

男女共同参与及全方位视角

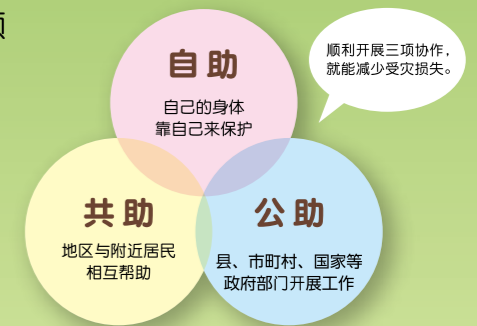
大家一起来防备 防灾与减灾手册

(中国語版(簡体): 中文版(簡体))



吸取东日本大震灾的教训，要根据男女需求的不同，从全方位的居民视角开展防灾与减灾对策，地区居民开展自助与共助举措的重要性被提上了议事日程。

为了让不同性别、不同年龄、不同国籍的健全人与残疾人在发生灾害时都能在避难所等场所过上有人权、安全安心的生活，在平日里对男女共同参与及全方位视角的防灾与减灾措施加深理解和开展实践活动，这项工作是非常重要的。



本手册是在吸取东日本大震灾教训的基础上，为了从“男女共同参与及全方位居民视角”、“自助与共助的视角”向地区防灾相关工作人员和广大普通县民普及宣传防灾减灾要点(不包括针对各类灾害的安全对策)而编制的。

要实现男女共同参与社会，就是要构建无论男女都能生活无忧的社会。

宫城县依据男女共同参与推进条例和男女共同参与基本计划，致力构建男女相互尊重人权、共同分担责任，无论男女都能充分发挥个性与能力的社会。

男女共同参与网站 Try-Angle Miyagi
(宫城县共同参与社会推进课 男女共同参与推进班网页)

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

2013年11月发行
发行者 / 宫城县

本手册根据以下资料和《男女共同参与及全方位视角的防灾指南》编制委员会的意见编制而成。

《主要参考资料》 内阁府(防灾担当): 避难所良好生活环境保障措施指南
内阁府男女共同参与局: 从男女共同参与视角看防灾及灾后重建措施指南
宫城县地区防灾计划

《编制委员会》 专家、自主防灾组织与自治会等地区居民代表、市町村工作人员
宫城县(总务部、环境生活部、保健福祉部)

●本手册相关咨询请联系: 宫城县环境生活部共同参与社会推进课 TEL 022-211-2568

防备灾害要从平时做起

防灾之本在于“自助”（自身的安全靠自己来保护）。为了在发生大规模灾害时将受灾程度降至最低，作为减灾对策，要致力于以个人或家庭为单位做好自助防备工作，在平日里作为地区社会的一员积极参与防灾等地区活动，才能在发生灾害时发挥“共助”能力。

要事先和家人商量好

- 发生灾害时，平时的联系方式可能会无法使用。要事先确定多种家人通用的联系方式、确认平安的方法、避难场所等等。
- 要制作紧急联系卡，将商量确定好的事情以及家人的联系方式和电话号码记下来，治疗期的病人要记好普通处方药的种类、用量、用法等并随身携带。

根据个人与家庭的需求，做好物资储备

- 对食品、生活必需品等发生灾害时必要的物资，要根据不同的需求，分别储备“应急携带品”和“应急储备品(至少3天的量)”。
- 存在食物过敏等情况时，除了要准备好个人储备之外，还要事先确认好当发生灾害时何处可以获取必要的物资。
- 在进行地区储备时，要全方位听取女性、有孕产妇、婴幼儿的家庭、老年人、残疾人等地区居民的意见，选择相应的品种。



东日本大震灾当时…

在地震刚发生后，避难所等场所出现了生理用品、奶粉、尿布等女性、育儿家庭、老年人生活必需品不足的情况。除了做好个人储备之外，事先确认地区储备品也非常重要。

要设法做好全套储备

全套生理用品

- 生理用品
- 生理期内裤
- 清洁棉
- 护垫
- 不透明垃圾袋

全套哺乳用品

- 奶粉（调制奶粉）
- 抗过敏奶粉
- 婴幼儿饮用水
- 哺乳瓶
- 哺乳瓶消毒剂
- 烧开水器具（干电池式或发电式）



全套成人尿布

- 成人尿布
- 尿垫
- 湿纸巾
- 不透明垃圾袋

*提前将生活必需品储备在一个袋子中，以便使用。

重要信息要有多重获取方式

- 发生灾害时，了解灾害情况、避难指示等信息对于避难等的判断来说至关重要。要预先设想发生灾害时的场景，准备好多重获取方式。



要举办防灾演习和学习会，让各类家庭的男性和女性都来参加

- 即便是同一个灾害场景，白天和晚上、平时和休息日的避难人群和避难方式都各不相同。要让不同性别、不同年龄、不同国籍、健全和有残疾的居民都来参加，开展更有实践意义的演习等。在平日里通过活动来促进地区交流，在发生灾害时会发挥出强大的力量。
- 要设法做好避难引导与救助，以便孕产妇、携带婴幼儿的监护人、老年人、残疾人等需要避难援助的人群可安全顺利地完成避难。
- 进行演习时，不要根据性别、年龄等设置固定职责，例如为灾民做饭的事情全部由女性担任等等。



防灾演习与学习会（例）

- 确认避难路线和避难时间
- 开设避难所、开展运营演习
- 孕产妇、婴幼儿、老年人、残疾人等的平安确认和避难引导与救助
- NPO、NGO、志愿者接收体制

东日本大震灾当时…

曾经有过这样的例子：由于成立了地区自主防灾会，坚持针对平时想不到的意外情况开展防灾演习，并编制防灾地图，通过开展这些活动，在发生海啸时居民才能互相配合，及时完成避难。

根据地区的实际情况开展防灾活动，通过活动来促进地区居民之间的沟通交流，对保护居民生命起到了应有的作用。

- 在平日里要组织地区居民成立“避难所运营委员会”，就发生灾害时的“避难所运营体制”、“避难所生活规章制度”、“从男女共同参与等视角开展运营的注意事项”等方面做好协商与准备，这将有助于在发生灾害时及时开展应对工作。
- 为了在发生灾害时与防灾志愿者有效开展协作，在平日里提高地区的“受援力”（接受援助的能力=地区接收志愿者的体制、好的办法等等）非常重要。



※防灾志愿者网页（来自内阁府 防灾信息网页）▶ <http://www.bousai-vol.go.jp/>

万一发生大规模灾害， 在避难所生活时…

万一发生大灾，在避难所生活时，要考虑到男女需求的不同、以及孕产妇、婴幼儿、老年人、残疾人、外国人等全方位的灾民视角，让大家可以互帮互助，安全安心地生活。

开设避难所时，要保障隐私和安全安心的空间

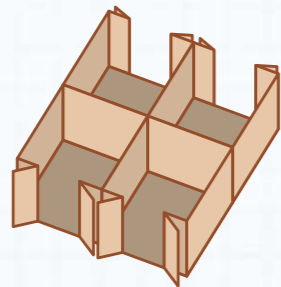
●从开设之初起就要配备

- 哺乳室
- 男女卫生间
- 晾衣场
- 更衣室
- 休养区
- 救护室

※要设置在无论昼夜、女性或孩子都能安心使用的场所。

●还要配备无障碍卫生间、以及供老年人等使用的西式卫生间和简易床。

●要根据有孕产妇、有婴幼儿、有老年人、有残疾人的家庭、单身女性或只有女性的家庭等灾民情况，为他们配备小房间或设置隔离区等，保障安全安心的空间。



●要考虑到孕产妇、婴幼儿、老年人等人群的健康，做好防传染措施等，尽力保障环境卫生。



东日本大震灾当时…

曾经有过在人多混杂的避难所中，因为没有哺乳室、更衣室而只能钻在被子里换衣服，或是晚上因为身旁睡着陌生男性而让女性感觉不安之类的情况。在避难所开设之后这些场所将很难配备，所以需要预先保障最低必要限度的空间。

曾经出现过诸如日式卫生间老年人使用不便、卫生间离避难所进出口远，晚上天黑感觉不安全等等各种问题。



有需要护理的老年人或残疾人的家庭、有婴幼儿的家庭等，因为避难所环境不完善或对周围环境存在顾虑，所以只能被迫在车里、或已经破败家中避难度日。这样的事情曾有许多。

要在重视沟通交流的同时，创造更加美好的生活环境

~ 男女都要参与运营 ~

避难所开设后，重要的是尽快实现避难人员自治运营。

运营组织要设法做到男女都来参与，运营负责人等干部中女性参与比例要在三成以上，为女性提意见、提要求创造便利环境。

东日本大震灾当时…

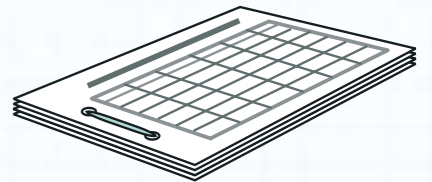
有报告称在避难所等场所，女性的要求与意见往往得不到重视。另外她们担心如果提意见和要求，那么就无法在避难所住下去，因此往往会选择忍耐。所以在负责人中也需要有女性参与。

在避难所安顿下来后，要制定规章制度、编制名册

●为了在避难所相助生活，需要制定生活规章制度。

要在全面听取避难人员意见与相互交流的基础上制定规章制度，这将有助于建立良好关系。

●为掌握避难人员各自需要的物资、服务等需求，要编制避难人员名册。



●对避难人员个人信息的使用与管理要充分注意。

此外，避难人员中有家庭暴力等受害人，可能遭到施害人危害的，需要充分做好个人信息的管理，以免住处被施害人获知。

避难所的工作要靠大家来分担

●避难所运营中有各种工作。要在发挥个人特长、尊重自主性等基础上进行分担，同时成员和负责人要有男有女。

<参考例>

- 总务班** 运营委员会事務局、整体运营协调
- 名册班** 避难人员名册的编制与管理
- 信息班** 信息收集与提供、公告牌运营
- 食品物资班** 食品物资的筹集、接收、管理与发放
- 救护班** 伤病人、老年人、残疾人等的照顾
- 卫生班** 保健措施、健康调查、垃圾处理等规章制度的贯彻



●不要将负担全部压在某个特定的人身上，要设法让男女共同工作或轮流工作，或采用负责人轮换制。

设法做好女性用品等的发放工作

- 要设法做好生理用品、内衣等女性用品的发放，例如由女性工作人员发放，或在女性专用区或女性卫生间常备等等。

- 对因为特殊情况而未在避难所等场所避难的灾民，也要提供女性用品、婴幼儿用品、成人尿布等物资。



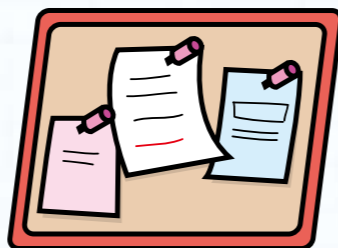
东日本大震灾当时…

曾有报告提到：因为物资发放的工作人员是男性，女性怕难为情，所以不愿去领取生理用品或内衣；或者因为男性对女性用品缺乏知识，所以无法提供女性需要的援助物资。

要尽力准确传达信息

- 要设法做到准确、简单明了地向灾民传递必要的信息，例如受灾情况与平安信息、行政援助信息等等。

特别要照顾到视听觉障碍人士、老年人、言语不通的外国人等人群。



要保护女性和孩子的安全

- 要设法防止女性与孩子遭受暴力等危险，创造对暴力零容忍的环境。

- 不留死角，在暗处等场所实施照明
- 提倡采用多人行动等自卫方式
- 在睡觉场所、女性专用区等地方进行警卫巡逻、发放报警蜂鸣器、张贴禁止暴力海报等等

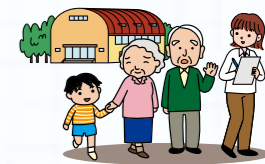
创造有益于孩子的生活环境

- 要让孩子们过上有童趣的日常生活，例如调整生活节奏、设法为孩子们一起安全玩耍提供场所和机会等等。

如果避难生活进入长期化…

要尽力掌握灾民的需求

- 随着避难生活进入长期化，灾民的生活与需求会每天发生变化。考虑到男女需求的不同，掌握和准确应对需求是非常重要的。
- 特别要照顾到孕产妇、婴幼儿、老年人、残疾人、外国人等人群，以便视情况与相关机构等方面协作开展应对。



要关注心理辅导

- 要做好烦恼、家庭暴力等咨询窗口的宣传。要设法让灾民无需在众目睽睽之下就能获取到咨询窗口等信息。
- 一旦避难进入长期化，灾民就容易产生烦恼与精神压力。要设法为灾民提供便于聚在一起的场所和排解精神压力的机会。

避难人员也要做好自立的准备

- 随着避难生活进入长期化，灾民需要获得可以正常生活的援助（可以洗衣洗澡、孩子们可以学习的环境等等）。灾民自身也要有自立意识，在力所能及的范围内参与避难所自主运营，这将成为重建生活的动力。

在平日里，男女共同努力 担负起地区建设的重任

- 在发生灾害时，为了做到男女合力开展灾害应对工作，在平日里男女共同参与家庭、工作单位、地区等的建设是必不可少的。

要鼓励女性参与地方社区、防灾措施等的决策过程、自主防灾组织等活动，男女共同努力担负起地区建设的重任。

- 在平日里，不同性别、不同年龄、不同国籍、健全人和残疾人都要积极参与地区活动、防灾演习等活动。这将有助于提高地区的“共助”力和防灾力。

