

# 防災について 身近なことから 取り組んで みませんか

朝霞市男女平等推進情報紙

No.28

よかぜ

2012.3月号

～東日本大震災から1年 今、見えてきたこと～

東日本大震災において、被害にあわれた皆様に心よりお見舞い申し上げます。また、犠牲になられた方々のご遺族の皆様に対し、お悔やみを申し上げますとともに被災地の1日も早い復興と被災された方々が1日も早く元の生活に戻れますように心よりお祈り申し上げます。



—もくじ—

特集

防災について身近なことから  
取り組んでみませんか

～東日本大震災から1年 今、見えてきたこと～

最近考えたこと

BOOKコーナー

女性総合相談

DV相談

いろいろ情報

編集後記

わたし自身ができることは、備えやあいさつ。  
また、皆でできることは、力を合わせることや話し合い。  
困っている人に手を貸して、困っていたら人に  
相談して一緒にやりましょう。  
まずは身近な備えから!!  
忘れないで、気持ちの準備も!!

# 防災について 身近なことから

## 取り組んで みませんか

— 日ごろの取り組みとして  
考えられること —

### 家族で防災会議

- ・ 訓練や自主防災組織への参加
- ・ 災害時の役割分担を決めておく
- ・ 連絡方法や避難場所の確認
- ・ 安全点検（家具の固定など）
- ・ 防災用品と非常備蓄品の準備
- ・ ガスの元栓の閉め方の確認
- ・ 家族や隣人とのコミュニケーション
- ・ 備蓄（常備薬の準備・下着や生理用品などの用意）
- ・ 乳幼児・高齢者・障がいのある方・ペットなどに必要なものを準備しておく



災害で  
女性が  
困って  
いたこと

私に  
できる  
こと

女性の  
視点から  
みた  
課題

発災・発災直後

- ・ 家族との連絡手段
- ・ 子どもや高齢者の迎え
- ・ 1人で抱え込みすぎて心身ともに負担が大きくなる



- ・ 生活用
- ・ 情報の
- ・ 避難所  
ない



- ・ 身の安全確保
- ・ 火の元確認
- ・ 家族の安否確認
- ・ 隣近所で協力し、消火・ケガ人の救出、援護にあたる
- ・ 電気のブレーカーを落としておく

- ・ 余震へ
- ・ 物資の
- ・ 隣近所  
か声を

・ 正しい情報の確認

- ・ 乳幼児・高齢者・障がいのある方がいる家庭では、自分だけでなく、他者を守らなければならず負担が大きい

- ・ 女性同
- ・ 妊婦や  
る

- ・ 防災拠  
避難生  
の違い



### ミニ情報コーナー

一人で悩んでいる女性のための相談窓口  
があります!!

被害と暴力に悩む女性と子どものための  
パープル・ホットライン

0120-941-826

### 災害用伝言ダイヤルを知っていますか？

災害用伝言ダイヤルとは、地震、噴火などの災害の発生により、被災地への通信が増加し、つながりにくい状況になった場合に提供が開始される声の伝言板です。



録音

171

再生



詳しく知りたい方は、  
インターネット **171** で検索してください。



## 「地元力!!」まずは「小さなチカラから」

「この家はね、娘さんが嫁いだ後、おばあちゃんが一人で住んでいるんだよ。」  
「向こうの家はね、おじいちゃんとおばあちゃんだけのお宅で、何度か救急車が来ているんだよね。」

私が嫁いできた数年前、買い物帰りに夫と交わした会話です。それまでは、近所のことなどに興味はありませんでした。ただ忙しく職場と自宅を行き来する毎日。しかし、祖母の認知症に悩まされ、父は身体を自由を奪われ……。それからというもの、いろいろなものが見え、声が聴けるようになり、人ごとではなくなってきたと感じたのです。

元元のつながりを深く、よりたくさん作っていかねければと、焦るように地元地域活動に参加し、がむしゃらにやっていたころ、先の夫からのメッセージでした。それ程深い意味はなかったのかも知れませんが、私の頭の中に次々とはり付いていきました。小さなチカラですが、このような会話ができること、情報を持つということが、本当の地域活動であり、「地元力」なのかなと感じました。

町内会をはじめとする地元地域団体の皆様はもちろんのこと、一人一人が自身とその周りの環境、人に興味を持てるようになったら素晴らしいですよ。

## 地震イツモノート ～キモチの防災マニュアル～



発行者：坂井 宏志  
発行所：株式会社ポプラ社 ¥560円(税別)

阪神・淡路大震災の被災者のアンケート、ヒヤリングをもとにつくられたものです。防犯グッズを用意することはもちろん必要ですが、災害がきたとき、落ち着いて行動できるよう、心の準備が必要です。体験談とかわいいイラストでサラッと読み進めることができました。オススメの1冊です。

まずは、安心・安全に暮らせるまちづくり、笑顔になれるコミュニティづくりを目指していきたいものです。  
是非26号や22号の「そよかぜ」と併せてお読みいただければ幸いです。  
(そよかぜ委員)

## DV相談

配偶者暴力相談支援センター

相談日：月曜日～金曜日  
(祝日・年末年始は除く)  
時間：午前8時30分～午後5時15分  
場所：市役所3階 人権庶務課  
相談方法：面接及び電話  
(予約不要・先着順)

電話：048-463-0356  
※毎週火曜日(祝日の場合は月曜日)は、専門の相談員が相談をお受けします。  
時間：午前9時～午後5時

◆個人の秘密は守ります。 ◆相談は無料です。

## 女性総合相談

相談日：毎週木曜日  
(祝日にあたる場合は前日・年末年始は除く)  
時間：午前10時～午後3時  
場所：市役所1階 市民相談室  
問合せ：人権庶務課 男女平等推進係  
電話：048-463-2697(直通)

## いろいろ情報

### 「日本女性会議2011松江」に参加しました!

昨年10月14日(金)、15日(土)の両日、島根県松江市において約2,200人の参加者を得て開催された「第28回日本女性会議2011松江」に朝霞市から3人が参加しました。

「語ろう・紡ごう、“だんだん”の縁(えにし)を世界へ」を大会テーマとし、内閣府男女共同参画局長からの基調報告や記念講演、10のテーマ別に行われた分科会の開催など、参加者が会場を歩き交い語り合った熱気あふれる会議でした。

詳しくは、市役所ではしめ、市内各公共施設に設置している『日本女性会議報告書』をご覧ください。



## 編集後記

とてつもなく、広く深いテーマでした。その中で自助・共助の必要性を感じました。  
● 心だんからの地域コミュニケーション、自身の心の持ち方が大切なんだと感じました。ありがとう(ひんべり)ました。  
● 「やらねば……」と思いながらも先延ばししている防災対策。今度ばかりは本気で取り組むつもりです。(かじ) あらためて、被災された方々のお気持ちを思い謹んで作成させていただきました。市民の方々には是非お目を通してほしいです。(たんぼ) あの時の自分の行動は正しかったのか、今一度真剣に取り組みたいと思いました。(こい)