

命とくらしを守る 避難所運営ガイドライン

～地域に暮らす多様な人々にとって、安心・安全な避難所～

ページ ①

- 1 多様な人々の視点を生かした避難所運営
- 2 災害発生直後の避難行動

ページ ②

- 3 避難所運営の流れ
(時系列チェック)
- 4 安心・安全な避難所運営

ページ ③～④

- 5 みんなにやさしい
避難所イメージ

ページ ⑦

- 7 平常時の備え

ページ ⑤～⑥

- 6 要援護者への配慮

このガイドラインは、避難所運営についてこれまでの災害や東日本大震災の課題をふまえ、男女共同参画の視点から地域に暮らす多様な人々の命とくらしを守ることを目的に作成したものです。

町内会や市民団体、行政や関係機関が連携し、いつ起こるかわからない災害に備え、平常時から共に考え、話し合い、訓練の実施など地域の実情に合わせた防災・減災のまちづくりにご活用いただければ幸いです。

実施主体：内閣府、特定非営利活動法人参画プランニング・いわて

運営主体：盛岡市、もりおか女性センター（指定管理者：特定非営利活動法人参画プランニング・いわて）

共 催：盛岡市町内会連合会

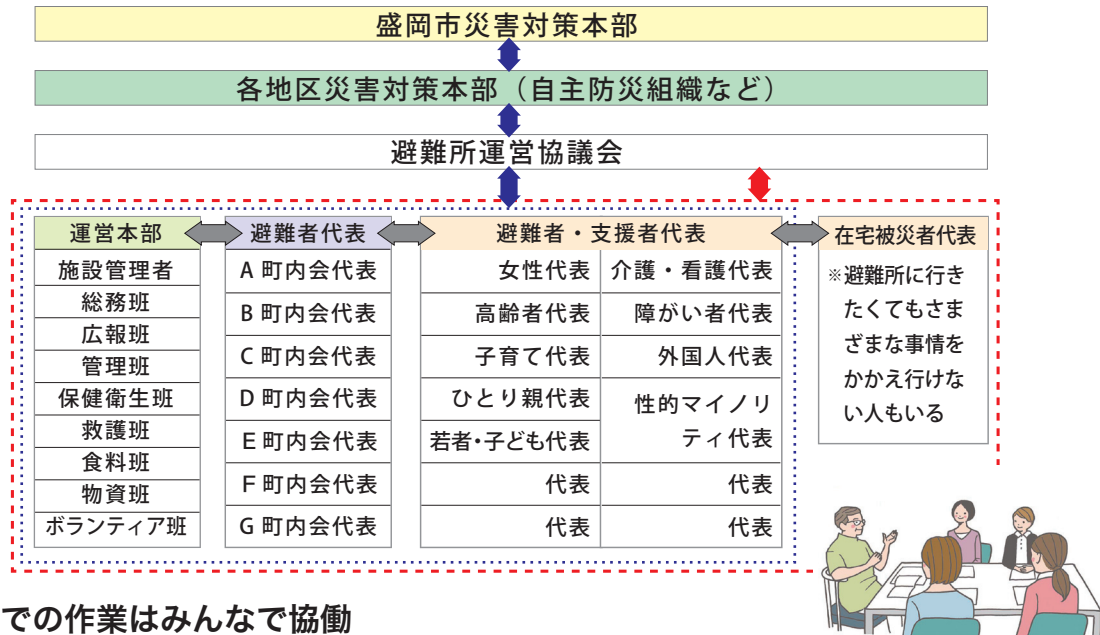
企画協力：減災と男女共同参画 研修推進センター

1 多様な人々の視点を生かした避難所運営

【目的】 避難所は、避難者の命とくらしを守る場です。運営は、避難所に集まる多様な人々が協働して行います。

(1) 住民の自治による自主運営体を組織

- 女性と男性の責任者を配置しましょう
- 仕事毎に班編成し、性別に偏らず女性も男性も共に配置しましょう
- 生活者や少数派の視点に立ったニーズが把握できるように、代表会議を実施しましょう
- さまざまな事情で在宅避難している人への物資の配分に配慮しましょう



(2) 避難所での作業はみんなで協働

- 性別に偏らず、みんなが共に活動できるようにしましょう
- 公平に作業を行えるように、ローテーションを組みましょう
- 日中、夜間、休日などいろいろな時間帯に対応できるようにしましょう
- 高齢者や小・中学生、高校生などにも分担し活動の場をつくりましょう

2 災害発生直後の避難行動



3 避難所運営の流れ（時系列チェック）

終わったら☑を入れましょう

時間	発災日		2日目		3日目以降	
	避難者収容	～ 24時間	～ 48時間	～ 72時間	～	避難者の減る時期
動き	収容直後の混乱期	避難者の多い時期				避難者の減る時期
	開設・運営準備	避難所運営				
避難所運営本部	本部 運営	☞すぐに取掛ります ☐ 避難所内の運営本部の設置		⇒ 対策本部や関係機関との連絡調整、会議開催		
	総務班	☞すぐに取掛ります ☐ 周囲の安全の確保・避難スペースの整理	⇒	☞混雑が落ち着いたら ☐ 居住・共有スペースの配置、関係機関との調整	⇒	対策本部や関係機関との連絡調整、会議開催
	広報班	☞被害や避難者数がわかったら・開設したら ☐ 状況や開設の報告 ☐ 避難所ルールの掲示等	⇒	☞混雑が落ち着いたら ☐ 各種情報の受発信	⇒	☞混雑が落ち着いたら ☐ ルール周知・防犯・防火
	管理班	☞すぐに取掛ります ☐ 避難者数の把握	⇒	☞混雑が落ち着いたら ☐ 名簿の作成、マスコミ対応	⇒	☞避難者名簿が出来たら ☐ 入退所者の管理
	保健衛生班	☞すぐに取掛ります ☐ 避難所トイレの確保	⇒	☞混雑が落ち着いたら ☐ 水の確保	⇒	☞トイレが確保できたら ☐ トイレの使用
		☞ペット連れの被災者 ☐ ペット連れ被災者対応	⇒	☞混雑が落ち着いたら ☐ 衛生環境の整備	⇒	
	救護班	☞すぐに取掛ります ☐ けが人などへの対応	⇒	☞混雑が落ち着いたら ☐ 救護体制の確保	⇒	
		☞高齢者・障がい者・乳幼児・外国人など ☐ 要援護者への対応	⇒		⇒	
	物資班・食料班	☞被災者数がわかったら ☐ 備蓄物資の活用	⇒	☞支援物資が届き始めたら ☐ 物資調達・管理・配布	⇒	
	ボランティア班	※関係機関や団体との調整必要		☞ボランティアの支援が始まったら ☐ ボランティアとの協力	⇒	

※この表はあくまでも活動の目安であり、地域や避難者・避難所の状況により異なります。
避難所開設やその後の運営について、避難所にいる地域みなさんと役割を分担し行います。
●参考：「仙台市避難所運営マニュアル」マニュアルシート 仙台市消防局防災企画課発行（平成25年4月）

4 安心・安全な避難所運営

(1) 暴力の防止を

- 暴力は犯罪です。昼夜問わず、また大勢の人がいる場所でも起こります。暴力を許さない環境づくりが大切です。特に、災害時は防犯ブザーの携帯や複数での行動、警察官や自警団による見回りの強化を図りましょう
- 生活環境の激変によるDV(ドメスティック・バイオレンス)やセクハラ、ストーカー、性暴力、虐待を防ぎましょう

(2) 過労や孤立防止を

- 復旧・復興での過労による心身の疲れや辛さを防ぎましょう
- 一人でかかえこまずに、みんなで分担して行いましょう

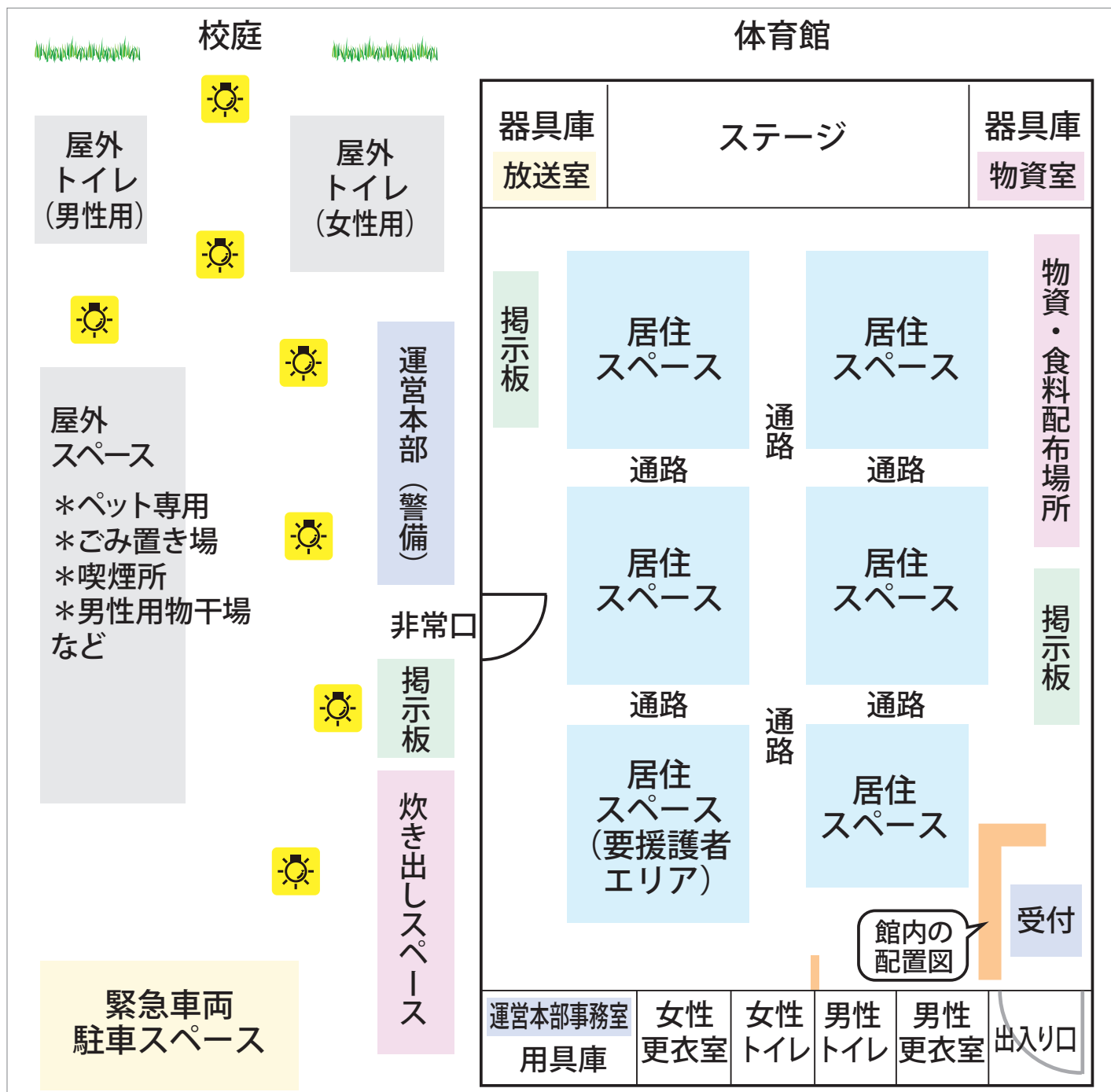
(3) 性別・年代にかかわらず、誰もが心身の健康を

- 災害関連死を防ぐために、見守りや声掛けをしましょう
- エコノミー症候群の防止や健康のため、軽い運動や散歩をしましょう
- 日常生活でかかえる困難は、災害時にはさらに深刻になります。非常時だからと我慢せず、相談しましょう。また、相談できる体制を整えましょう

5 みんなにやさしい避難所イメージ

女性や子どもに対する暴力を防止するために、暴力を許さない環境づくりや巡回警備の実施など、注意喚起を行うことが大切です

●安心・安全な避難所スペース《参考例》



水の使用判断例	飲料用、調理用	手洗い用、洗顔・歯磨き用、食器洗い用	風呂用、洗濯用	トイレ用
・飲料用 (ペットボトル)	◎	○		
・避難所の受水槽 ・給水車の水	◎	◎	○	○
・プールの水 ・河川の水 ・井戸水	×	×	×	◎

◎：最適な使い方 ○：使用可 ×：使用不可

※トイレが確保できたら、ルールを決めて衛生的に使用しましょう



●参考：「仙台市避難所運営マニュアル」(活動編) 仙台市消防局防災企画課発行 (平成25年4月)

●避難所居住スペース

- ＊災害時は刻一刻と状況が変化する。発災直後の混乱期、2～3日目の避難者の多い時期、その後の安定した時期など、経過や環境に応じて居住スペースを変える必要がある
- ＊初動対応（発災直後）として行うこと
 - ①通路の確保
 - ②居住スペースの確保
 - ③要援護者のスペースの確保
- ＊要援護者、ひとり親家庭、女性の単身者など配慮が必要

●避難所での作業はみんなで協働

- ＊性別・年代に偏らずにみんなで行う
- ＊公平にローテーションを組む
- ＊さまざまな時間帯に対応
- ＊高齢者や小・中学生、高校生などできる人にも分担
 - 例えば・食事の準備や片付け
 - ・日々の清掃、衛生管理
 - ・トイレや風呂・脱衣所の清掃
 - ・共用物の洗濯

●シャワーや入浴

- ＊避難所のシャワーや仮設風呂は、女性・男性や要援護者など時間を決めて利用
- ＊多目的に利用できるシャワー室を設置
- ＊出入り口には女性と男性の受付者を配置
- ＊利用の際は、単独ではなく複数で行動

●個室を確保

- ＊医務室、救護室
- ＊感染症に罹った人
- ＊妊産婦
- ＊夜泣きする赤ちゃんがいる家庭
- ＊介護が必要な高齢者がいる家庭
- ＊障がいのある方がいる家庭
 - ※ケースによっては、福祉避難所へ
- ＊女性専用物干し場（女性専用スペースの近く）

●物資の分配

- ＊公平に行きわたるように配慮
- ＊女性が必要とする物資は、女性専用スペースにて注文・受取り
- ＊物資を取りに来れない方には届けるなど個々の状況に応じた配慮が必要

●女性専用スペース

- ＊女性や子どものための相談窓口の設置（相談窓口案内カードなどの配架）
- ＊女性用品の置き場所の設置
- ＊下着や生理用品などは女性担当者が手渡す
- ＊物資注文カード受付・受取り窓口の設置

●乳幼児・子どものいる家庭に配慮

- ＊授乳室やおむつ替え室の確保
- ＊授乳用ケープや専用テントなどがあると便利
- ＊子どもの遊び場スペースの確保
- ＊小・中学生、高校生などの学習スペースの確保

●トイレ

- ＊女性や子どもの安全・安心に配慮した場所、照明、通路の確保
- ＊女性や子どもは複数で行動するように呼びかける
- ＊設置割合は、できるだけ男女比が1対3となるようにし、間仕切りの工夫を
- ＊高齢者や車いす、障がいのある方も使いやすい洋式トイレやスペースを確保し、手すりやカーテンの工夫も必要
- ＊誰でも使える多目的トイレの設置
- ※上下水道が使えない場合は、水洗トイレは使用を禁止。簡易トイレや携帯トイレの使用はルールを決めて周知が必要（左ページ、水の使用判断例を参照）

●掲示板

- ＊最新情報の伝達方法を工夫
- ＊避難所内外への情報提供（特に、在宅被災者への情報提供を含む）
- ＊要援護者などへわかりやすく情報を伝える（読み上げ、筆記）

6 災害時要援護者への配慮

～誰にとっても、安心・安全な避難所での対応は～

● 妊産婦や乳幼児

困っていること

- ・妊産婦はゆっくり体を伸ばして休む場所がない
- ・授乳、おむつ替え、泣き声など周囲へ気を遣う
- ・ミルク用のお湯、栄養のある食事が必要

必要とする支援

- ・心身の安静、体を休める場所
- ・授乳やおむつ替えの場所
- ・乳幼児が遊んだり、泣いたり笑ったりできる場所



● 高齢者

困っていること

- ・和式トイレ、トイレが離れている
- ・階段や段差、転倒の危険、素早い行動
- ・床での寝起きや座ること
- ・薬、病気のこと

必要とする支援

- ・洋式トイレ、ベッドやイス、手すり、杖
- ・薬、医者
- ・介助者や付き添い、話し相手



● 肢体不自由な方

困っていること

- ・階段や段差、転倒の危険
- ・床での寝起きや座ること
- ・和式トイレ、トイレが離れている
- ・素早い行動や集団での行動が困難

必要とする支援

- ・車いすが入れるスペース
- ・介助者や支援者



● 認知症の方

困っていること

- ・置かれている状況への不安や混乱
- ・感情の起伏、記憶の欠落、徘徊
- ・自分の状況を伝える、判断する、行動することが困難
- ・家族が周囲に気を遣う

必要とする支援

- ・落ち着いた環境、家族と同室の部屋
- ・薬、医者、介助者や支援者、話し相手

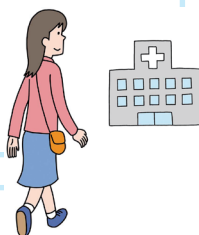
● 慢性疾患のある方

困っていること

- ・病気のことが理解されない、また偏見を持たれることもある
- ・補助器具や薬の投与、通院治療（透析他）
- ・清潔な治療スペース、衛生環境

必要とする支援

- ・落ち着いた環境
- ・衛生面に配慮
- ・治療の継続、薬、医者



● 介護や看護を必要とする方

困っていること

- ・食事、排せつ、着替えなどの日常生活全般において介助が必要
- ・自力での移動が困難
- ・家族が周囲に気を遣う

必要とする支援

- ・落ち着いた環境、家族と同室の部屋
- ・衛生面に配慮、薬、医者
- ・介助者や付き添い、話し相手



● 精神疾患のある方

困っていること

- ・置かれている状況への不安や混乱、パニック
- ・周囲の状況判断や理解が困難
- ・周囲からの理解欠如や偏見

必要とする支援

- ・落ち着いた環境、家族と同室の部屋
- ・薬、医者
- ・支援者や話し相手



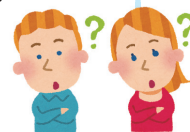
● 外国人の方

困っていること

- ・日本語での情報収集や伝達が不十分、できない場合もある
- ・災害用語が理解できない
- ・生活習慣や食事、宗教

必要とする支援

- ・同じ国の人が集まれる場所
- ・多言語や母国語による情報提供、支援者



●視覚障がいのある方

困っていること

- ・情報の不足、情報発信が困難
- ・階段や段差、トイレなどの移動
- ・周囲の状況把握が困難、周囲からの理解欠如

必要とする支援

- ・点字や音声による情報伝達や状況説明
- ・盲導犬の同伴
- ・介助者や支援者



●聴覚障がいのある方

困っていること

- ・音声による聞き取りができないため情報の不足、また情報発信が困難
- ・補聴器を使用しているも、混雑の中では聞き取りが困難

必要とする支援

- ・筆談用の筆記用具
- ・補聴器
- ・手話、文字、絵図を活用した介助者、支援者



●知的障がいのある方

困っていること

- ・自分自身の状況を伝えられない
- ・周囲の状況判断や理解が困難

必要とする支援

- ・落ち着いた環境、家族と同室の部屋
- ・薬、医者、支援者や話し相手

●発達障がいのある方

困っていること

- ・周囲とのコミュニケーションや環境適応が困難
- ・置かれている状況への不安や混乱、パニック

必要とする支援

- ・落ち着いた環境、家族と同室の部屋
- ・薬、医者、支援者や話し相手

●性的マイノリティの方

困っていること

- ・周囲からの理解欠如や根強い偏見
- ・誰にも話せない辛さや話すことへの不安
- ・女性と男性にはっきり分けられた支援

必要とする支援

- ・多目的のトイレ、更衣室、シャワー室
- ・女性と男性を問わない空間や支援
- ・当事者や支援者が安心して集まれる場所や部屋

多様な人々にとって安心して安全な避難所運営をしていくために、どのような困りごとや支援が必要なのか、平常時から地域で話し合い、災害時の実践につなげていくことが大切です。

SOSカード

わたし か き こま	
私は下記のことによって困っています	
(ふりがな)	
しめい 氏名	せいべつ 性別
じゅうしょ 住所	〒
でんわばんごう 電話番号	
けいたいばんごう 携帯番号	
せいねんがっぴ 生年月日	めいじ たいしょう しょうわ へいせい ねん がつ 日にち (さい 歳)

お手伝いカード

私は下記のお手伝いができます(資格・免許・特技など)

例えば	*看護士の資格あります
例えば	*高齢者や障がいのある方への介助、話し相手や見守りができます
例えば	*調理や片付けが得意です
例えば	*大工仕事や掃除ならお任せください
(ふりがな)	
氏名	性別
住所	〒
町内会	

要支援者からの「SOSカード」と、支援者やお手伝いができる人の「お手伝いカード」を作ってマッチングしましょう



「避難所情報伝達キット」

多言語で書かれた表示、この他にも食べ物(アレルギー含む)や生活ルールなどがあります

●参考：避難所情報伝達キット「つ・た・わ・るキットVol.01」
三重県発行(平成24年3月)

7 平常時の備え

- 女性のニーズ、育児や介護をしている家庭のニーズなど、多様な人々に配慮した備蓄を地域で考えましょう
- 食料や生活必需品は、個々人によりニーズも異なります。最低3日間（できれば1週間分）の量を備蓄することが望まれますので、各人での備えを促すことも必要です

種類	避難早期から必要な物資	
生理用品	*生理用ナプキン *サニタリーショーツ *おりものシート	*清浄綿 *尿取りパッド *中身の见えないごみ袋
乳幼児用品	*粉ミルク（アレルギー用含む） *哺乳瓶用の消毒剤・器具 *ベビーバス *ベビーフード（アレルギー対応食を含む） *小児用紙おむつ *育児用品（抱っこひも・授乳用ポンチョ・食事用スプーン・器など）	*哺乳瓶 *ミルク調整用水（軟水） *おしりふき・ウエットティッシュ *着替え
介護用品	*大人用紙おむつ、おしりふき *介護用品（食事用スプーン・器など）	*着替え *介護食
その他	*体拭き用大判厚地シート（※シャワーや入浴ができない時） *非常用簡易トイレ *懐中電灯、ラジオ、電池、携帯電話充電器 ※水や食料、着替えなど個々人のニーズに応じて準備	
便利グッズ	 ◀段ボールベッド、防寒保温シート  ▲簡易テント、段ボール簡易トイレ（トイレ、授乳や更衣室にも対応可能）  段ボールの間仕切り▶ (高さ調節可能)	

事業名：平成26年度内閣府地域防災における男女共同参画の推進事業
「男女共同参画の視点を生かした避難所運営マニュアル作成講座」

発行：内閣府

特定非営利活動法人参画プランニング・いわて

〒020-0124 岩手県盛岡市厨川4丁目13番8号

TEL 090-4889-6688

URL：http://www.sankaku-npo.jp

発行日：平成27年1月