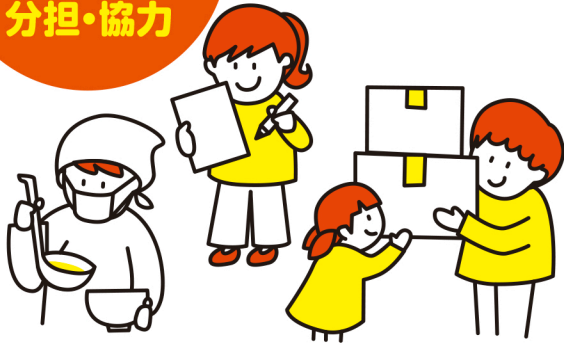


心得①

助け合おう！
経験活かして
分担・協力

▶性別や年齢にとらわれない
役割分担を。

多様性のある役割分担



災害時には、増大した家庭的作業が女性に集中しやすくなります。男性は休まず救助活動や事業復旧に従事し、過労死を招くこともあるため、相互の配慮が必要です。

心得②

参画しよう！
女性の視点で
変わる避難所

▶必ず男女で組織運営。
うち3割以上の女性が理想的。

意思決定への参画



防災に関する意思決定は、男性中心が現状です。女性特有の問題にも応じた災害対応を行うには、女性の参画が不可欠です。

男女共同参画の視点で
誰もがよりよい環境に

心得③

守りましょう！
仕切りや個室で
プライバシー

▶共同生活だからこそ
お互いを配慮した空間に。

生活環境



避難所において仕切りや更衣室がない場合など、プライバシーを確保することが必要です。高齢者・障がい者・外国人など特別なニーズを持つ人がいることを知りましょう。

心得④

確保しよう！
安心・安全
No!暴力

▶ルールを決めて生活を
することで避難所の治安を
保ちましょう。

安心・安全



災害時には、女性・子どもへの暴力が増加する傾向にあります。そのため、女性や家庭のニーズに配慮することが必要です。

心得⑤

声に出そう！
心のストレス
溜めないで

▶談話スペースなど
笑顔で過ごせる時間や
場所を作りましょう。

心身の健康



人は不安や悩みでストレスを抱えてしまいます。女性はメンタルヘルスが悪化しやすく、男性は弱音を吐くことを避ける傾向にあるため、精神面で孤独になることがあります。

心得⑥

配慮しよう！
必要な物が
届くように

▶被災者の立場によって
必要なものが違うことを
知りましょう。

救援物資



育児・介護・女性用品等が不足する傾向があります。乳幼児や障がいのある家族を抱えた人が車中避難を余儀なくされるケースもあり、物資が届きにくいため配慮が必要です。

災害時の6つの心得

<input type="checkbox"/> チェック-1 非常用袋 (リュックサックがおすすめ)	<input type="checkbox"/> チェック-2 飲料水 (1人1日3Lが目安)	<input type="checkbox"/> チェック-3 非常食 (持ち運びしやすく高カロリーなもの)	<input type="checkbox"/> チェック-4 懐中電灯 (予備電池もセットで用意)	<input type="checkbox"/> チェック-5 貴重品 (印鑑と通帳はセットで保管)	<input type="checkbox"/> チェック-6 お金 (公衆電話用に小銭も準備)			
<input type="checkbox"/> チェック-7 携帯ラジオ (予備電池もセットで準備)	<input type="checkbox"/> チェック-8 レジャーシートや毛布 (寝袋としても便利です)	<input type="checkbox"/> チェック-9 マスク	<input type="checkbox"/> チェック-10 救急用品 (ばんそうこう、包帯、消毒液など)	<input type="checkbox"/> チェック-11 軍手や革手袋 (ガラス片などでけがを防止)	<input type="checkbox"/> チェック-12 ポリ袋 (応急手当や調理など多用途に便利)			
<input type="checkbox"/> チェック-13 笛やブザー (居場所を知らせることができます)	<input type="checkbox"/> チェック-14 着替え (下着も含みます)	<h2 style="text-align: center;">防災バッグのチェックリスト</h2> <p style="text-align: center;">1人の大人が背負って歩くことに支障のない重さ</p> <table border="1" style="margin: auto;"> <tr> <td style="text-align: center;">男性 約15kg</td> <td style="text-align: center;">女性 約10kg</td> </tr> </table>			男性 約15kg	女性 約10kg	<input type="checkbox"/> チェック-15 雨カッパ (防寒具の代わりにもなります)	<input type="checkbox"/> チェック-16 防災ずきん・ヘルメット (避難時に使用します)
男性 約15kg	女性 約10kg							
<input type="checkbox"/> チェック-17 スリッパ	<input type="checkbox"/> チェック-18 筆記用具	<input type="checkbox"/> チェック-19 トイレトペーパー ウエットティッシュ	<input type="checkbox"/> チェック-20 マッチやライター					
<input type="checkbox"/> チェック-21 簡易トイレ	<input type="checkbox"/> チェック	<input type="checkbox"/> チェック	<p style="text-align: center;">小さな子どもがいる家庭は</p>		<input type="checkbox"/> チェック-22 粉ミルク (ほ乳びんもセットで準備)	<input type="checkbox"/> チェック-23 紙おむつ		
チェック項目は、家族構成や家庭の事情に合わせて追加してください								

家族会議をひらき、それぞれの役割分担を決めておくことも備えです！

情報提供：松山市 総合政策部 危機管理課

避難情報の種類は
ご存知ですか？

避難勧告や避難指示(緊急)を発令することが予想される場合

ひなんじゆんび
避難準備
こうれいしゃとうひなんかいし
高齢者等避難開始

- ◆ 避難に時間がかかる人(ご高齢の方、障がいのある方、乳幼児をお連れの方)とその支援者は避難を始めましょう。
- ◆ その他の人は、避難の準備を整えましょう。

災害による被害が予想され、人への被害が発生する可能性が高まった場合

ひなんかんこく
避難勧告

- ◆ 速やかに避難場所へ避難をしましょう。
- ◆ 外に出ることのでかえて命に危険が及ぶようなときは、近くの安全な場所に避難しましょう。

災害が発生するなど状況がさらに悪化し、人への被害の危険性が非常に高まった場合

ひなんしじ
避難指示(緊急)

- ◆ まだ避難していない人は、緊急に避難場所へ避難をしましょう。
- ◆ 外に出ることのでかえて命に危険が及ぶようなときは、近くの安全な場所に避難をしましょう。