做好自立的準備

- 隨著避難生活進入長期化，災民需要獲得可以正常生活的援助（可以洗衣服和洗澡、孩子們可以學習的環境等等）。災民自身也要有自立意識，在能力所及的範圍內參與避難所自主運營，這將成為重建生活的動力。

從平時起，男女要致力共同擔負起地區建設的重任

- 在發生災害時，為了做到男女合力展開災害應對工作，從平時起男女共同參與家庭、工作單位與地區的建設是必不可少的。

要鼓勵女性參與地方社區、防災對策等決策過程、自主防災組織等活動，男女共同致力擔負起地區建設的重任。

- 從平時起，無論性別、年齡、是否為殘障人士、國籍等，都要積極參與地區活動、防災訓練等活動。這將有助於提高地區的「共助」力和防災力。

