

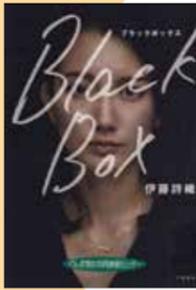
図・書・紹・介

・当センター「図書コーナー」にある本を紹介しています。
 【貸出しのお約束】・1人5冊まで ・期限：2週間 ・利用時間：9時～17時
 ※時間外の返却はセンター入口横のポストをご利用ください。



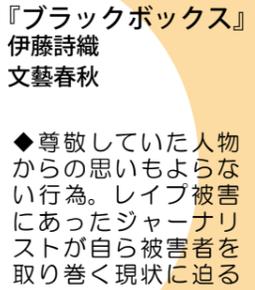
『ココロソダテ』
 雅楽川陽子
 パリッシュ株式会社

◆29歳で起業し、様々な賞を受賞する優良事業所に会社を成長させた著者。従業員がどんな状況でも働きやすいよう環境を整え、それを実行してきた。それでも「仕事だけでなく、家庭も大切に過ごしている、その経験を伝えたい」とまとめた一冊。



『ブラックボックス』
 伊藤詩織
 文藝春秋

◆尊敬していた人物からの思いもよらない行為。レイプ被害にあったジャーナリストが自ら被害者を取り巻く現状に迫る圧倒的ノンフィクション。



『女の子が生きていくときに、覚えてほしいこと』
 西原理恵子
 岩波書店

◆「王子様を待たないで。お寿司も指輪も自分で買おう」——目下子育てに奮闘しているママにも、反抗期まっさかりの子どもにも、胸にすんと落ちるメッセージ。



図書コーナーをご利用ください

●男女共同参画に関する書籍のほか、話題を呼んだ一般書籍や絵本も多く取り揃えております。ぜひお立ち寄りください！

ひとりで悩まないで…
 気軽に相談を…



女性専用電話相談です。
 相談は無料で秘密は厳守します。

とらいあんぐるん相談室

電話 027-224-5210

●相談日と時間

	火	水	木	金	土	日
9:00～12:00	○	○	○	○	○	○
13:00～16:00	○	○	○	○	-	-

・年末年始(12/29～1/3)、祝日、月曜日は休み ・月曜日が祝日の場合、火曜日も休み

【相談内容】家庭の問題の他、女性の自立や能力の発揮、性差に関する悩みなど…

とらいあんぐるん

ぐんま男女共同参画センターのご案内



●お車でお越しの際は、県内「県民駐車場」をご利用ください。(2時間まで無料)

●開館時間：火～金 9:00～21:00
 土・日・祝 9:00～17:00

●休館日：月曜日(月曜日が祝日の場合は直後の平日)
 12月29日～1月3日

〒371-0026 群馬県前橋市大手町1-13-12

電話 027-224-2211 FAX 027-224-2214

メール sankakuse@pref.gunma.lg.jp



まめ知識

避難所運営の知恵袋

東日本大震災時には女性から、こんな声があがりました。

●男性が配ったり、周りに男性がたくさんいる中で支援物資の生理用品を受け取りに行くのが恥ずかしかった(10代女性)

●避難所の威圧的な空気の中で、女性や立場の弱い人々が要望を出したり、発言するのは難しい

●物資をもらうにも、小さな子どもたちを抱えていかなければならず、大変だった(シングルマザー)

●避難所で、夜になると男の人が毛布の中に入ってくる。…周りの女性も「若いから仕方ないね」と見て見ぬふりをして助けてくれない(20代女性)

(「男女共同参画の視点からの防災研修」基本教材(内閣府男女共同参画局)から抜粋)

避難生活上の困難と必要な支援は、性別や障害の有無、家族構成などにより異なりますが、避難所運営の担い手は男性に偏りがちです。避難所運営に女性も参加し、意見を反映させることは、様々な立場の人たちのストレスを減らすとともに、避難所生活の安全性を高めるためにも必要です。

とらいあんぐるん

ぐんま男女共同参画センター通信

2018年3月

No. 49



ぐんま男女共同参画センター
 〒371-0026 群馬県前橋市大手町1-13-12
 TEL: 027-224-2211
 FAX: 027-224-2214
 メール: sankakuse@pref.gunma.lg.jp

企画 インタビューコーナー 第23回

にほんぼうさいしakai ぐんまけんしふぶくしふちよう
 日本防災士会 群馬県支部 副支部長
 わんだふる だいはりょうじ
 NPO法人 わんだふる 代表理事

あかば じゅんこ
 赤羽 潤子さんに聞く



■自助・共助・公助

地震などの災害が起きたとき、その被害をできるだけ少なくするためにはこの3つが必要とされています。

一人ひとりが自ら取り組む「自助」、地域や周りにいる人が助け合う「共助」、国や地方公共団体が行う「公助」。この3つが上手く機能することが大切です。

自分のことは自分で守る「自助」が基本ですが、自分でできることには限界があります。

「公助」はやってくるまでに時間がかかります。周囲で困っている人がいたら助ける、また自分や家族も助けてもらう「共助」、「地域防災」が重要となります。

■本当に1人で逃げられますか？

大体の方が、「自分は助けてもらう必要はない」「1人で逃げられる」と言います。でも本当にそうでしょうか？

もしもあなたに赤ちゃんがいたら、赤ちゃんの命を守りながら逃げることはできますか？あなたが高齢者だったら、どうでしょうか。車は使えない、道は障害物で溢れている状態で避難所まで1人で辿り着くことができますか？

あなたに小さな子どもがいたら、もし被災した時、パパとママが外にいて自宅

には子どもだけだったら、子どもは1人で避難所まで行けるでしょうか。パパやママの帰宅を待っていたら危険かもしれません。有事の際必要なのは近所の顔見知りです。「何かあったらお隣のおばちゃんの方にいきなさい」と言える相手を作る事が大切です。

■もっと「助けて!」と言いましょ

私たちは、もっと「自分が1人で逃げる事ができない」事を自覚しなくては いけません。自分が健康であっても、家族に高齢者や赤ちゃんなどがいれば、あなたは支援を受ける対象者になります。もっと「助けて!」と言いましょ。私たち一人一人が自分が受援者であることを自覚することが重要です。

■地域での「支援力」を高めよう

困っている人を助けるためには助ける側の「支援力」も必要です。近所に助けが必要な人がどこにどれだけいるのかを把握しておかなくてはなりません。また、しましよ!

「自宅避難者」になったら? —赤羽潤子の知恵袋—

知恵袋①
 あると便利
 「スーパーの袋」

水が止まるとトイレも使えなくなる。スーパーの袋をバケツなどに被せ用を足し、縛って置いておけば水がなくても大丈夫。

袋に猫砂を入れると更に Good! (猫砂には消臭・吸水力があります)

知恵袋②
 どう食べる? その食料

最初に冷蔵庫の中の冷蔵にある食材、次に自然解凍された冷凍食材、それらが無くなってから乾物を食べましょ。家にある貴重な食材を無駄にせず済みます。

知恵袋③
 あると便利
 「卓上コンロ (ガスボンベ)」

電気やガスが止まってもこれがあれば炊きかきできます。②の冷蔵庫の食材も火を通せばほほ食べられます。災害時、温かな食事を取ることは、身も心も癒やしてくれますよ。



インタビューコーナーでは、「男女共同参画社会の実現を目指し、さまざまな立場で活躍している人」を紹介します。