

# —多様な視点にたった避難所運営のポイント—

## ① 施設の利用計画をつくりましょう

避難所には大勢の人が避難しますが、使えるスペースは限られています。女性や子ども、高齢者、障害者など要配慮者の視点に立ち、施設全体の使い方を考えることが必要です。

## ② 避難所の使い方を看板などで周知しましょう

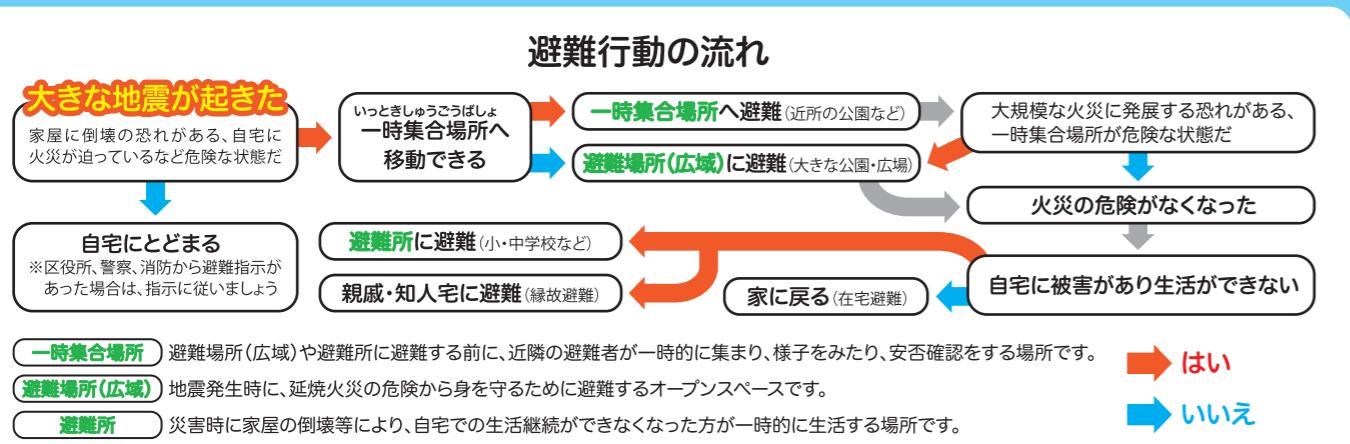
## ③ 避難者同士で協力して避難所を運営しましょう

発災直後には、生活のサポートが必要な要配慮者も、まずは避難所へ避難することになります。要配慮者は必要に応じて、二次避難所(福祉避難所)に移動することになりますが、それまでの間は、助け合って共同生活を送ります。

## ④ 感染症対策にも気をつけましょう

## —災害発生時の避難の考え方—

自宅が無事で、地域に火災等の危険がなければ、避難所に行く必要はありません。水や食料など、必要な物を日頃から備え、可能な限り自宅で過ごすための準備を整えておくことが大切です。また、食料などが不足した場合は、避難所で食料供給などの生活支援を行います。以下を参考に、できることから備えましょう。



## 最低3日分の備蓄をしましょう

災害が発生すると物流が一時的に止まり、スーパーマーケットやコンビニエンスストアの商品もすぐに品切れになってしまう恐れがあります。自宅での生活が継続できるよう、水や食料などは、事前に最低3日分(できれば1週間分)準備しておきましょう。

### 【水・食料の備え】

- 飲料水  
(一人1日3㍑目安)
- 食べなれた食材
- レトルト食品や缶詰

### 【ライフライン停止への備え】

- カセットコンロ、カセットボンベ
- 懐中電灯、ランタン
- 乾電池
- ラジオ
- 簡易トイレ
- 携帯用充電池  
(モバイルバッテリー)

### 【必要に応じた備え】

- 常備薬
- 粉ミルク、ベビーフード
- おむつ、おしりふき
- おかゆ等(高齢者用)
- アレルギー対応食
- 補聴器
- 眼鏡、コンタクトレンズ
- 入れ歯洗浄剤
- 生理用品

### 【生活用品の備え】

- ピニール袋
- トイレットペーパー
- ウェットティッシュ
- 救急箱
- 感染症対策グッズ  
(マスク、体温計、アルコール消毒液など)

### お役立ち情報

#### 安全な場所の確保と家具類の転倒防止



#### 建築物の耐震診断・補強



#### 防災用品のあっせん



令和3年度「新宿区女性をはじめ配慮を要する方の視点でのワークショップ」レポート

みんなで考えよう  
多様な視点で取り組む  
“避難所運営”



新宿区では、女性、子ども、高齢者、障害者などの多様な視点を反映した避難所運営について考える取り組みを進めています。

令和3年度は、落合第一地区及び落合第二地区で避難所見学を行い、災害時の避難所の使い方や運営について学びました。このリーフレットは、その時の“気づき”をまとめたものです。

新宿区

# みんなで考えよう多様な視点で取り組む “避難所運営”

## なぜ多様な視点で避難所運営を考えるのか？

過去の災害では、女性のほか、高齢者や障害者といった要配慮者に特有の課題が数多く報告されています。これらの課題に向き合うためには、要配慮者が感じた災害時の困りごとを学び、当事者の視点から見た避難所を知ることが大切だと考えています。

本ワークショップでは、避難所見学を通じて事前的心構えをし、災害時の要配慮者支援のイメージを持ちやすくすることで、避難者同士の相互扶助体制を構築することを目的としています。

## // 避難所での様々な人の困りごと // ～過去の災害事例から～

### 女性

#### 大人、単身者、思春期の学生など

- ・災害用トイレは、運動場の端っこに設置されていて、夜間の使用は怖かった。
- ・女性が着替える場所や洗濯物干し場などの女性専用スペースが設置されなかった。

### 乳幼児やその保護者

#### 授乳が必要な子ども、遊び盛りの子どもなど

- ・周囲への遠慮から、深夜にも関わらず夜泣きする乳児を抱えて外に出た。
- ・子どもがじっとできずに遊びだし、両親が面倒を見きれなかった。

### 高齢者

#### 家族のサポートがあれば日常生活を送れる方など

- ・家族のサポートがあれば日常生活を送れる方でも、段差が多くったり、大勢の人と暮らす避難所生活では、日頃できていることも困難になりがちであった。
- ・屋外の災害用トイレは、つかまるところがなく、転倒するなどの危険性があった。

### 障害者

#### 身体障害、視覚障害、聴覚障害、精神障害がある方など

- ・人が歩くスペースはあるが、車いすが通るスペースはなかった。
- ・自閉症などで、大勢での生活に無理がある人には、個室などの配慮をして欲しかった。

### 共通

#### 性別、年齢、障害の有無に関わらず誰でも

- ・トイレが汚くて入るのが嫌なため、なるべく行かなくて済むように水分を控えていたら脱水症状になったり、女性は膀胱炎やカンジダになりやすかつた。
- ・女性はトイレの時間が男性よりかかるため、トイレの数が少ないと並ぶのが大変だった。
- ・父の介護を誰に相談したらいいかわからず、家の掃除や罹災証明をもらいに行く暇もなかなかなかった。



## 避難所見学

避難所となる落合第一小学校・落合第五小学校の校舎、校庭、備蓄倉庫などを、多様な視点を意識しながら見学し、スペースの使い方や運営体制などを考えてみたら、いろいろな気づきがありました。

### ！ 参加者の気づき ?

#### 【要配慮者のためのスペース】

- ・多目的教室や乳児・高齢者向けの部屋が確保されていることに安心した。
- ・乳児・女性専用のスペースが、一般避難者の居住エリアと近接していたが、大丈夫だろうか？
- ・避難所と二次避難所（福祉避難所）との連携の取り方はどうなっているのか？



軽体操場



多目的教室

#### 【居住スペース】

- ・知的障害のある方は、他の人と「部屋や空間を分けて」と言いにくいと思った。
- ・体育館の床は冷たく滑るので、特に高齢者にはつらいだろう。
- ・大勢の人が来た場合、プライバシーの確保が不安だ。
- ・体育館のレイアウト方法やルールについても考えないといけない。



体育館



普通教室

#### 【トイレ】

- ・屋外の災害用マンホールトイレの間隔が狭く、車いすでの利用が困難だと思った。
- ・災害用マンホールトイレでは、障害者のトイレ介助は難しいだろう。
- ・校舎内トイレは停電のとき、明かりがないと暗くて用を済ませられない。



災害用マンホールトイレ



多目的トイレ

#### 【備蓄倉庫】

- ・整理され、管理されていることがよかったです。
- ・いろいろな機材があり、訓練などで慣れておくことが必要だと思った。



備蓄倉庫



校庭

#### 【校庭・屋上】

- ・校庭や屋上は、子どもなどが遊ぶ場所としていい。
- ・屋上などに洗濯物を干せる場があるのは安心した。