
男女共同参画の視点でつくる

避難所運営ガイド



川崎市男女共同参画センター

目次

0	はじめに	3
1	避難所を知ろう	4
2	避難所運営って、どんなことするの？	6
3	避難所運営に必要な男女共同参画の視点とは	9
3.1	避難所では	9
3.2	普段の活動では（日頃の意思決定と役割分担について）	9
4	具体的に避難所運営に活かす	15
4.1	集団生活に適したプライバシーの確保・住居空間の作り方	15
4.2	安心・安全・衛生面の確保	18
4.3	避難所の受付	22
4.4	支援物資の仕分けと管理、配布	24
4.5	心のケアと健康チェック・相談機能	27
5	避難所チェックシート	30
6	おわりに	33



0 はじめに

本冊子は、平時より避難所運営組織や町内会・自治会を基盤とする自主防災組織のみなさまに、各組織で作成している避難所開設・運営のためのマニュアルや日ごろの防災訓練の参考にさせていただくために、避難所運営において「男女共同参画の視点から避難所運営を考えるためのガイド」として作成しました。

川崎市地域防災計画震災対策編の第1章 計画の方針「第8節 男女共同参画の視点への配慮」には、「過去の災害発生時の経験から、被災時に増大する家事、育児、介護等の女性への集中や、配偶者等からの暴力や性被害、性暴力が生じるといったジェンダー課題が明らかになっている。こうした課題を踏まえ、災害時における様々な被害やニーズに対応するため、市では、地域防災活動における女性の参画を推進するとともに、この計画のすべての事項を通じて、被災時の男女のニーズの違いに配慮を行うほか、防災会議の委員に占める女性の割合を高めるよう取り組むなど、男女共同参画の視点を取り入れた防災体制の確立に努めるものとする。」と記されています。

このことについて具体的にみなさんの地域で取り組むとしたら、どんなことができるのか一緒に考えてみませんか。

まずは、地域の防災・減災活動や避難所運営会議単位で行う避難所開設訓練の場面で、自分たちの地域にどのような人が暮らしているのか、地域の構成員を把握しておくようにしましょう。様々な地域の人たちが共に支え・助け合い、安全・安心な地域を作るためには、普段からどのような視点を持って防災の取組をすべきかを学び、いざという時に備えることが必要です。

本冊子で登場する用語の解説

避難所運営会議	避難所運営の主要な業務を担い、かつ実施業務の内容を決定する機関です。地域の自主防災組織やPTA、子ども会等の方々が、地域要員（市職員）や施設管理者の協力のもと、自主的に避難所運営を行う組織です。また、避難所の運営を的確に行うために、避難所運営会議ごとに避難所運営マニュアルを作成します。
避難所運営マニュアル	本冊子で出てくる「避難所運営マニュアル」とは、川崎市危機管理本部危機管理部が発行する「川崎市避難所運営マニュアル～地震災害対策編（標準例）～（R8.4）」のことです。
地域防災計画	災害対策基本法に基づき、川崎市防災会議が作成する地震防災に関する計画です。さらに各区では、市の地域防災計画に基づき、区の特性を踏まえた区ごとの地域防災計画が策定されています。
自主防災組織	主に町内会・自治会やマンションの管理組合などが母体となって、地域住民が自主的に連帯して防災活動を行う任意団体で、平常時は、防災訓練の実施や防災資器材の整備、防災知識の普及・啓発により地域の防災力の強化を図り、災害時は、災害応急活動に関する情報の収集及び伝達、救出活動（支援）、避難所運営等を行います。
川崎市 自主防災組織 連絡協議会	各区の自主防災組織連絡協議会の代表者が集まる全市の組織です。各区自主防災組織連絡協議会は、避難所を拠点とした地域の活動（避難所運営会議、防災ネットワーク連絡会議、防災訓練、広報等）を実施したり、自主防災組織相互の連携を深めたり、地域における自主防災体制を充実・強化することを目的としており、行政と連携しながら地域防災力の向上を図る組織です。参考までに、川崎市自主防災組織連絡協議会の理事に占める女性の割合は、93名中5名となっています（令和7年度 危機管理本部調べ）。

1 避難所を知ろう

『災害が起きたら避難所へ行く』と思っていませんか？

避難所がどんなところか、誰が行くところなのか、確認しましょう。

Q 避難所って、どんなところ？

A

災害時に、被災者の安全と安心を確保するための場所で、避難が必要な人を受け入れるほか、情報を集めたり伝えたりする機能や物資を備蓄したり配布したりする機能を備えています。災害発生直後の緊急的な避難に活用されるだけでなく、災害で家屋が倒壊・焼失し生活の場を失った被災者の臨時的な生活の場になります。

川崎市では、市立中学校を「地域防災拠点」、市立小学校及び高等学校等を「避難所」として指定しています。「地域防災拠点」は、避難所の機能のほか、応急医療救護機能等も備えています。

Q 避難所って、誰が行くの？

A

地域の被災者が行く場所です。

ただし、行く目的はそれぞれ違います。

1、災害により被災し、自宅での生活が困難な人（避難者）

地域の避難所で生活することになります。避難所が設置されている地域の方がメインですが、それ以外の方が避難される場合もあります。避難所に届く支援物資などを使い、みんなで助け合って生活していきましょう。

2、被害が小さい自宅や親類・近所の知人宅などで生活を続けることが出来る人（避難所外避難者）

避難所に届く支援物資は、自宅等で生活はできるがライフラインが止まって物資調達や情報収集が困難な人にも、分配されます。できるだけ毎日避難所へ行き、支援物資や情報を受け取るだけでなく、避難所運営にも参加しましょう。ただし、物流が回復し物資の確保が可能になった場合には、避難所で支援物資を受ける対象には含まれません。



停電で暗い体育館に、避難者がたくさんいる様子がわかります。

日時：2011年3月11日22時過ぎ

（出典：多賀城市）

Q

避難所って、誰が開設して運営するの？

?

A

市が指定した学校などに、自主防災組織・PTA・子ども会・施設管理者などからなる「避難所運営会議」の構成員と行政担当者が連携して開設、運営します。

避難者や避難所外避難者も、避難所運営会議構成員等の指示のもと、避難所運営活動を積極的に行いましょう。

避難所運営会議の構成員（委員や班員）も、同じ被災者です。被災状況もそれぞれ異なることが予想されますので、避難所にいる避難者や避難所外避難者が相互に協力して運営することが大切です。

避難所運営会議組織の編成の例としては、委員長・副委員長（2名）、委員を決めておき、避難所運営会議の具体的な業務の執行及び運営のために、運営各班を設置します。業務を円滑に行えるよう、各班には班長及び副班長を決めます。ただし、健康やメンタル面などを考慮し、適宜、交替を行います。具体的には（1）総務班（2）情報広報班（3）保健救護班（4）環境衛生班（5）食料班（6）施設物資班になります。避難所の状況や必要に応じて、柔軟に班を見直しながら対応しましょう。学校関係者と常に連絡調整しながら、事前に災害時に運営することを想定して避難所開設訓練やマニュアルの整備・備蓄などを行っておきましょう。



避難所内に設けられた伝言板です。安否を伝える伝言や所在を尋ねる伝言が、多数貼り出されています。

（出典：岩手県山田町）

帰宅困難者への対応

大災害直後には、鉄道やバス等の交通機関が運行を停止するため、通勤・通学者や買い物客、ビジネス客、観光客等の滞留者や帰宅困難者が川崎市内で大量に発生することが予想されています。川崎市は帰宅困難者用の一時滞在施設の確保を進めていますが、避難所に避難してくる可能性もあります。周りに帰宅困難者一時滞在施設があれば、そちらを案内してください。ただし、土地勘がなく不安な方もいるので、無理はしないでください。

交通網が復活した際には帰宅するはずですので、避難者のチーム作りの際は地域の方と別のチームにして、受け入れましょう。



避難情報帰宅困難者
一時滞在施設 一覧



避難情報帰宅困難者
一時滞在施設 マップ

2 避難所運営って、どんなことをするの？

避難所を開設し、運営していくには、以下のようなことを実施します。

▼時期：初動期（災害発生当日～3日目程度） 地震の場合、市内で震度6弱以上

避難所運営会議を中心とした運営体制の確立	市指定避難所の開設・運営責任者は、原則、市職員ですが、状況により施設管理者や避難所運営会議委員長などが代行します。運営の中心となる避難所運営会議は、責任者等の少なくとも3割以上が女性となることを目標に事前に組織し、地域住民が主体となって運営しましょう。
避難所となる施設の建物や設備の安全確認	避難所運営会議構成員、市職員、施設管理者が協力して、安全確認を行います。下水や配管の状況が確認できるまでの3日間程度は、トイレの水を流せません。
避難者等への説明、指示	施設の安全確認及び受け入れ準備が整うまでは、避難者は施設の外（校庭等）で待機してもらいます。体調不良者やけが人がいる場合は、できるだけ他の方と違う場所を確保しましょう。
避難所開設に向けた調整と場所の指定	施設が利用できると判断した場合は、受け入れに向けた準備等を行います。プライベートテント等を使用してプライバシーを確保したり、トイレ等を安全に安心して利用できるように準備しましょう。
情報収集・伝達手段の確保	情報掲示板をつくり、避難所ルールや収集できた情報を掲示します。性暴力・DV防止に関するポスター等も、見やすい場所に掲示しましょう。
区本部への連絡	避難所での必要な支援を受けるため、避難所を開設したことを区本部に連絡します。
避難者の受付	受付を設置し、避難者に様式を記載してもらいます。食料や物資の配給等は様式に基づき行うため、避難所外避難者にも記入してもらいましょう。避難者の中にはDVやストーカー等の被害者が含まれている可能性もあることから、安否問合せ時に情報公開していいかどうかは必ず確認しましょう。運営協力ができるかや避難生活で配慮が必要なことなども確認が必要です。
避難者のチーム分け	避難所運営に関する情報伝達や物資配布、相互支援を円滑にするため、避難者でチームを作りましょう。代表者（チームリーダー）には、女性と男性の両方を配置し、役割が固定化しないように配慮しましょう。
避難所外避難者等への対応	様式に記入してもらうことで、食料・物資・情報の提供を行うことができます（ただし、提供については各避難所に取りに来てもらうことになります）。避難所での共同生活が難しく、避難所外避難を選択する（せざるを得ない）人もいます。ニーズを把握し、必要な対応を行いましょう。

備蓄している食料や飲料水、物資の確認・配給	備蓄している物資の状況や数を確認し、避難者はチーム単位で、また避難所外避難者にも配給します。公平に配給することも必要ですが、必要な人に必要な支援が届くことが重要です。優先順位をつけたり、受け取りやすい配布方法の工夫をしましょう。食物については、アレルギー等の確認も行いましょう。
安全対策	女性や子ども等の安全を確保するため、照明を確保したり夜間の見回りなどを行いましょう。避難所チェックシート（P30）の活用も有効です。

▼時期：展開期（4日目～）

避難所の運営	各運営班に分かれて、避難所を運営していきます。班長には女性と男性の両方を配置し、役割が固定化しないように配慮しましょう。
避難所運営会議の運営及び業務	当初の避難所運営会議構成員に、避難者の代表（災害時に配慮が必要な人やその家族等も）を加え避難所運営会議を実施しながら、ルールの見直しや運営班への人員配置等を実施しましょう。
各運営班の運営	特定の方に負担が集中しないよう、班員の交代を行いましょう。性別固定観念に縛られないよう注意しながら、本人の意思を尊重し強制はしないようにしましょう。
役割の明示	避難所運営会議名簿を作成し、情報掲示板で明示するとともに、見分けやすいように腕章や名札をつけましょう。

▼時期：安定期（1週間目～）～統合・閉鎖期（ライフライン回復時）

他自治体応援職員等との連携	他の自治体等から派遣される職員と連携し、避難所運営を行いましょう。女性職員を派遣してもらうことで様々な女性への支援が進むため、受け入れ環境を整え円滑な受け入れに努めるようにしましょう。
集約・統合・閉鎖の準備、閉鎖	区本部と協議しながら、時期や対応等の準備を進めましょう。

※災害の状況によっては順番が前後します。



避難所開設・運営に向けた事前準備

災害時に避難所を開設し運営するためには、下記のような事前準備が必要です。

- 1 避難所運営会議の設置
- 2 避難所運営会議の開催
- 3 施設の設備等の確認
- 4 避難者の受け入れスペースの確認
- 5 鍵の保管
- 6 関係機関連絡先の確認
- 7 備蓄物資及び備蓄倉庫の管理・点検
- 8 避難所運営訓練等の実施



「みんなで訓練48」

川崎市内の避難所では避難所運営会議の設置が進んでおり、会議を開催しながら3～8の準備を進めているところもあります。事前準備を進めておくことで、災害時の避難所運営はスムーズになります。それぞれの地域でどこまで進んでいるか確認しましょう。

「なにかから始めたらいいかわからない」という場合は、川崎市が作成した「みんなで訓練48」を使って訓練を行ってみませんか。「みんなで訓練48」は、地域の防災訓練を高める48の訓練例の手順書となっており、防災訓練を誰でも実施できるツールです。

訓練のポイントは、まずやってみて、振り返りをしっかり行うことです。訓練をやってみて出来ないことは、災害時にもできません。出来なかったことは、災害時に出来るためにはどうすればいいか、振り返りでみなさんと意見を出しましょう。「マニュアルに書いてあるようにやってみたらできなかった」という意見が出た場合は、マニュアルに書いてあることが間違っていたのかもしれないので、次はマニュアルを見直してみましょう。

「HUG」を知っていますか？

HUG（ハグ）は「避難所運営ゲーム」の通称で、避難所運営をみんなで考えるための1つのアプローチとして、静岡県で開発されました。

避難施設で起こる、部屋割り、炊き出しの場所や仮設トイレの配置、災害時要援護者への配慮、視察や取材対応など様々な問題に対して、ゲームを通して対応を考えます。

川崎市では、川崎市の避難所運営基本原則なども学べる KAWAHUG（カワハグ）を作成し、貸し出しをしています。

事前にこのような学習をしておくことは、災害時の備えになります。ぜひ体験してみましょう。

3 避難所運営に必要な男女共同参画の視点とは

3.1 避難所では

避難所の責任者には、男女両方を配置しましょう

避難所の開設・運営においては、男女のニーズの違いや子育て家庭等のニーズに配慮することが必要です。女性、子ども・若者、高齢者、障がい者等の多様な主体の意見を踏まえた避難所運営を行うため、管理責任者や運営組織の役員には男女両方を配置しましょう。また女性が少なくとも3割以上は参画することを目標とします。

みんなで共同して活動しましょう

性別や年齢等により、役割を固定化することがないようにしましょう。特に炊事や清掃など、日常の家庭での家事分担を災害時にも適用すると、普段以上に女性に役割が集中しがちです。性別や年齢にとらわれない役割分担やローテーションを行い、みんなで共同して避難所の活動を行うことが重要です。トイレの設置等に際しては、女性や要配慮者など当事者に意見を求めましょう。



安全・安心な居住空間をつくりましょう

避難所では、たくさんの人が狭い空間で共同生活を行うことになります。避難者のプライバシー、女性の安全・安心を守るための工夫を行うことで、誰にとっても安全で安心できる居住空間をつくることができます。「避難所チェックシート」(P30)には目指すべき姿がまとめてあります。出来ていないことをチェックするだけでなく、何をしたいかわからないときに確認することで、よりよい安全・安心な避難所にする前向きな活用をおすすめします。

3.2 普段の活動では（日頃の意志決定と役割分担について）

積極的に地域のネットワークを構築しましょう

日頃から育んでいる地域のネットワークは、災害時の声かけなどに大いに役に立ちます。特に、ご近所づきあいが得意な人に地域のネットワークの中心として活動してもらうと、コミュニケーションが上手に進みます。

普段から男性も女性も地域の活動に参加しましょう

災害時に男女が共に支え合うためには、普段からみんなで防災について話し合い、活動しておくことが必要です。地域の活動は、男性中心に進めるのではなく、女性も若者も「主体的な担い手」として位置づけることが重要です。

- 1人の人がすべての立場の人を想像することは難しいことをまず認識しましょう。
- 困難の感じ方や必要な支援に違いがあるということを前提に役割と配置を考えていくことで、お互いの心身の負担を軽減しながら共同して円滑に避難所を運営できる環境をつくっていきましょう。

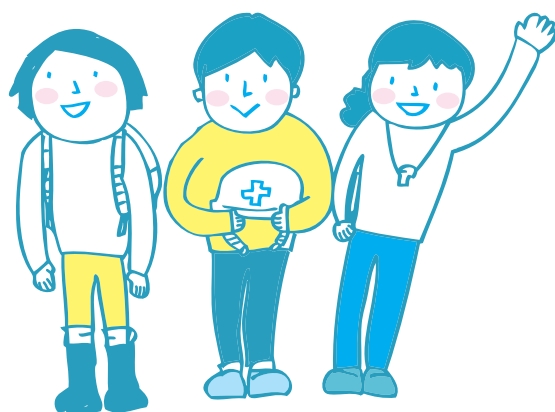
男女共同参画の視点から考える防災というのは、まず、同じ災害を経験し、同じ家族で、同じ地域コミュニティに暮らしていても、その困難の質や度合は女性と男性とでは異なった被災体験をするということを知ることから始まります。これまでの災害時においては、外部からの支援者は少数の男性責任者を通してしか、避難所や地区内のさまざまな立場の人々のニーズを知ることができなかったといわれています。

男性のリーダーとなる方は、責任感が強く、日頃から地域活動に積極的であり、苦勞の多い世話役をかって出してくれる方が多くいらっしゃいます。しかし、災害時においては、女性と男性とで必要とするものが異なることや避難所の環境に対する感じ方の違い、優先課題の認識が異なるといったことにより、十分な情報共有が難しくなります。その結果、物資の品目が偏ったり、配布がうまくいかなくなったりすることがあります。

避難所生活は想像以上に負担が大きいものであるということを踏まえ、男女を問わずその時出来る人が分担することが必要になります。そのためには、性別や年齢で役割が固定化することがないように日常の意思決定の場のあり方から見直し、地域の実情と結び付けて、災害時の困難をきちんと話し合っておくことや、そうした環境づくりを行っていくことが求められます。

これからは、女性の視点をきっかけに「それぞれの困難・ニーズ」を知ることが大切です。障がい者、高齢者、また男性にもそれぞれの困難とニーズがあります。また、現代では、单身者も増加しライフスタイルも多様化しています。「女性の視点に立った防災」「女性の参画」を手掛かりに、地域に住むそれぞれの被災経験や支援経験、そして生活者としての経験を活かしていくことが災害時のリスクを低くする減災への取組につながります。

平時と災害時はひと続きです。性別にかかわらず、いろいろな立場の方が平時の活動に参加し、暮らしの困りごとや不安を口に出すことができる状況を作り、想像力を働かせながら、知恵と工夫をわかちあうことで、地域の災害ダメージを小さくしていけることを一緒に目指しませんか。



● 課題例と把握したい地域の男女別データ

男女共同参画の視点は分野横断的な視点です。災害から受ける女性と男性の影響やニーズ等の違いを適確に把握し、きめ細かく対策を講じるには、男女別のデータを収集し、活用することが必要です。

発災直後に必要なデータ項目を決定することは困難なため、平常時にあらかじめ、男女別のデータを収集し、傾向の違いなどを把握しておきましょう。時間の経過とともに変化する災害課題と男女別データの例を表にしていますので参考にしてください。

次ページでは具体的な例を2つ紹介しています。

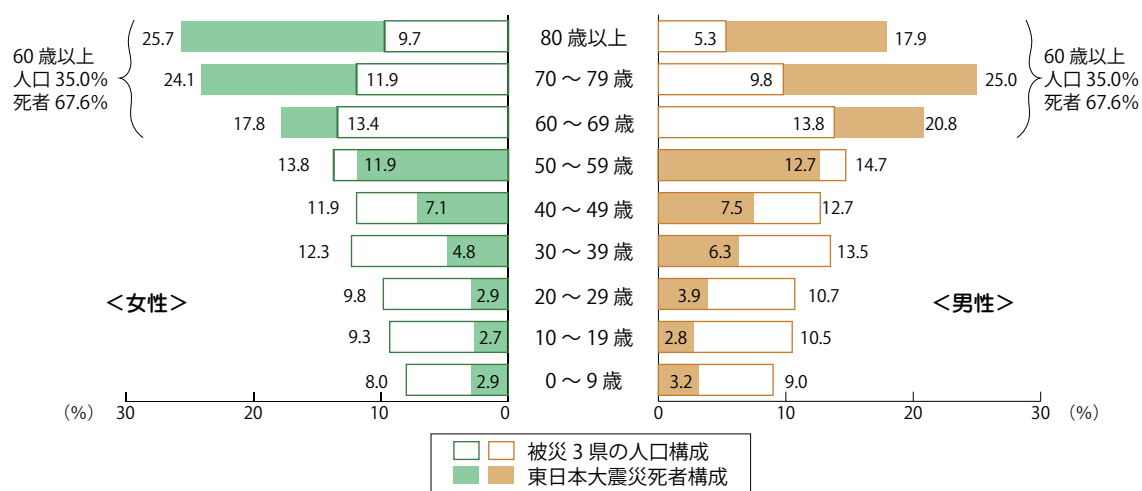
	時間 ※時間は目安です	主な状況と課題	把握したい地域のデータ例
平常時			・地域住民人口(男女別) ・昼夜間人口の男女比率や世帯類型 ・雇用動向(男女別) ・災害時要援護者数(男女別) ・防災会議の男女委員比率 ・避難訓練、地区防災計画策定への参画した男女比率 ・自主防災組織、自治会の男女比率 ・消防団、防災士等の男女比率
応急対応	(初動期) 災害発生当日	・緊急避難行動(その場の待機を含む) ・避難所開設 ・救命救助	・負傷者数(男女別) ・死亡者数(男女別) ・行方不明者数(男女別) ・帰宅困難者数(男女別) ・災害対策本部の男女委員比率 ・応援職員の男女比率
被災地社会成立期	避難生活(展開期) 翌日～3日目	・町内巡回、安否確認 ・一時的避難生活の場の確保 ・自宅の片づけ	・避難所への避難者数(男女別) ・在宅避難者や避難所以外(車中泊・テント泊等)での避難者数(男女別) ・相談件数と相談内容(男女別) ・性暴力・DVを含む犯罪件数と被害者数(男女別) ・避難所の自治的な運営組織に占める役員の男女比率
	4日目～	・避難所運営体制の確立 ・要配慮者支援ニーズの増大 ・被災者支援の本格化 ・在宅避難における問題の顕在化	
	(安定期) 1週間目～1か月半	・他自治体からの応援・受援体制 ・区本部と協議しながら避難所の集約・統合・閉鎖の準備と調整	
復旧・復興期	1か月半～	・仮設住宅への入居、コミュニティ形成支援 ・住宅修理の問題 ・経済生活 ・その先、区画整理や防災集団移転事業、堤防建設等のハード対策とその長期化による影響	・子育て世帯・介護世帯の実態把握 ・ひとり親家庭の就労状況、経済状況の実態把握 ・建設型応急住宅や復興計画等の委員会における男女比率 ・復興まちづくりのワークショップ等へ参画した男女比率 ・復興支援事業の受益者の男女比率 ・雇用・労働動向(男女別) ・災害関連死(男女別) ・相談件数と相談内容(男女別)

(川崎市男女共同参画センター 作成)

参考資料：・男女別データチェックシート 内閣府男女共同参画局「災害対応力を強化する女性の視点～男女共同参画の視点からの防災・復興ガイドライン～」(令和2年5月) p.60 https://www.gender.go.jp/policy/saigai/fukkou/pdf/guidelene_09.pdf
 ・全国社会福祉協議会作成 災害福祉支援活動の強化に向けた検討会 「詳細版 災害福祉支援センターの機能」(2022年3月) <https://www.shakyo.or.jp/bunya/saigai/teigen/2203pamph3.pdf>

【具体例①】男女別・年齢階層別の死亡者数

東日本大震災における男女別死者数と地域人口の年齢構成比較（岩手県・宮城県・福島県）



東日本大震災では、被災三県、岩手、宮城、福島における死者数は女性 8363 人、男性 7360 人（2012 年 3 月 11 日時点、平成 24 年版男女共同参画白書）で女性の死亡者が多かった。

【具体例②】男女別・雇用状況の統計データ例

岩手県・宮城県・福島県の雇用保険受給者実人員（男女別）

（単位 上段：人、下段：％）

		平成 23 年 5 月	8 月	11 月	24 年 2 月
岩手県	女性	8,666 (100.6)	8,863 (93.9)	7,230 (87.8)	6,829 (94.3)
	男性	6,951 (36.1)	5,825 (17.0)	4,527 (15.0)	4,255 (22.1)
宮城県	女性	17,652 (144.1)	19,406 (131.8)	16,338 (135.6)	15,261 (145.3)
	男性	15,296 (118.1)	14,810 (95.2)	12,188 (88.7)	10,875 (79.1)
福島県	女性	13,403 (107.0)	15,453 (121.0)	14,033 (136.3)	12,166 (126.1)
	男性	11,269 (75.6)	11,355 (76.1)	9,916 (81.1)	8,930 (80.2)
3 県 合計	女性	39,721 (120.4) 約 2.2 倍	43,722 (119.3) 約 2.2 倍	37,601 (124.8) 約 2.2 倍	34,256 (126.6) 約 2.3 倍
	男性	33,516 (80.8) 約 1.8 倍	31,990 (68.3) 約 1.7 倍	26,631 (67.8) 約 1.7 倍	24,060 (65.8) 約 1.7 倍

雇用保険受給者実人員（平成 24 年 2 月）は、女性 3 万 4,256 人、男性 2 万 4,060 人で、男性は前年同月の約 1.7 倍であるのに対し、女性は約 2.3 倍で、男性に比べて女性の増加率が高く、女性の方がより厳しい雇用状況となっている。

備考：1、厚生労働省「被災 3 県の現在の雇用状況（月次）（男女別）」より作成
 2、雇用保険受給者実人員には、個別延長給付、特例延長給付、広域延長給付を含む。
 3、雇用保険の数値は自発的失業や定年退職、その他特例（休業、一時離職）対象分も含む。
 4、下段の（ ）内は、対前年同月増減率（％）。

出典：内閣府 平成 24 年版男女共同参画白書

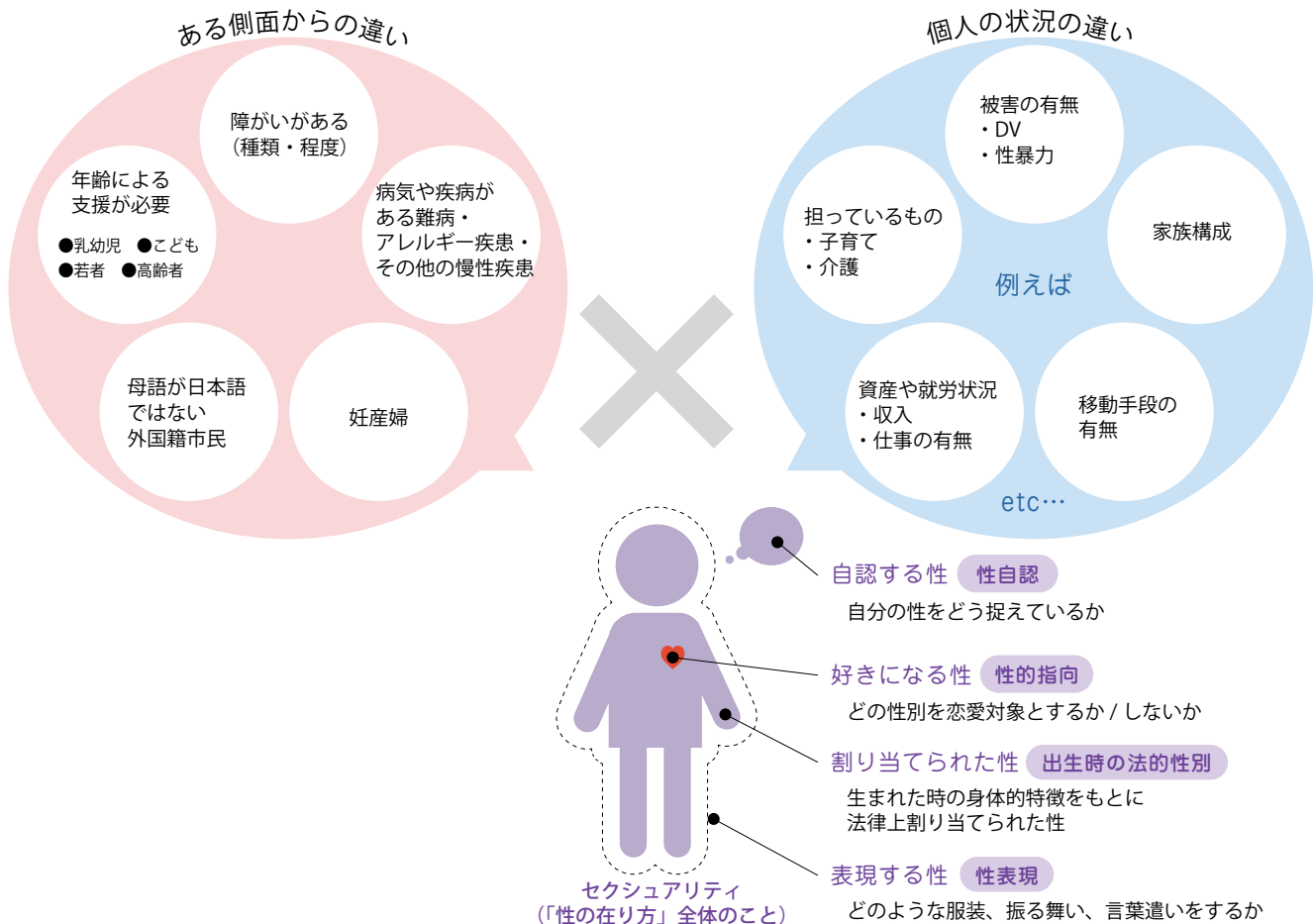
（第 2 図）https://www.gender.go.jp/about_danjo/whitepaper/h24/gaiyou/html/honpen/b1_s00_01.html

（第 5 表）https://www.gender.go.jp/about_danjo/whitepaper/h24/gaiyou/html/honpen/b1_s00_02.html

被災者 1 人ひとりの多様性とは

年齢、性別、性自認、性的指向、障がいや病気の有無や種類・程度、国籍や母語の違い、家族構成や就労状況などにより、困難はそれぞれに違い、必要とする対策・支援は異なります。個人的な要因で起こっているように見える困難も、社会関係・文化・地域経済・環境など、被災者・被災地を取り巻く幅広い要因によって発生していることが多くあります。

本冊子では、1 人ひとりの被災者について、男性・女性といったカテゴリーを単一的に捉えることなく、その中の多様さ、例えば、女性であることに加え、母語が日本語ではないこと、障がいがあること、高齢であること等の要因による困難が複雑化・深刻化する場合もある（交差性）ことについて理解し、性別をはじめとする様々な要因によって 1 人ひとりの違いが生じていると考えます。その違いに配慮することを「多様性への配慮」と表現します。



重要なことは、災害からの影響の受けやすさ（脆弱性）と被災者自身が持つ対応能力・レジリエンス（回復力）の両面を見ることが必要です。すべての人に同じだけの力と資源があるわけではなく、個人、集団にはそれぞれ異なった能力、ニーズ、脆弱性があり、それらは時とともに変化します。そのため、平時の場面から多様な人が支援や共助の意思決定の過程へ参加していくことが大切です。

ニーズとは

災害支援で使われる「ニーズ」という言葉の意味は、社会福祉などの分野で使われるのと同じで「現在の状態と、こうあってほしい状態との間にあるギャップまたは不足」を指します。現状を変えて新しい状態をつくりだそうとするときに理解される要求が「ニーズ」です。

したがって、たとえ潜在的にニーズが存在していても、もしも私たちが現状しか知らなかったり、または現状を変えることなどできないと考えたりすれば、「そこにニーズはない」ということになってしまいます。災害時に特別なニーズを持つ人は、普段から支援を必要としている人です。

【引用】「男女共同参画の視点で実践する災害対策 テキスト 災害とジェンダー＜基礎編＞」
東日本大震災女性支援ネットワーク（2013年3月31日発行）（P. 5）より

「スフィア基準」を知っていますか？

スフィア基準とは？

スフィア基準とは通称であり、正式名称は「スフィア・プロジェクト：人道憲章と人道対応に関する最低基準」といいます。災害や紛争が起こると、人々の人権が軽んじられないような状況に直面することが少なくありません。そこで災害、紛争の影響を受けた人の権利、その人たちの支援する活動の最低基準について定められています。スフィア基準は次の2つの柱と4つで構成されています。

2つの柱

●基本原則（人道支援の土台）

- ①人道憲章：全ての人が尊厳ある生活を送る権利がある。
人道支援に関わる人々の共通認識が明文化されている。
- ②権利保護の原則：差別なく支援を受ける権利（安全・尊重・参加の保障）
全ての人道支援に適応すべき4つの権利保護の原則が記載されている。
- ③人道支援の必須基準：支援の質と説明責任を担保する（9つのコミットメント）。

●技術的最低基準

・「給水・衛生」、「食料」、「避難所」、「保健医療」4分野において、人道支援における最低限の基準とその目的、効果が記載されている。

単なる技術的なガイドラインではなく、「人間の尊厳を守る支援とは何か」を問いかけ、人道支援の最低基準を明示、支援の質と公平性を担保するもので、支援者の行動指針でもあり、被災者の権利を守るものでもあります。スフィア基準の中でジェンダー・多様性への配慮は、どんな人道支援活動にも必要な分野横断的課題と位置づけられています。その理由は、災害時に特に支援を必要とする人々は、日常から地域の中で声を挙げにくい人々でもあり、支援が行き届いているか把握されないまま支援が行われる可能性があるからです。様々な不平等や差別がある社会の仕組みを意識しないで支援が行われると意図せずして特定の被災者がさらに被害を受けることにもなりかねません。そのため効果的な人道支援の計画立案と人権を守る上でとても重要であると述べています。

詳細は二次元バーコードからご覧ください。➡



（出典）スフィアハンドブック：人道憲章と人道支援における最低基準 日本語版第4版より

4.1 集団生活に適したプライバシーの確保・住居空間の作り方

どんな問題があるの？

☆災害発生時間・被害状況・避難状況に見合った避難所レイアウトを、臨機応変に設定する必要があります。

☆支援が必要な高齢者や障がい者、妊産婦等については、心身の状況に応じて、一般の避難者と区分するなどの配慮が必要です。

☆集団生活なので、ルールがあります。普段のように自由な生活はできません。

☆体育館などの広い場所でたくさんの人が生活するため、プライバシーの確保が難しくなります。

事前に調整しておこう



- ✓ 避難所となる学校内の使えるスペースや広さを把握しましょう。場所が足りない場合は学校と話し合い、使える教室を検討しましょう（川崎市避難所運営マニュアル資料集・様式集も参考にしてください）。
- ✓ 予想される避難者の数から、地域ごとの避難スペース、拠点運営のスペース（本部・各班の拠点、救護所等）、プライバシーを確保するためのスペースなどを考え、割り振りをしましょう。更衣室（男性用、女性用）や授乳室、母子避難スペース、キッズスペース等も設置できるように検討しておきましょう。
- ✓ 特に、高齢者・障がい者・妊婦・乳幼児連れ家族等、配慮が必要な方が利用するスペースは、使いやすさを十分に考慮して決めましょう。例えば、高齢者・障がい者の方は、階段を上り下りすることが難しい場合が多いので、1階にスペースを確保するとよいでしょう。
- ✓ スペースの割り振りを決めたら、多言語・ピクトグラムを活用した部屋札を作成し（できればラミネート加工し）、避難所を開設後すぐに使用できるように所定の場所へ保管しておきましょう。
- ✓ 学校は子どもたちの学習の場です。時間の経過に合わせて、場所の割り振りを換え（引っ越しを行い）、なるべく早く学習の場として戻しましょう。

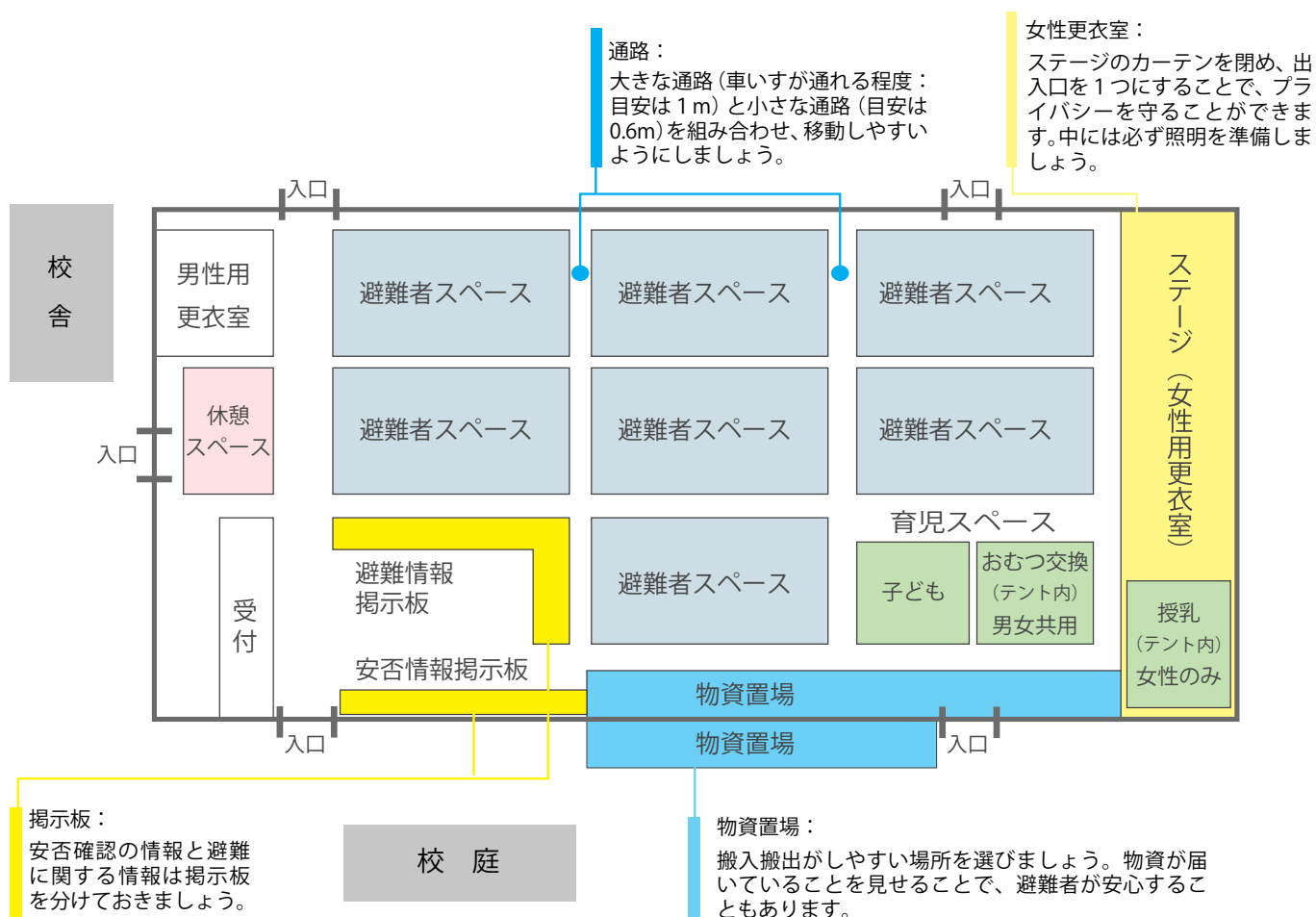
事例に学ぶ

- * 体育館に雑魚寝していたので、プライバシーが全くなかった。
- * 知らない男性がその場で着替えるので、いやだった。
- * 子どもが夜泣きをして、周りから「うるさくて眠れない」と文句を言われた。
- * 乳児を抱えて避難したが、授乳時に周りが気になって、安心できなかった。
- * 盗撮や盗み見をされたり、性被害が発生したりした。
- * 周囲の視線が気になり、避難所で同性パートナーと一緒に寝起きすることができず、不安な毎日を過ごすことになった。

重要な男女共同参画の視点



- ✓ 発災直後の混乱期は、到着順に避難所に入ることになるかも知れませんが、なるべく早い段階で地域ごとやニーズに合わせて場所を決め、レイアウト変更しましょう。事前に地域ごとのスペースを決めておき、掃除のタイミングなどで実施するとスムーズです。
- ✓ 乳幼児連れ世帯、単身女性や女性のみ世帯などが優先的に入れるスペースを作りましょう。間仕切り用パーティションなどを利用してプライバシーを確保することで、安全・安心な居住空間を作ることができます。
- ✓ 安心な避難所づくりのレイアウト図（案）



こんな訓練をやろう（避難所内割り振り訓練）

事前準備

避難所として使用できない教室等を、あらかじめ学校長と確認しましょう。

実施方法

- ① 体育館の広さを確認し、想定されている避難者数や地域・自主防災組織の数で面積を割り振ってみましょう。（1人あたりの避難スペースの目安は2㎡以内）
- ② 性別やニーズを考慮したスペースの確保を考えましょう。
考慮が必要な例：障がい者、介護などが必要な方、妊産婦や乳幼児を抱える家族などに配慮したスペースの確保。男女別の更衣室。通路。
- ③ 長尺（メジャー）などを使い、考えた避難スペースなどをテープで明示します。衝立等が使える場合は、実際に組み立てて配置してみましょう。
- ④ 避難スペースに入り体感し、参加者で改善点を話し合しましょう。

用意するもの

模造紙、油性マジック・筆記用具、幅広のテープ、2m以上の長尺（メジャー）、1人分の割り振りスペース用型紙（1畳見当）、掲示板、その他

災害関連死を予防しましょう

災害関連死は、災害による直接的な被害による死亡ではなく、その後の生活環境の悪化などの間接的な要因による死亡のことです。災害による直接的な被害からせつかく助かった命が、災害によるショックやストレス、被災による医療の中断、長引く厳しい避難生活等の原因で失われてしまいます。例えば2016年の熊本地震では、直接死の4倍以上の災害関連死が認定されました。

災害関連死を防ぐには、避難所内の避難者だけでなく避難所外にいる方々への声掛けや見守りも行い、健康状態の変化に注意を払うことが重要です。市内の福祉事業者や医療関係、市外・県外からの支援と連携して対処しましょう。

避難生活を健康に過ごすためには、①水分をとる、②食事をしっかりとる、③安全（衛生的）に食べる、④身体を動かすことがポイントです。

安全で清潔なトイレが使えないと、トイレの回数を減らすため、水分補給を減らす方もいます。しっかり水分補給できるよう、まずはトイレの数を確保し、避難者の皆さんとともに掃除を徹底し、衛生的に使えるトイレの確保を行いましょう。

災害時は食料の確保が難しいため、栄養バランスを考えた食事が難しくなり、栄養が偏ってしまいます。また食料の確保が難しい場合、配布された食料を取っておこうとする方が出てきます。特に夏場は、保存したものが腐ってしまうこともあるので十分気を付けましょう。

慣れない避難所で同じ姿勢のまま居ると、エコノミー症候群等が発生する可能性があります。みんなで避難所内の掃除をしたり定期的に体操を行ったりして、声を掛け合いながら身体を動かす機会を作り、災害関連死の予防につなげましょう。



4.2 安心・安全・衛生面の確保

どんな問題があるの？

- ☆避難者等はもちろん、支援に来てくれた他の自治体から派遣された職員や NPO、ボランティアなど、多くの人が入り出します。
- ☆たくさんの方が生活する空間なので、トイレや生活用水等の使い方、整理・整頓といった衛生ルールを決め、周知する必要があります。
- ☆安心・安全を確保するため、照明や防犯ブザーの配布も必要になりますが、避難者等の理解を得るのが難しい場合があります。
- ☆性暴力は、若い女性だけでなく高齢者、男性や子ども（男児女児問わず）も被害にあうことがわかっています。
- ☆DV や児童虐待、暴力の被害を訴えるのは平常時でも難しいですが、災害時はさらに訴えにくい状況になります。

事前に調整しておこう



- ✔ これまでの事例から、それぞれの避難所のどこで問題が発生しそうか検討し、安心・安全を確保するために必要な場所（女性専用のトイレや更衣室、物干し場など）を決めておきましょう。

事例に学ぶ

- * ぜんそくがあったので埃っぽい環境がつかった。
- * 女性用物干し場がないため、こまめに洗濯できなかった。
- * パンツやブラジャーなどの下着を洗い干す場所がなく、自分の身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。
- * 更衣室がないため、女の子や女性の多くは仮設トイレの中や毛布の中で着替えるしかなかった。
- * 男性が裸になって着替えるので（平常時はセクハラになるのに）非常時だからと我慢しなければならなかった、怖かった。
- * 障がいがあるため仮設トイレをうまく使えないので、避難所にいられなかった。
- * 耳が聞こえないために情報も十分に取れないので不安だった。常にだれか知っている人に情報を伝えてもらいたかった。
- * 結婚して日本で住み始めて 3 年目の外国人女性。日本語がうまくしゃべれないし読めないののでトイレに 1 人で行くことが怖かった。
- * お風呂に入れないため、不衛生だった。自分の匂いも気になった。
- * トイレが汚いため行くのを我慢していたら、便秘や膀胱炎になった。

- * 照明の確保も十分でなく、トイレが男女別でなかったため、音が聞こえてしまうことが気になるなどとても怖く苦痛だった。
- * 段差があり和式トイレがほとんどだったので、高齢者や障がい者、けが人が使用できなかった。車いすの場合はもっと厳しかった。
- * 乳幼児とずっと一緒に行動しなければならず、トイレや食事、自分の身の回りの整理、避難所運営への協力なども全くできず精神的に追い詰められうつ状態になった。
- * 他市から避難所運営支援のため女性職員を多く派遣してくれたので、女性被災者の要望に基づいて様々な配慮をした支援活動ができた。
- * 父親がミルクを準備しようとしたが、授乳室には女性しか入れず困った。

重要な男女共同参画の視点



<防犯・予防>

- ✓ 女性や子どもに対する暴力等を予防するため、避難者等の協力も得て必要に応じた保安要員を確保し、就寝場所や女性専用スペース等を巡回警備しましょう。特に、女性用トイレや女性用更衣室といった女性エリアの安全を確保するためには、女性が巡回することが推奨されています。
- ✓ 暴力を許さない環境づくりや被害者への適切な対応を徹底しましょう。更衣室・入浴施設などは男女別とし、昼夜問わず安心して使用できる場所を選んで設置、照明を付けることは必須となります。安全に配慮して設置しましょう。
- ✓ 更衣室：化粧できないことがストレスになる人もいますので、更衣室の中に鏡などを用意しておくのもよいでしょう。
- ✓ 物干し場：下着などを安心して干せる場所を作りましょう。
- ✓ 例えば、間仕切りの設置方法や必要性、さらに、防犯体制、相談窓口の開設のほか、暴力防止のための仕組み、避難所生活の中で解決できないような課題を想定し、専門機関等との連携体制について検討しましょう。マニュアルへの追記や専門機関の職員を招いて勉強会を開催しておくことで避難所運営に役立ちます。



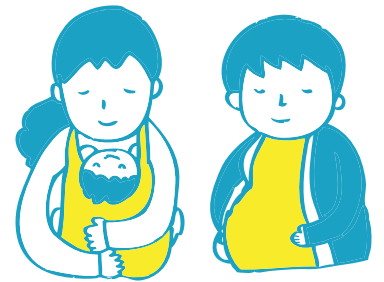
<トイレ対策>

- ✓ 仮設トイレは、男性用と女性用の場所を離して設置しましょう。男性に比べて女性の方が混みやすいことから、女性用トイレの数を多めにしましょう。(目安として男性：女性＝１：３) 仮設トイレの設置場所は女性の意見と移動が困難な高齢者や障がい者等の当事者と協議して決めることが重要です。災害用のトイレは使用方法が普段と違う場合もあるため、ポスター等で伝える工夫をしておくといでしょう。

- ✓ 清掃やトイレトペーパーの補給など、維持管理も必要になります。適切な役割分担は利用する側にも使いやすさを提供することになります。特にトイレ掃除は、女性に過剰に役割が偏らないよう男女共同で当番制にするなど配慮しましょう。
- ✓ 男女のニーズの違いに応じて、男性トイレには男性用尿漏れパッドを、女性トイレには生理用品や女性用尿漏れパッドなどを配置しましょう。
- ✓ トイレは特に、女性と少女の治安上の不安を最小限にできるよう配慮します。トイレを我慢せざるを得ない環境や生理時等に経血の処理が適切に行えない環境では、膀胱炎や外陰炎など婦人科系の病気にかかる可能性が高まります。そのため、生理用品を衛生的に処理できるようにする配慮が必要です。プライバシーを確保し生理用布製品を洗濯・乾燥できるスペースを確保する等も考えておきましょう。
- ✓ 多様なニーズに対応できるトイレの設置方法として、障がいのある人や高齢の身動きがうまくとれない人、トイレが1人でうまくできない幼児、着替え場所もなく困っている女性や、性的マイノリティの方など、男女別の更衣室やトイレを使用できない人のために「着替え室兼車いすの人でも使えるトイレ」として広いトイレが1つでも設置されるようにすると有効です。（公共施設などの多目的トイレのイメージ）。簡易トイレの周りに広く幕を貼ったり運動会用のテントを利用したりするなど、予め検討しておくといでしょう。

<特別なニーズを持つ人への配慮>

- ✓ 授乳室：周りを気にせずに授乳できるスペースを作りましょう。また、その中にオムツ替え用のスペースも作り、オムツを捨てるビニール袋・ゴミ箱も設置しておきましょう。
- ✓ 赤ちゃんの場所：男性もオムツ替えなどの赤ちゃんのお世話ができるように、男女問わず使える育児スペースを設置しましょう。
- ✓ 妊産婦、乳幼児等の健康に配慮し、感染症予防対策を始めとして衛生的な環境を確保するための対策を行いましょう。



(1) 妊婦が直面する課題の例	(2) 産婦が直面する課題の例
お腹が張る、胎動が減る、増える、痛む、出血といった症状のほか、切迫流産・早産リスクや蛋白尿・体重増加・血圧上昇、浮腫などの妊娠高血圧症候群（妊娠中毒症）のリスクになり得る症状も。	母乳が止まる、減少するほか、乳腺炎になったり、おりものが増えたり、長期化する場合もある。発熱や風邪を引きやすくなる等の症状が出ることも。想像以上に慣れない育児と環境変化でうつ症状が出る場合も。

- ✓ 母乳育児中の母子については、母乳が継続して与えられる環境を整えましょう。母乳を与えることができない、または不足する場合には、哺乳瓶やお湯の衛生管理ができる環境を整えた上で粉ミルクを使用しましょう。ただし、粉ミルク・液体ミルク等の母乳代替食品の一律配布は避ける必要があります。内閣府の「授乳アセスメントシート」で個別の授乳状況をチェックした上で、適切に配布しましょう。

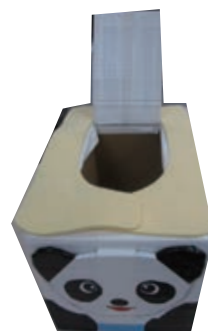
- ✓ 保護者がトイレや用事で出掛けるときに、乳幼児や高齢者・障がい者を一時的に預けられるような環境（託児コーナーなど）を作りましょう。



（例）平塚パワーズから指導を受けて
子ども用につくったキッズ用の
段ボールトイレ →

（例）段ボールパネルとミカン箱で
← つくったキッズスペース

（作成：女性の視点でつくるかわさき防災プロジェクト）



1.5 次避難所のキッズスペースの様子

出典：内閣府

こんな訓練をやろう（避難所機能配置訓練）

✎ 事前準備

避難所となる学校内を見学できるよう、学校長と調整しておきましょう。避難所にどのようなものが備蓄されているか、一覧等で確認しておきましょう。

✎ 実施方法

- ① 学校内を見学し、死角になる場所・注意が必要な場所がないか確認し、図面に書き込んでいきましょう。
- ② 現在決めている仮設トイレ・更衣室・物干し場・授乳室などの場所に、その機能を設置してみましょう。例えば、仮設トイレを組み立て、予定している場所に置いて、実際に座って体感してみましょう。
- ③ その場所が危険でないか、使い勝手は悪くないか等について話し合い、安心・安全を守るための再検討をしましょう。特に、実際に使う人の意見を聞くことが必要です。
- ④ 事前に準備するものや利用ルールも考えておきましょう。

✎ 用意するもの

学校内の図面、マジック・筆記用具、付箋

4.3 避難所の受付

どんな問題があるの？

☆避難者は、自宅が被災したショックや悲しみで、普段とは違う精神状態で受付に来る可能性があります。

☆避難所運営マニュアル様式集にある「被災世帯受付簿」や「被災世帯登録票」は、世帯ごとに記載することになっていますが、世帯でまとめて書くことが難しいこともあるため、柔軟に対応しましょう。

☆情報公開に同意しない方の情報が、同意される方と混同しないように整理する必要があります。

事前に調整しておこう



- ✓ 受付をする際に気をつけるべき事項について、避難所運営会議メンバーで話し合い、共通認識を持つておけるよう文書にしておきましょう。
- ✓ 受付で把握する情報について、避難所運営マニュアルを確認し、どのような様式を使用するか、どのように取りまとめをするかなど、知っておきましょう。
- ✓ 地域の名簿などがあると、受付をスムーズに進めることができます。その場合、保管場所は十分に検討しましょう。
- ✓ 保護者がいない子どもがいる場合、その状況を把握し、専門の施設に引き渡すまでしっかり保護しましょう。

事例に学ぶ

- ＊避難所で、DV加害者の男性と会ってしまった。
- ＊妊娠初期の女性が妊婦かどうか判断できず、気になってはいたが、聞きづらく必要な配慮をすることが難しかった。
- ＊知的障がいのある子どもがいたため、周囲に迷惑をかけることや本人が不安定になるため避難所での生活は困難で、避難所から出ざるを得なかった。
- ＊世帯単位での情報登録となっていたため、個人のニーズを把握することが難しかった。ヒアリングするにもその手順や方法がわからなかった。
- ＊避難者であったが、受付をせずトイレ用の水くみなどを手伝っていたので、ボランティアと間違われて物資をもらえなかった。
- ＊避難所で同性パートナーの所在を確認しようとしたところ、親族でないことを理由に情報提供を拒まれ、確認できなかった。
- ＊避難所を管理する自治体職員に性的指向や性自認への配慮を求めたところ、「こんな大変な時にわがまを言わないで欲しい」とたしなめられた。

重要な男女共同参画の視点



- ✓ 「被災世帯受付簿」や「被災世帯登録票」に記載する内容は、個人情報です。外部からの問い合わせに対して公開・非公開の要望をきちんと聞き、適切な情報管理を行いましょう。
- ✓ 避難者の中には、配偶者からの暴力、ストーカー行為、児童虐待等の被害を受け、加害者から追跡されて危害を受ける恐れのある人が含まれる可能性があります。その加害者等に居所等が知られることのないよう、当該避難者の個人情報の管理を徹底しましょう。
- ✓ 避難者の情報を聞きに来た人に対して、非開示を伝える方法を工夫する等の配慮が必要です。
- ✓ 外国人の登録については、7か国語の「被災世帯登録票」も準備されているので、必要に応じて使用しましょう。
- ✓ 避難所では、避難者の状況を把握する必要があるため、出入りする際は必ず受付に申し出ましょう。
- ✓ 避難所で生活する避難者だけでなく、自宅で生活続ける避難所外避難者や支援者等も出入りする際は受付をするようにしましょう。その際は、受付テーブルを分ける、出入り口を分ける、カードの束を変える等の工夫が必要です。

こんな訓練をやろう（被災者受付訓練）

事前準備

受付時に利用する様式やとりまとめに利用する様式を確認しておきましょう。

実施方法

- ① 受付となる場所に、「登録票記入場所」「登録受付」等の机を並べ、利用する様式や筆記用具などを準備して受付を設けます。
- ② 「案内誘導担当」「記入補助担当」「受付担当」を割り振り、それぞれが何をするか、対応の流れを確認します。

案内誘導担当：避難者役の住民を「登録票記入場所」に誘導します。（避難状況に応じて拡声器を使用）

記入補助担当：「登録票」の書き方について補助を行い、書き終わった人を受付に移動させます。

受付担当：記入された名簿を受け取り、記入漏れの有無を確認します。注意事項や伝達事項を伝えます。（例：避難施設や被災地から離れる場合は届け出る、避難所外避難者も「登録票」に記載する、避難所運営への協力依頼、など。また、このほかに受付で確認したいことがあれば、事前に整理しておきましょう。）

- ③ 参加者が交代で避難者役を務め、「登録票」を記載し、受付を実施します。
- ④ 「登録票」に記入後、すぐに避難所に入るのではなく、町会毎などに校庭内の決まった場所に待機し、ある程度まとまったら入るようにするとよいでしょう。
- ⑤ 「被災世帯名簿一覧」で記入された「登録票」の取りまとめを行い、個人情報の取り扱いについて参加者全員で話し合います。

用意するもの

「被災世帯登録票」などの様式、腕章、筆記用具・マジック、ホワイトボードや模造紙など、受付用長机、椅子、受付用案内表示、拡声器（メガホン）、災害時多言語表示シート

4.4 支援物資の仕分けと管理、配布

どんな問題があるの？

- ☆避難者全員に配布できるだけの数量が揃うことは、ほぼありません。
- ☆「次にいつ、どの物資が、どのくらい届くか」といったことは、わかりません。
- ☆優先順位をつけて配布する必要がありますが、全員が納得できる優先順位を決めるのは難しいのが現状です。
- ☆生理用品など女性が主に使う物資については、男性による仕分けや管理が難しい場合があります。
- ☆物資の単位は複雑なため、総量を把握し管理するには手間がかかります。

事前に調整しておこう



- ✓ 届いた支援物資を保存・管理する場所を決めておきましょう。品目や数量を確認したり配布したりするためには、ある程度の広さが必要です。
- ✓ 目の届かない場所に置いた場合、「誰々が優先的に貰っている」などの噂が広がることもあります。体育館のステージ上など、みんなの目につきやすいところに置くのもいいでしょう。
- ✓ 避難所外避難者への物資の配布については、各自で取りに来てもらうのが原則ですが、取りに来られない人もいるため、あらかじめ検討し、共有しておくことが重要です。

事例に学ぶ

- * 食物アレルギーのある子どもがいると伝えても、わがままとして特別な配慮はしてもらえなかった。
- * 物資担当者は男性が多く、女性・女兒が必要な物資を受け取りにくかった。未成年の女兒の場合、よく知らない年配の男性には話かけづらかった。
- * 中学生の女子生徒は物資配布においてリーダーの男性と顔見知りであったことでかえって言いづらくなり、生理用ナプキンをもらいに行けなかった。
- * 震災後1週間（地域によっては1か月近くも）外部の支援が十分届かなかったため、食料確保も食事の支度も女性が固定され自宅の片づけや自分の身の回りのことができない状況が続いた。
- * 避難所のリーダーが男性ばかりで、化粧品や鏡など必要な物資の要望を言えなかった。言っても、重要度を理解して貰えなかった。
- * 全員分揃うまで配布しないといわれて、子どもたちがおなかをすかせて泣いて大変だった。
- * お弁当のご飯をおかゆにして、分け合って好きな分量をもらうことができたという避難所もあった。
- * 赤ちゃんの泣き声や障害のある子どもの行動が周りに迷惑をかけるので避難所にいられず出たが、食料や物資をもらいに行っても「避難所に暮らしていない人には弁当や物資をもらう資格はない」と断られた。
- * 支援物資に尿漏れパッドがなく、生理用ナプキンで代用した。
- * 必要なもの、欲しいものを聞き出すため、誰でも書ける「欲しいもの掲示板」を作った。
- * 避難所に届いた支援物資が、登録されている性別ごとに配布されたため、性自認にもとづく肌着や衣服などを入手することができなかった。

重要な男女共同参画の視点



- ✓ 避難所での生活が長期化する場合には、男女のニーズの違いのほか、妊産婦・乳幼児・食事制限のある人等の多様なニーズを把握し、物資の調達及び供給を行いましょう。多様なニーズを把握するために、民間支援団体等と連携しニーズを把握したり、声を拾うための意見箱を設置したりする等の工夫を行いましょう。
- ✓ 生活必需品として必要にもかかわらず、気づかれにくい・要望を上げにくいものとして、以下のようなものがあります。みんなに必要なものとそれぞれに必要なものについても検討しておくとういでしょう。災害時には女性や子どもの安全確保は後回しにされてしまい、平常時にもまして訴えにくかったと過去の震災の経験談にあります。まずは、避難所において女性や女兒に必要な用品の共有と配布の対応を想定できているかどうかを点検するところから始めましょう。

気付かれにくい！要望をあげにくい必要物資の例

- 女性：** 生理用品＋生理用ショーツ、下着（カップ付ブラなど）、携帯用ビデ、おりものシート（下着代わりに交換して使用）、尿漏れパッド、鏡、ブラシ、ハンドクリーム（冬）、化粧品、防犯ブザー
- 妊産婦：** 妊産婦用の衣類や下着、授乳カバー、マスク
- 乳幼児：** 粉ミルク、哺乳瓶（粉ミルクとセットで用意が必要）、ウェットティッシュ、離乳食、スプーン、紙コップ、オムツ＋おしりふき、おんぶ紐
- アレルギー患者：** マスク、食物アレルギー対応食品、ミルクアレルギー用ミルク、刺激の少ないウェットティッシュ
- 高齢者：** 高齢者食、老眼鏡、杖、大人用オムツや尿取りパッド
- 男性：** 髭剃り、尿漏れパッド

- ✓ 生活必需品を配布する際、生理用品や下着等の女性用品については女性の担当者から配布したり、袋に1人分ずつまとめて配布したり、女性専用スペースや女性トイレに常備したりしておくなど、配布方法を工夫しましょう。
- ✓ 食料や炊き出し配布の際は「食物アレルギーの人はいませんか」など確認をするようにしましょう。また、アレルギーや持病、宗教上の理由などで食事に制限がある人が、自身で調理できるような場所も設けましょう。
- ✓ 過去の震災で避難所運営者が食物アレルギーの子どもへの配慮として、食事を提供する際に使った食材や調味料を書き出し表示して伝えた避難所がありました。食物アレルギーはわがままではありません。どのような配慮が必要か、学んでおきましょう。

- ✓ 虐待を受けている子どもや障がい者・高齢者などの場合、配布された支援物資が保護者に取り上げられたりすることがあります。そのようなことが起きていないか気を付けておくとともに、支援物資が個人に行き届くよう運営上の配慮をしましょう。
- ✓ 災害時の混乱した状況では、避難所に支援物資に届く時間は決まっていないため夜中に物資が届くこともあります。届いた物は、避難所のメンバーで荷下ろしをする必要があるため、担当をローテーションで決めておきましょう。
- ✓ 災害時は固定的性別役割が強まる傾向があります。炊き出しなど食事の支度については、性別を問わずチームをつくり、ローテーション制にしたケースもあります。これにより、負担が3日に1度で済み、体を休める時間ができたり、自宅の片づけ等をする時間ができたりしました。中学生などにも、炊き出しや配食に参加してもらった例もあります。
週末、連休等には災害ボランティアといった外部支援を受けることも考慮しておくといよいでしょう。
まずは、炊き出しや配食を「女性の仕事」と決めず、みんなで分担して行うということから決めていきましょう。



こんな訓練をやろう（救援物資受け入れ、配布訓練）

事前準備

避難所レイアウトで、支援物資を保管する場所や配布する場所が検討されているかどうか、確認しましょう。

実施方法

- ①救援物資の受け入れ方法について話し合い、仮のルールを作りましょう。
- ②ダンボール箱（参加者に配布できる防災備品等が入った箱、無い場合は空の箱など）を救援物資に見立てて、1箇所に集積しておきます。
- ③救援物資が到着したことを想定して、品目ごとの数量確認と記録を行います。
- ④救援物資は、あらかじめ定めた保管場所まで、人力やリヤカーなどで搬送しましょう。
- ⑤保管場所では品目ごとに分類し、食品などは梱包している段ボール等の見やすい位置に消費期限を記載します。
- ⑥配布方法を話し合い、机などで配布場所を作ったら、参加者を被災者に見立てて配布を行います。（避難者への配布確認は、「避難者名簿に印を付ける」「引換券を準備し配布時に回収する」などがあります。）
- ⑦避難施設まで取りに来られない在宅被災者に対して、どのように物資を届けるか検討しましょう。

注意事項

配布する際のお知らせ方法や各人の役割などについても検討しておきましょう。

用意するもの

救援物資に見立てた防災備品のダンボール箱や空のダンボール箱など、リヤカーなどの搬送器材、可能であれば救援物資搬送トラックに見立てた車両、災害救援物資受入票・払出票、軍手、防災ヘルメット、動きやすい服装

4.5 心のケアと健康チェック・相談機能

どんな問題があるの？

- ☆自宅や家族が被害を受けたことや今後の生活への不安等で、精神的不安が大きくなります。
- ☆精神的不安や環境変化から、体調を崩す場合もあります。
- ☆近所の人や同じ被災地内の人には、なかなか相談しづらいこともあります。

事前に調整しておこう



- ✓ 避難所内に相談コーナーを設けましょう。プライバシーが確保され、診察・相談等が行えるような個室やパーテーション等を活用したスペースが有効です。
- ✓ 相談コーナーには、相談員を配置できるようにしておきましょう。
- ✓ 気軽に集まっておしゃべりができるようなコーナーを設置しましょう。
- ✓ こころの相談に関するポスター等は、どこに貼るのが良いかを事前に検討しておくことで、災害後、いち早く掲示できます。被災地では、1人になることができるトイレの壁や鏡にも貼ってありました。



事例に学ぶ

- ＊相談を女性達に取りまとめることにしたため、女性だけでなく子どもや高齢者も相談しやすくなった。
- ＊栄養の偏りが原因で、口内炎が出来たり貧血になったりした。
- ＊不安と不眠を紛らわせるため、隠れて酒を飲んでいたが、どんどん酒量が増えていってしまった。

重要な男女共同参画の視点

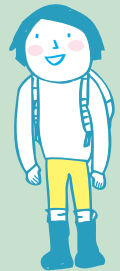


- ✓ 妊産婦や乳幼児は保健上の配慮が必要なため、妊婦・母子専用の休養スペースを確保し、食事や保温等の生活面で配慮することが必要です。それぞれの時期や月齢、個々人によっても差があるので、医療や保健・福祉等の専門家と連携して、状況に応じた対応を行えるようにしましょう。
- ✓ 同性のほうが相談しやすいこともあるので、相談員は男女両方を配置しましょう。
- ✓ 大人たちが災害対応に追われると、子どもや若い世代に注意を向けるのが難しくなり、支援は後回しにされがちになります。被災により勉強が出来ないことで受験等への焦りを感じたり、進学や就学等をあきらめたり、被災地外の同世代と比べて取り残され感を感じたりします。また大人に代わって家事をしたり、介護をしたりせざるを得ない状況になることもあり、こうした問題にも考慮が必要です。

- ✓ メンタルケアや健康問題等については、専門職との相談・調整が必要になる場合もあるので、専門職との連携も図りながら対応しましょう。DMAT（ディーマット：災害派遣医療チーム）やDWAT（ディーワット：災害派遣福祉チーム）・保健師や看護師・医師による健康チェックの際に、心のケアが必要そうな人（ふさぎ込んでいる、笑わなくなった等）を伝え、話を聞いて貰うのもいいでしょう。
- ✓ 避難所運営を行っている人たちは、自身や家族が被災している状況で、運営上の判断事項や処理事項に対応しています。運営メンバーは、ローテーションを組み休める時間を作りましょう。また、運営メンバー同士でミーティングを行ったり、外からの支援者に感情を共有したりすることで、嫌な思いを抱えすぎたりすることを解消することができます。そのような時間も積極的に作りましょう。
- ✓ 喫煙、飲酒については原則禁酒によりストレスが高まる人もいるので、時間や場所などのルールを決め、ストレスを解消することも必要です。
- ✓ 同じ境遇の人（妊婦、子育て家族など）が集まって、ゆっくりおしゃべりできるような場を作るのもいいでしょう。
- ✓ 心のケアのための無料電話相談などは、広く周知しましょう。

ボランティアや専門家、専門機関との連携

ボランティアや専門家の方たちが被災者の支援活動を行う中で、避難所で女性の生活環境上の困難や必要な物資の種類・配布方法、固定的性別役割の問題、性的嫌がらせや暴力、DVと思われる状況が起こっていることを見聞きしたり、それぞれの立場から気づいたり気になったりすることがあります。



このようなことを伝えられたら、女性・男性両方の立場からその背景を冷静に読み解き直した上で、慎重かつ積極的に対応を検討することが大切です。特にセクハラや性暴力に関しては「その程度」、「個人的な感覚の問題」だと軽視せずに、実情をきちんと把握し対応することが求められます。その際には、スタッフが関係者に話を聴く場の工夫や情報管理の徹底など、プライバシーを考慮し、必要なら専門家にすぐつなげるといった対応が必要です。

一方で、ボランティアに対しても環境上の不安・課題を抱えないようにトイレの有無、入浴設備の有無、宿泊所の環境（着替え可能な場所があるか、寝る場所が男女別かどうか）、ボランティア間や被災者との人間関係なども想定しておくとい良いでしょう。

行政機関と連携したり、NPOや地域グループとの連携内容や災害時の対応についての情報を平常時に把握したりして、適切な連携ができるようにしておくことで効果的な支援活動を引き出すことができます。

こんな手法があります（傾聴）

被災した場合、恐怖や不安でストレスが高くなります。また、災害への対応が進みだすと、子どもや高齢者は孤立しがちになり、震災によって多くのトラウマができてしまうことがあります。このような被災者の心を癒す手段の一つとして、「傾聴（人の話に耳を傾ける）」という手法があります。

「傾聴」は、単に話を聞く「会話」とは違い、相手の心をくみ取り寄り添うもので、コミュニケーションの中で最も重要な技能と言われています。

災害時における傾聴の専門的な知識は、NPO や自治体が実施する「傾聴ボランティア養成講座」や「メンタルサポーター講座」などで、専門家と一緒に勉強しておきましょう。

傾聴のポイント

一方的に話したり、話を理解しないまま話したりせず、まずは聴き上手になりましょう。また、言葉だけでなくその裏にある感情も考え話を聞きましょう。

①話を聞く態度

相手が話しやすい雰囲気を作り、気持ちをくみ取って、それに合った反応を示すことが重要です。

②あいづち・うなずき

相手の話に反応して「話を聞いていますよ」ということを伝え、話が弾むようにするためには、タイミングよくあいづちをうち、わかりやすいように大きくうなずくことが重要です。

注意事項

ストレスが高い場合は、専門家による個別面談をすすめましょう。また、傾聴ボランティアを行う人たちのストレスについても、考慮が必要です。



① 避難所のスペース

プライバシー	☐ 授乳室（椅子、授乳用の枕やクッション、おむつ替えスペース）がある ☐ 男女別更衣室、男女別休養スペースがある ☐ 男女別更衣室、男女別休養スペースが離れた場所にある ☐ 間仕切り・パーティションがあり、その高さや大きさなどが、プライバシーの保護の観点から、十分である
要配慮者	☐ 適切な通路が確保され、段差が解消されている ☐ 乳幼児のいる家庭用エリアがある ☐ 介護・介助が必要な人のためのエリアがある ☐ 単身女性や女性のための世帯用エリアがある ☐ 女性専用スペース（女性用品の配置・女性相談）がある ☐ キッズスペース（子どもたちの遊び場・勉強・情報提供）や保育エリアがある ☐ 足腰が悪い人のための寝具（段ボールベッド等）が提供されている
トイレ	☐ 安全で行きやすい場所に設置されている ☐ 女性トイレと男性トイレは離れた場所にある ☐ 女性トイレ：女性用品・防犯ブザーの配置、仮設トイレは女性用を多め ☐ 男性トイレ：尿取りパット等の配置 ☐ 多目的トイレが設置されている ☐ 洋式トイレが設置されている ☐ 屋外トイレは暗がりにならない場所に設置されている ☐ トイレの個室、トイレまでの経路に夜間照明が設置されている ☐ トイレに錠がある
入浴施設	☐ 安全で可能な限りバリアフリーに対応した入浴施設がある ☐ 男女問わず1人で（又は付き添いを受けながら）入浴できる施設がある
安全	☐ 避難所の危険箇所や死角となる場所の把握・立入制限がされている ☐ 間仕切り・パーティションが高い場合は個室の定期確認がされている
その他	☐ 各部屋に部屋札（ピクトグラム、やさしい日本語）が設置されている ☐ 掲示板による情報提供（インターネットが使用できない人・情報が届きにくい人向け）がされている

出典：内閣府男女共同参画局「災害対応力を強化する女性の視点～男女共同参画の視点からの防災・復興ガイドライン～」
 （令和2年5月） p.57-58

https://www.gender.go.jp/policy/saigai/fukukou/pdf/guidelene_07.pdf

② 避難所の運営体制・運営ルール

運営体制	☐ 管理責任者には男女両方を配置している ☐ 自治的な運営組織の役員に女性が3割以上参画している ☐ 運営組織に、多様な立場の代表が参画している ・介護・介助が必要な人 ・PTA ・障害者 ・中学生・高校生 ・乳幼児がいる家庭の人 ・外国人（居住者が多い場合）
運営ルール	☐ 避難者による食事作り・片付け、清掃等の負担が、特定の性別や立場の人に偏っていない（男女を問わずできる人で分担） ☐ 女性用品（生理用品、下着等）は女性担当者が配布を行っている
ニーズ把握	☐ 避難者から要望や困りごとを受けられる仕組み体制がある（トイレ等への意見箱の設置） ☐ 女性や子育て・介護中の家庭の要望や困りごとを積極的に聞き取り、運営に反映させている ☐ 避難者名簿を作成し情報管理が徹底されている（氏名、年齢、性別、健康状態、保育や介護を要する状況、避難場所、在宅・車中泊、外部からの問い合わせに対する情報の開示／非開示の可否） ☐ 相談体制の整備、専門職と連携したメンタルケア・健康相談が実施されている

③ 暴力防止・安全の確保

- ☐ 配偶者からの暴力の被害者等の避難者名簿の作成と情報管理が徹底されている
- ☐ 男女一緒に行う防犯体制がある ☐ 就寝場所や女性専用スペース等へ巡回警備が行われている
- ☐ 避難所の校庭など、敷地内に車中泊がいる場合は、車中泊エリアの巡回警備が行われている
- ☐ 暴力を許さない環境づくりが整備されている（啓発ポスターの掲示、相談カードの設置、照明の増設、女性や子どもは2人以上で行動する、移動する際はまわりの人に声を掛け合う）
- ☐ 防犯ブザーやホイッスルが配布されている
- ▶ 不安や悩み、女性に対する暴力等に対する相談窓口、男性相談窓口が周知されている

④ 衛生環境・感染症予防

- ☐ 感染症予防（手洗い・消毒・マスク）対策がされている
- ☐ トイレの使用方法・汚物の処理などの衛生対策が行われている
- ☐ トイレ専用の履物（スリッパ等）が使用されている
- ☐ ゴミの収集や分別が徹底されている ☐ 炊き出しを行う際は、調理の手順の表示や食品の管理、主要なアレルギーの有無の表示、残食の廃棄が徹底されている
- ▶ 育児用ミルク（粉ミルク／液体ミルク）を配布する際は、授乳アセスメントシートに基づき説明した後に配布している

⑤ 在宅避難者を含む指定避難所以外の避難者への支援

- ☐ 在宅避難者を含む指定避難所以外の避難者情報も登録されている（特に要配慮者の把握のため）
- ☐ 在宅避難者を含む指定避難所以外の避難者への食料・物資配布の時間や場所がある
- ☐ 在宅避難者を含む指定避難所以外の避難者への支援情報等を伝達する体制が整っている
- ☐ 在宅避難者を含む指定避難所以外の避難者のニーズを把握する体制がある

災害への備え、どうやったらすすむの？

地域の方々に災害への備えについてお話をすると、「やらなきゃと思うんだけどね…」と言われることがよくあります。なにからやったらいいのか、どんなふうにやったらいいのか、あなたも同じように悩んでいませんか？

関東では他の地域よりも頻繁に地震がおきますので、「小さな地震には慣れている」という方が多いかもしれません。小さな地震がおきた時に「ああ、大きな地震じゃなくてよかった」と思うと同時に、「もし大きな地震だったらどうするかな？」と1人で脳内防災訓練を行ったり、「そういえば、あの備えはどうなってたかな」と備えを見直したりしてはいかがでしょう。普段からちょっとだけ考えてみたり、備えを確認したりしておく、いざという時に助かる可能性が高くなると思いませんか。

1人でやるのは面倒だなと思う方は、川崎市や区・地域で行われる防災訓練に行ってみるのはいかがでしょうか。「普段、地域とのつながりがないけど突然参加していいの？」と思うかもしれませんが、ちょっと勇気を出して行ってみると他のイベントと同じようにいろんなブースが並んでい

て、眺めるだけでも面白いと思います。最近はクイズやゲームなど楽しく取り組める防災のコンテンツがあったり、食べ物についての備えを考えるブースがあったり、また大きなイベントだとレスキューのためのいろんな種類の消防車や自衛隊車両が展示されていたりします。防災だけでなく、子育てやペット、男女共同参画とコラボレーションしたイベントも行われるようになってきましたので、より参加しやすいかもしれません。

まずはあなたが興味あることから、そしてあなたの近くにある「防災」への取り組みに参加してみませんか。参加して体験することも、大事な備えです。災害への備えとしてやることはたくさんあり、またそれらを全てやり切るのは難しいので、あなたの興味があることから、また出来ることから、1つ1つ取り組んでいきませんか。



本冊子をご覧いただきましてありがとうございます。冊子は、川崎市危機管理本部の協力を得て編集しました。川崎市男女共同参画センター（すくらむ 21）では、2011 年 3 月 11 日の東日本大震災で避難を余儀なくされた方々へのサポートをきっかけに男女共同参画の視点からの防災への取り組みをスタートしました。市民グループ「女性の視点でつくるかわさき防災プロジェクト（通称：JKB）」と協働して“**平時にできないことは災害時にはもっとできない**”と考え活動しています。ぜひ、必要に応じてお問合せ・ご利用ください。

すくらむ 21 の提供するメニュー

1

防災グッズ・防災ゲーム / 防災展示パネルの貸出

川崎市内の団体やグループへ最大 2 週間、防災グッズや防災ゲーム、展示パネルを貸し出します。（無料）
※利用日の 1 か月前までに申してください。
※ 郵送の場合は、送料実費をご負担ください。



2

研修の企画・研修講師の派遣

- ①男女共同参画の視点からの防災研修の企画・実施。
防災士等の講師を派遣します。（有料）
- ②JKB と協力して防災リーダー養成研修の企画・実施。
対面・オンライン・録画配信等、実施方法を工夫して
防災研修や実技研修を行います。（年 3 回・無料）

展示例



3

防災訓練や防災フェアなどへの出展

JKB メンバーと連携し市主催・区主催の防災訓練・防災フェアでのブース出展。（年 8 回程度）



4

SNS を用いた防災情報の提供

すくらむ 21 の公式 LINE に登録いただくと防災情報や勉強会のご案内を配信（頻度：月 1 回）



こちらから登録ください。→



連絡先

以下、☆を @ に変えてメール送信ください。

✉ **jkb201209☆gmail.com**

SNS で情報発信！

Facebook: **@womenbousai21**

JKB の活動は、ホームページで紹介しています。



https://www.scrum21.or.jp/disaster_prevention/jkb

お問合せ

川崎市男女共同参画センター（すくらむ21）
防災担当まで

電話：044-813-0808

URL：<https://www.scrum21.or.jp/contact>

すくらむ 21 防災

検索





男女共同参画の視点でつくる 避難所運営ガイド

2026(令和8)年6月 改訂版発行

発行元：川崎市男女共同参画センター（愛称：すくらむ21）

連絡先：〒213-0001 川崎市高津区溝口2-20-1

TEL：044-813-0808 FAX：044-813-0864

URL：www.scrum21.or.jp

発行元の許可なく複製、転用、販売などの二次利用をすることを固く禁じます。