

共助 避難所での生活

避難所での心得

避難所は、不特定多数の被災者が共に生活する場です。ルールやマナーを守り、避難者同士で協力し合うことが重要です。特に避難所生活が長期化することが想定される場合は、様々な意見・要望に柔軟に対応できるよう、避難者の自主運営組織が主体となり、避難所の運営を行わなければなりません。全員が同じ災害に遭遇し、同じ気持ちを持って生活していることを踏まえて、行動しましょう。

また、近年では感染症対策も重要になってきています。手洗いうがいはもちろんですが、咳エチケットを徹底して、体調不良になった場合は速やかに避難所運営委員に申し出ましょう。

●女性の視点

運営組織は男性中心となりがちです。女性をはじめとする様々な視点を活かした運営を心掛けましょう。

- ・オムツ交換や授乳スペースの確保。
- ・子どもコーナーの設置。
- ・生理用品等、女性特有の物資の配布は女性が行う。
など



●防犯対策

避難所は完璧な防犯環境ではありません。家族の身体・財産は自分で守ることを心掛けましょう。

- ・死角になる場所にはできるだけ近づかない。
- ・子どもだけの環境はつくらない。
- ・貴重品は常に持ち歩く。
- ・他人の前でお金の話はしない。
など



●ペットの同行避難

避難所では、動物が苦手な人、アレルギーを持っている人もいます。避難所にペットがいることで、避難者へのストレスやトラブルの原因になる場合もあるので、日頃からしつけや用具等を準備しておくことが大切となります。また、ペットの預け先(親戚・知人等)についても事前に調べておくとい良いでしょう。

- ・ペットのえさやケージは避難所がないので、各自で準備しておく。
- ・避難所ではルールに従い、責任を持って世話をする。
など

避難所運営委員会

昭島市では、災害時に市立小・中学校等に避難所を円滑に開設・運営するため、学校や地域の方に協力いただきながら、各避難所に学校避難所運営委員会を設置し、避難所の運営マニュアルを作成しています。

また、定期的に会議や訓練を開催し、マニュアルの検証を行っています。

ここが
ポイント

応急手当

災害時は自分や家族の方などがけがをしても、救急隊がすぐに駆けつけられるとは限りません。いざという時のために、応急手当の方法を覚えておきましょう。東京消防庁では、心肺蘇生やAEDの使い方、けがの手当など、応急手当が習得できるように、都民や事業者等を対象として救命講習を開催しています。詳しくは所轄の消防署にお問い合わせください。

