

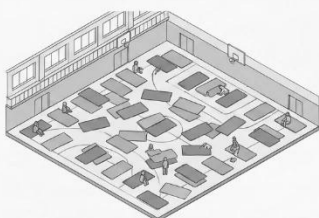
あなたと…

だれもが安心して過ごせる避難所をめざして
町田市の「ユニバーサルな防災」と、自宅で備える「在宅避難」

町田市では、性別や世代、個々の状況を問わず「一人ひとりの個性を大切にする」というユニバーサルデザインの視点を重視した防災対策を進めています。今回は、市の防災課にうかがった具体的な避難所の取り組みと、私たちが今からできる「自宅での備え」についてご紹介します。

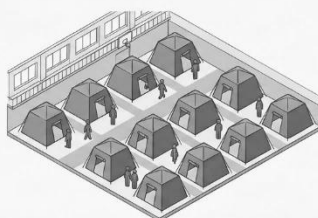
ざこ寝をなくす「ユニバーサルな避難所」

従来の課題



プライバシーの欠如
災害関連死のリスク
犯罪の危険性

町田市の基準



ハード（設備）とソフト（運営）の両面から、
過酷な避難所環境を根本的に改善。

災害時の避難所と聞いて、多くの人が真っ先に思い浮かべるのは「体育館でのざこ寝」や「プライバシーの欠如」といった、心身を削り取るような光景ではないでしょうか。

しかし、今、町田市では、一人ひとりのプライバシーを尊重する、ユニバーサルな防災に取り組み、避難所を「より安心して過ごせる場所」に変えていこうとしています。

- 全避難施設(68ヶ所)に「屋根付き屋内用テント 50 張」と「エアマット」等を配備。
- 屋外のマンホールトイレ周辺には、バルーン投光器や LED ランタンを設置し、一人では行かないという声かけをして、安全を確保。
- 避難所運営では、男性の防災リーダーが中心になりますが、震度 6 弱以上の地震で自動的に市から派遣される 4 名の「指定職員」は、必ず男女混合になるよう割り当て、女性の声が反映されるようにしています。

困った時に助けを求める、「イエス・ノー」を言える力を養う

平時の教育



市内の中学校で助産師と養護教諭が連携。
プライベートゾーンの理解。
嫌なことに「ノー」と言う力。

非常時の効果



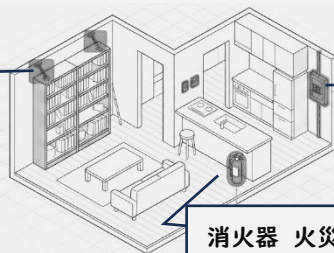
避難所という過酷な環境下で、危険を察知し
「大人に助けを求める」自己防衛力へ直結。

「困った」の声を上げよう!! その小さな声に耳を傾けよう!!

防災対策促進事業補助金：自宅を安全な避難所にする

防災課による新制度。9 月受付開始（対象区分ごとに 1 世帯各 1 回限り）

地震発生時の
家具の転倒を
防止する



感電ブレーカー
揺れを感知して
電気を遮断し、
通電火災を防ぐ

消火器 火災の初期消火に不可欠

広報まちだ 2026 年 8 月 1 日号をご覧ください

- 「町田市防災アンバサダー」の 三木佳代子さんに話を伺いました。三木さんは、助産師として中学生に性教育を行うことで、災害時にも周囲に助けを求められる力を養っているそうです。

「ユニバーサルデザイン」と「ジェンダー平等」は、年齢、性別、障がいの有無に関わらず、すべての人が公平に社会参加できる環境をつくるという理念で深く繋がっています。

※在宅避難の支援のありかたも課題として取り組んでいます



シネマでトーク 無料

映画を観て、その後、楽しく語り合いませんか？

町田市民フォーラム3階 活動室 14:00～

***10月13日(火)「父と暮せば」**2004年(日)99分
原爆投下から3年後の昭和23年、広島を舞台に、生き残った負い目を抱える娘と、彼女の前に幽霊となって現れた父との交流を描いた人間ドラマ。井上ひさし原作。
出演：宮沢りえ、原田芳雄、他

***11月10日(火)「歩いても歩いても」**

2008年(日)104分

年老いた両親の元に久々に集まった家族の情景を静かなタッチで切り取り、人生の喜びと悲しみを浮かび上がらせたホームドラマ。是枝裕和監督作品
出演：阿部寛、夏川結衣、他

***12月8日(火)「毎日かあさん」**2011年(日)114分
人気漫画家・西原理恵子の自伝的ベストセラー・コミックを映画化。西原家で実際に起こったエピソードをもとに、主人公の漫画家の妻、アルコール依存症と格闘する元戦場カメラマンの夫、6歳の息子、4歳の娘が繰り広げる日常をコミカルに描く。夫婦役は、元夫婦の小泉今日子、永瀬正敏が演じる。

出演：小泉今日子、永瀬正敏、他

—シネマ担当：S.K



世界を変えた 100人の女の子の物語

エレナ・ファヴィツリ 作
芹澤恵・高里ひろ 訳

「女の子は船乗りになれない」「女の子はパンクロッカーになれない」「文学は男がするものだ」「女の人がお医者さんになれるわけがない」「女は車を運転してはならない」「ドラムをたたいていいのは男だけだ」「弁護士も裁判官も男がなるものだ」などなど、よくもこれほどと思うほど、あらゆるところで女性に浴びせられた偏見と制限。しかし、強い意志でそれらに立ち向かって道を切り開いた一人ひとりが私達に勇気を与えてくれます。

この本の100人が、壁を乗り越え、世界を少しずつ変えてくれたけれど、まだまだ私達の前に壁は立ちはだかりつづけています。でも、自分は一人ではないと信じて前に進んで行けそうな気持ちになれます。

また、新羅(朝鮮半島)の善徳女王が唐に学生を送り、戦争をしないよう尽くしたことや、古代エジプトのハトシェプスト王が芸術、通商を栄えさせ平和な治世をしたことなど、優れた女王たちや政治家も載っていて、歴史的にもおもしろいです。閉塞感を突破できる気がして、何度でもページをめく

りたくなる本です。

★センターでは図書の貸出や、DVD、ビデオの視聴ができます。

講座

女性のための就職準備セミナー

「一歩踏み出すための

マインドセット&面接対策」

就職活動に向けた心の持ちよう面接対策について学びます。

- ① 自分が働く姿を具体的にイメージします。
- ② その実現に向けて面接に関する知識を深め、グループで実践練習を行います。

日時：10月16日(金) 午前10時～午後0時30分

会場：町田市民フォーラム4階 第2学習室

申込：9月4日(金)正午～10月12日(月)イベシス

またはイベントダイヤル(042-724-5656)へ

講座

女性のための護身術 WEN-00

(ウェン・ドー) 講座

自己防衛プログラムを通して、痴漢やセクハラなど、女性を取り巻く暴力から自分で自分の身を守るための実践的な護身術を学びます。また、自分の中にあるたくさんの心力についても考えます。

日時：11月27日(金) 午前10時～正午

会場：町田市民フォーラム3階 和室

申込：10月2日(金)正午～11月1日(日)イベシス

またはイベントダイヤル(042-724-5656)へ

「女性悩みごと相談」

☎ 042-721-4842

☆女性のための身近な相談室として、電話による相談を受けています。DVやセクハラ、夫婦間など一人で悩まないで相談してみませんか。

相談日時 月・火・木・金・土 9:30～16:00

水 13:00～20:00

(第3水曜日・日・祝日、年末年始はお休み)

☆「法律相談」予約は「女性悩みごと相談」にて受け付けます。女性弁護士が担当します。

相談日時 毎月 第2、4木 14:00～16:00

(祝日・年末年始はお休み)



「LGBT 相談」

☎ 042-721-1162

☆性自認・性的指向のこと、人間関係・職場・学校のこと、どんなことでもお気軽にご相談ください。専門相談員が相談に応じます。

相談日時 毎月第2水曜日 15:00～20:00

(祝日はお休み)

