

epoca

エポカ

防災！大切な人を守れますか

子どものストレスを
どう和らげる？

高齢者の必需品は
用意してある？

ペットも大切な
家族だよね

発災後、安全に
自宅で過ごせる？

災害伝言ダイヤル
171 を体験しよう！
防災週間
8/30 9時～ 9/5 17時まで

食物アレルギー・・・
非常食は食べられる？

女性だからこそ
必要なものは？

contents

特集！ママ・女性のための防災・減災
一般社団法人静岡県地域女性団体連絡協議会
あざれあ図書室・おススメ図書
講座・イベント情報
あざれあ相談

眼鏡・・・メガネ？
ある??

特集!

ママ・女性のための防災

～男女共同参画社会づくり宣言事業所・団体～

一般社団法人静岡県地域女性団体連絡協議会

◆地域力を磨こう!!

私たちは、今年で創立 68 年目を迎える女性団体です。

静岡県内各地域で子どもから高齢者までの地域住民を対象に活動をしています。

東日本大震災から、自分たちの住む地域は自分たちで守らなければならないという意識が高まり、自分たちで地域を守る力“地域力”を磨くため、様々な勉強会や視察を行ってきました。

①災害について学ぼう

防災センターを見学し、地震や津波のメカニズムについて学んだり、地震体験をしました。また、講師を迎えて、過去の災害における被害状況なども勉強しました。やはり、被害写真などを見ると恐怖を覚え、災害が起きないことを願うばかりです。



地震について勉強中～真剣です～



男女一緒にグループワーク(HUG)

②地域で私たちに何ができるか考えよう

講師を迎え「地域防災は男女が一緒に取り組むことが不可欠である」ことを学びました。そこで各地域で、まずは住民の方と一緒に防災講座を実施しました。また、私たち女性が自主防災組織に参画できるよう、また災害ボランティア本部に参画できるよう、防災倉庫の備蓄品の確認やHUG(避難所運営ゲーム)などの研修会を実施しました。

いつおこるか分からない災害に備え、地域力を磨く活動をこれからも続けていきます。

～継続は力なり～私たちは頑張ります!

ブックサポーター 20: ママ・女性のための防災

『防災ピクニックが子どもを守る!』

(MAMA-PLUG | 編著 KADOKAWA 2014 年)



いつくるかわからない災害に備えるってちょっと面倒……。そんなあなたには防災ピクニックがおすすめです。非常食を食べたり、非常用トイレを試したり、家族でアウトドアを楽しみながら我が家の防災スイッチを ON にしましょう。

『家族、ペット、そして私を守る防災 BOOK』

(マガジンハウス 2014 年)



これだけは備えておきたいアイテムや家の中の防災ポイントなど、家族や自分を守るために必要な知識を、女性の視点できめ細かく考えた防災マニュアルです。防災を毎日の暮らしの中にとりいれるヒントが見つかります。

『ママのための防災ハンドブック』

(国崎信江、岡部朋子 | 監修 学研パブリッシング 2011 年)



防災対策の基本は家で待機できる状態を作ること。災害が起きたときに、家族みんなが安全に安心して過ごすために必要な準備が、見開きページでコンパクトにまとめられています。イラスト豊富でわかりやすいハンドブックです。

図書室利用案内

貸出: 図書 5 冊、ビデオ・DVD 2 本 (2 週間)

開室時間: 月～金 9:00～18:00

土日祝 9:00～17:00

休室日: 第 1・3・5 日曜日、年末年始、図書整理日

TEL: 054-255-8763 / FAX: 054-255-8759

あなたは大切な人を守れますか？

そのために今できること・・・

DIGをやってみよう

いつ来るかわからない大災害。阪神淡路・東日本大震災では多くの方が犠牲になりました。発災後、男性は家族を残し職務や地域での救援活動に追われ、安全が確保できない状況に家族を置いていかねばならないという不安な経験をしました。

また、女性はライフラインが途絶えた状況の中、避難所や自宅で家族を守るために水や食事の確保・片づけや家族の世話などに追われ、大変な苦勞をしました。その結果、男女とも過勞やうつ・自殺という問題も起きました。

これらの経験を生かし、今、私たちにできることを考えてみましょう。

1・発災後も自宅で過ごせる対策をしよう（減災 & 自宅のシェルター化）

家族で自宅の間取りをみて危険箇所・避難経路の確認をし、必要な対策を取る（家庭内 DIG）

寝室・子どもや高齢者のいる
部屋の家具は最小限にしま
しょう

食器棚や冷蔵庫の転倒・落下
防止はしてありますか？

ブレーカー、ガスの元栓の場
所は確認してありますか？

ガラスは、飛散防止フィルム
を貼ってありますか？

ペットハウスは、転倒の危険
のある家具から離しましょう

玄関などドアが歪みから開かない
時に備え、玄関にはバールを用意
しましょう

出入り口・廊下・階段
付近には物を置くのは
やめましょう

畳やじゅうたんの上に、直
接、背の高い家具を置いて
いませんか？

テレビや重いものは、高
いところに置かないよう
にしましょう

2・非常食を家族で食べてみよう

せっかく備蓄した非常食なのに、実際に食べてみると年代や環境によっては食べにくかったり、工夫が必要だったりします。また、ライフラインが途絶えた時、限られた調理用品だけで食べていけるかどうか確認しましょう。備蓄した食材を古いものから消費し、定期的に補充するためにも防災ピクニックや防災キャンプをしてみてもいいがですか？

詳しくは・・・

あざれあナビ

検索



女性起業支援セミナー 参加者募集

食と農ビジネスのノウハウや農業の魅力を学ぶ場を提供します

- 開催期日 平成 26 年 9 月 15 日 (月：祝日)、10 月 11 日 (土)、11 月 29 日 (土)、平成 27 年 1 月 12 日 (月：祝日) 全 4 回
- 対象 将来県内で食や農ビジネスで起業したいと考えている女性 (すでに事業を営んでいる方で新たに部門として立ち上げたい方も可) すべての講座に参加できる方
- 受講料 無料 (食費等の実費は別途各自で負担)
- 募集定員 40 名程度 (応募多数の場合は、選考により決定)
- 内容 講演・パネルディスカッション・生産現場視察・起業事例紹介・グループワークなど
- 申込方法 受講申込書を作成し、FAX またはメールで申込み
平成 26 年 8 月 15 日 (金) 必着



生産現場視察の様子



- 問合せ先&申込み -

静岡県 経済産業部 農林業局 農業振興課 事業調整班

電 話：054-221-3611 F A X：054-221-2839

E-Mail：nougyoushinkou@pref.shizuoka.lg.jp

ホームページ 「静岡県農業振興課」

または「あざれあナビ」で検索

報告 女性のための起業支援セミナー

「きっとあなたにもできる！自分で始める仕事の一步」

6 月 13 日あざれあで、女性のための起業支援セミナーが行われました。講師は、起業相談にかけては第一人者といわれる f-B i z センター長の小出宗昭さん。男女共同参画の時代も次の段階に移行し、ますます女性の活躍が期待されています。会場も自分の専門を活かしたい女性、ロールモデルを探す女性など、熱心に小出さんの話を聞く姿が見られました。小出さんは、「チャレンジを恐れてはいけない、オンリーワンを応援するためにサポートする」と語りました。

女性相談

すべて女性の相談員、医師、弁護士による相談です。安心してお電話ください。

あざれあ
相談

電話

0558-23-7879 賀茂
055-925-7879 東部
054-272-7879 中部
053-456-7879 西部

※混み合う場合がございます。ご了承ください。

月	火	水	木	金	第2土
9:00 ↑ 16:00	9:00 ↑ 16:00	14:00 ↑ 20:00	9:00 ↑ 16:00	9:00 ↑ 16:00	13:00 ↑ 18:00

※いずれも祝日・祭日を除く

面接

要予約 託児付き 無料

あざれあ女性電話相談の番号におかけください。

月	火	水	木	金
DV・その他暴力 10:00-15:00	偶数月第4 精神科医相談 14:00-16:00	DV・その他暴力 14:00-19:00	DV・その他暴力 10:00-15:00	奇数月第3 精神科医相談 14:00-16:00
	第1・第3 弁護士相談 13:00-16:00	離婚・相続等		

男性電話相談

生き方・家庭・仕事・健康等の悩み
男性相談員が対応します。

電話

054-272-7880
毎月第1・3土曜日
13:00 ~ 17:00

チャレンジ相談

「再就職したい」「起業したい」「NPO を作りたい」等

予約：054-221-2824

完全予約制 女性限定 託児付き無料

偶数月第3土曜実施：

①13:00 ~ ②14:00 ~ ③15:00 ~

奇数月第3水曜実施：

①9:30 ~ ②10:30 ~ ③11:30 ~

静岡県男女共同参画センター あざれあ

静岡市駿河区馬淵一丁目 17-1

<http://www.azarea-navi.jp/>

E-mail: info@azarea-navi.jp

編集・発行 / あざれあ交流会議グループ