開催地名	愛媛県 八幡浜市
開催日時	令和7年1月30日(木)14:00～15:30
開催場所	八幡浜市民文化活動センター
語り部	平澤　つぎ子(千葉県旭市)
参加者	八幡浜市民117名(自主防災組織、学校関係、社会福祉関係)
開催経緯	本市では、南海トラフ巨大地震の発生を危惧しており、令和6年度は、4月、8月、9月と地震が発生し、8月の地震では、運用後初となる「南海トラフ地震臨時情報(巨大地震注意)」が発令された。地震を含む大規模災害はいつどこで起こるのか分からないことから、市民に対する防災意識向上を目的として開催し、特に避難所においては、女性や子供等への細かな配慮が行えるよう、女性視点を取り入れた避難所運営の在り方を聞くことで、今後の対応を学びたい。
内容	■自己紹介 千葉県旭市にて東日本大震災を被災。その後、旭市ボランティア連絡協議会会長などの役職を務め、被災経験をもとに防災意識の向上を目的とした活動を続けている。 ■概要 ●「防災力」について 災害にはさまざまな種類があるが、土砂災害や風水害などは視覚・聴覚・嗅覚を通じて情報を読み取り、予測することが可能である。しかし、単に知識を持つだけでは不十分であり、知識を活用し行動に移してこそ「防災力」が備わる。防災力とは、被害を最小化するための実践的な力である。 「正常性バイアス」のように、非常事態を通常の状況と捉え、冷静さを保とうとする心理は、「防災力」の発揮を妨げるため非常に危険である。また、令和3年5月20日の「災害対策基本法の一部改正」により、避難「勧告」は廃止され、避難「指示」に一本化されたことも認識しておく必要がある。 災害は種類を問わず人命を脅かすが、特に地震は予測ができず、いつ発生するかわからない。そのため、命があるうちに「防災力」を身につけ、日常生活の中で備えを行うことが重要である。 ●地震による影響と発生後の対応 ①揺れ・倒壊 ②土砂災害 ③津波 ④火災 ⑤死亡(関連死) 地震発生直後に最も重要なのは「自身の身を守ること」である。揺れが収まってから火の始末を行うことで、二次災害である火災の発生を防ぐことができる。 ●「防災力」の3要素 ①自助(自らを助ける力) ②共助(周囲と助け合う精神) ③公助(行政機関・公的機関の対応力) 特に「自助」が重要であり、過去の震災の被害状況からもその重要性が確認されている。阪神淡路大震災では死亡者5,488人のうち5,175人、熊本地震では死亡者41人のうち30人が、家屋や家具類の倒壊による「圧死」であった。このような被害を防ぐためには、家具の固定や配置の工夫が不可欠である。 また、「共助」や「公助」に繋がる行動の一例として、運転中に地震が発生した場合、公用車など緊急車両の通行を妨げないように道路の端に車を停め、鍵を付けたまま車検証を持って避難することが挙げられる。 ■東日本大震災の体験 震災発生直後、身体や持ち物は津波で濡れ、冬の寒さが追い打ちをかけるなど、厳しい状況が続いた。避難所では、物資の分配や食糧の確保に追われる日々が続き、精神的にも余裕がなかった。 ●避難所生活で抱く不安や悩み ①着替える場所がない 女性が廊下で着替えざるを得ない状況があり、プライバシーが確保されていなかった。 ②子供の泣き声や騒ぎ声が気になる

	③食糧の偏りやアレルギーなど、食べられないものがある ④他人のいびきで眠れない ⑤現金の保管や家族間の会話がしづらいなど、プライバシーが確保できない ⑥老若男女が混在し、異性との生活環境に不安を感じる ⑦トイレを控える 断水・停電・犯罪のリスクなどにより、避難者がトイレを使用することをためらうケースが多かった。 ⑧感染症のリスク 精神疾患・持病・結核などの感染症を持つ人と同じ空間で過ごさなければならない状況が発生した。 ⑨入浴が満足にできない 断水の影響で入浴の機会が限られ、衛生環境が悪化した。 ⑩スペースが狭く、十分に手足を伸ばして休めない ■避難所に求められる要素 一時的な生活の場である避難所では、以下の条件が満たされることが理想とされる。 ①安全であること ②生活の場所として機能すること ③健康を維持できる環境であること ④水、食糧、生活物資が確保されていること ⑤トイレなどの衛生環境が整っていること ⑥情報の連絡・交換が可能であること ⑦コミュニティが維持され、形成されること 時間が経過するにつれて住民の心に余裕が生まれ、避難所の雰囲気は改善されていった。思いやりの精神が強くなり、互いに協力し合うことで、状況の改善が加速していった。特に、「心の安定」が避難生活において最も重要な要素であると考える。 ■避難所に訪れる多様なニーズを持つ人々 ①心身障害者 ②認知症や体力的に衰えた高齢者 ③理解力や判断力が未熟な乳幼児 ④日本語の理解が不十分な外国人 ⑤妊産婦や傷病者など、一時的に支援が必要な人 これらの人々に対して、適切な支援を行うためには「女性ならではの視点」が欠かせない。避難所運営においては、男女問わず協力し合いながら、きめ細やかな対応を行うことが求められる。 ■まとめ 女性の視点を取り入れることで、避難所の環境整備や防災力の向上につながる。 また、災害発生直後は「公助」に頼ることが難しいため、「自助」と「共助」の重要性が増す。道路の寸断や行政機関自体の被災などにより、迅速な「公助」を期待できないケースもあるため、個人や地域での備えを徹底することが求められる。 防災とは特別なものではなく、日常生活の一部として考え、平時から意識し、備えることが何よりも重要である。
開催地より	発災直後は公助には期待できないことから、日ごろから自助と共助を強めておくことが重要であり、避難所運営では女性ならではの視点でニーズに応じた支援が必要であることを強く強調された。 講師の経験談を参考に、自助・共助の重要性を改めて地域に伝え、八幡浜市の防災力向上に努めたい。