2026年03月02日 中日新聞 25頁

第42回 備える

避難生活 女性の安心は

避難所で着替えや授乳がしづらい、生理用品や下着が足りない…。大きな災害が起きた際、被災地では女性特有の問題や困りごとが生じてきた。15年前の東日本大震災で広く知られるようになり、対策も練られてきたが、状況は変わってきたのか。8日の国際女性デーを前に、女子学生や専門家の声を聞きながら女性の防災について考える。

（伊勢村優樹、芦原千晶）

トイレ同行 2人でも危険

「避難所では、特に夜間の屋外トイレで性犯罪が心配される。災害時は電気が消え、『2人で行けば安全ね』と言われるが、1人が中に入り、1人が外で待っていたらこの人は襲われる可能性もある。3、4人での行動や防犯ブザーの活用を勧めるし、トイレは他人から見やすく明るくしておくことが重要」

1月、名古屋市守山区の金城学院大で開かれた女子学生向けの防災イベント。プライバシーが守られにくい避難生活では性被害が起こりうると紹介され、学生らは「2人でもだめなんだ」と驚きつつ話を聞いた。

講師は、能登半島地震などで被災地支援にあたり、男女共同参画で考える防災講座などを開いている市民グループ「エンジェルランプ」（同市東区）代表の椿佳代さん。防災士の資格を生かす取り組みを考えたいと、避難所での環境改善の経験を基に現状や課題を話した。

ニーズ置き去り なお課題

生理用品 無配慮な配布

東日本大震災では、避難所で着替えをのぞかれたり、夜に男が布団に入ってきたりした事例が報告された。泣き寝入りする人も少なくないという。

生理用品や下着の不足など、災害時に女性のニーズが置き去りにされている問題は阪神大震災の時にも指摘されていた。東日本大震災時には、物資を管理していた男性から「生理用ナプキンを取りに来て」と言われたが、「1枚しかくれなかった」という事例も。最近も、役所が配った感染防止やプライバシーを守るパーティション（仕切り）に対し、男性が「ここは皆、家族だからそんな物置いていてもらわんでいい」と断ることがあったと紹介した。その上で、椿さんは「女性の物資は女性で配るとか、下着や生理用品を置く専用のスペースを作って、好きな時に女性が取っていけるようにするとか配慮が必要」と訴えた。

参加者による意見交換では、学生から「避難生活で男性の目が気にならないよう、生活範囲を大まかに分けて安心感を確保できたら」「生理用品については個人差があるのを、避難所の運営者に理解してほしい」などの意見が上がった。

「運営者に男性が多い」「1人暮らしの場合、誰にトイレの同行などを依頼すればいいのか」との不安も。「特に『言いづらい』と感じる層への配慮や、女性に相談できる体制が必要。女性の視点でも偏りがあるとよくないので、運営側の半分程度は女性で幅広い年齢層だといい」と求める学生もいた。

㊤防災食を食べる体験をしながら、女性の防災について意見交換する女子学生ら
㊦ジェンダーの視点から見た被災地の現状や課題を話す椿佳代さん＝いずれも名古屋市守山区の金城学院大で

災害時の女性用品の備え

個人のニーズに応じ、**最低3日分**備えるのが望ましい

- 生理用ナプキン（普通、長時間向けなど）
- おりものシート
- サニタリーショーツ
- 防犯ブザー／ホイッスル
- 中身が見えないごみ袋
- 女性用下着
  洗濯できない場合に備え、使い捨て下着やおりものシートがあると便利

内閣府「男女共同参画の視点からの防災・復興ガイドライン」を基に作成

性暴力被害 年齢幅広く

女性の防災や対策は、東日本大震災の2年後に、内閣府が指針を策定し、その後改定するなど進んできた。

災害時のジェンダー問題に詳しい静岡大の池田恵子教授＝写真＝によると、東日本大震災では、避難所の環境やプライバシーへの配慮はほとんどなかったが、2024年の能登半島地震では男女別の更衣室や授乳室、キッズスペースを整備する避難所がみられるようになった。女性用の物資も以前より届いたという。

一方で、池田教授は「改善されていない避難所もあった。女性への配慮が必要と分かる人が、避難所の運営側にいることが大切」と指摘。また、「赤ちゃんがいるから避難所に行けないというような、在宅避難者への配慮はまだまだ」と訴えた。

災害後は、健康の問題にも男女差が生じる。女性はトイレに行くことを我慢しやすく水分の摂取が少なくなるため、エコノミークラス症候群になりやすい。入浴できないことで、ぼうこう炎やデリケートゾーンの炎症も多くなる。「男性は、飲酒や社会的孤立が増える傾向にあるので配慮が必要」と語る。

炊き出し担当 負担が集中

東日本大震災では、11年10月から市民団体と研究者らによって、女性と子どもへの性暴力について調査が行われ、13年に「災害・復興時における女性と子どもへの暴力に関する調査報告書」として出た。約80の事例が載るが、調査に携わった池田教授は「氷山の一角」と明かす。

雑魚寝の避難所で「体を触られた」「授乳をのぞかれた」といった事例のほか、支援と引き換えに性行為を要求するタイプの暴力もあった。「被災者、支援者の両方が加害者にも被害者にもなっていた。被害者は子どもから60歳以上まで幅広く、男児もいた」と対策を訴える。

女性も運営担う体制重要

また、能登半島地震などの被災地では、炊き出しの担当が女性に集中し、大きな負担となる事態も起きた。「災害時の避難生活では性別の役割が強化されがち。男女にこだわらず、できる人が手伝うことが大切」

こうした問題に対し、事前にできることはないか。池田教授は「家にいられるなら雑魚寝の心配はない。まずハザードマップを見て、家族の状況を考えた上で災害時の避難先を決めてほしい。自宅、避難所、知人宅、車など避難先によって、必要な備えが変わる」と話した。

避難所を開く場合は、内閣府が「男女共同参画の視点からの防災・復興ガイドライン」の中で紹介するチェックシートが、問題を防ぐヒントになる。

池田教授は、災害時に避難所の運営を担う地域の防災組織に女性がいることや、女性の防災リーダーの育成が重要と言う。「避難所で『何かできる人はいませんか』と募られたら、ぜひ女性も手を挙げてほしい。女性の要望を吸い上げ、声を出せる人が運営側に入ることで、困りごとは少なくなるはずだ」

避難所チェックシート［主に女性向け対策］

- □ 授乳室（椅子、授乳用の枕やクッション、おむつ替えスペース）がある
- □ 男女別更衣室、男女別休養スペースがある
- □ それらが離れた場所にある
- □ 十分な間仕切り・パーティションでプライバシーを保護
- □ 乳幼児のいる家庭用エリアがある
- □ 単身女性や女性のみの世帯用エリアがある
- □ 女性専用スペース（女性用品の配置・女性相談）がある
- □ 安全で行きやすい場所にトイレを設置
- □ 女性トイレと男性トイレは離れた場所にある
- □ 女性トイレに女性用品・防犯ブザーを配置、仮設トイレは女性用を多めに
- □ 屋外トイレは暗がりにならない場所に設置
- □ トイレまでの経路、個室内に夜間照明を設置
- □ トイレに錠がある
- □ 男女問わず1人で入浴できる施設がある
- □ 避難所の危険箇所や死角の把握・立ち入り制限がされている
- □ 間仕切り・パーティションが高い場合は個室を定期確認
- □ 管理責任者には男女両方を配置
- □ 自治的な運営組織の役員に女性が3割以上参画
- □ 避難者による食事作り・片付け、清掃などは男女を問わずできる人で分担
- □ 女性用品は女性担当者が配布
- □ 女性や子育て・介護中の家庭の要望や困りごとを聞き取り、運営に反映
- □ 配偶者からの暴力の被害者らの避難者名簿の作成と情報管理を徹底
- □ 男女一緒に行う防犯体制を
- □ 就寝場所や女性専用スペースなどへ巡回警備

内閣府「男女共同参画の視点からの防災・復興ガイドライン」を基に作成

◇次回の「備える」は、4月6日の予定です。

その時どうする？ 南海トラフ・被害想定から

下水道被害 少しずつ水流して確認を

南海トラフ地震が起きると、下水道管や関連の施設が被害を受け、トイレや台所、風呂などで排水できなくなると予想されている。

昨年3月に発表された被害想定では、全国で最大3570万人が下水道を利用できなくなり、愛知、三重、静岡の3県では利用者の9割にあたる860万人に影響が出るとした。被災1日後には630万人、1週間後には120万人、1カ月後でも13万人が使えないという。

日本下水道協会によると、地中の下水道管は数㍍のコンクリート管をつないでいることが多く、地震でずれたり壊れたりすると使えなくなる。また、ポンプ場や処理場が打撃を受けたり電気が止まったりすると下水処理ができない。復旧期間は地震や津波の規模、液状化などで変わるといい、能登半島地震の被災地では半年以上の長期にわたって使えない場所があった。

協会の担当者によると、周辺でマンホールの被害や道路の陥没があると、被害を受けている可能性があり、使えない場合は自治体から通知がある。

「自宅周りの排水設備が壊れて下水があふれていないかや、台所などで少しずつ水を流してあふれないかを確認してほしい」。マンションの被害では高層階で水が流れても下層階であふれることもあり注意が必要だ。

「携帯トイレや簡易トイレの準備、台所ではウエットティッシュやラップを使って洗い物が出ないようにするなど、事前に対策しておいてほしい」と呼びかけた。（芦原千晶）＝終わり

切り取って保存！

下水道の被害が出たら

被害のサイン
- 周辺のマンホールの飛び出しや道路の陥没
- 水を流したら排水口からあふれた
  → 台所、風呂、トイレで水が流せない！

日ごろからの備え
- 携帯トイレや簡易トイレ、凝固剤（1人1日5回分を1週間ほど）
- トイレに二重にかける頑丈なポリ袋
- 皿の汚れを拭くウエットティッシュ、皿にまくラップ
- ボディーシート、水を使わないシャンプー

(c).中日新聞社　無断転載、複製、頒布は著作権法により禁止されています