

女性のエンパワメントで高める地域の防災リーダー育成事業

迫る災害・女性たちの挑戦

～青森発・女性防災リーダー育成プログラム～

Gender-Equality in Disaster Reduction

CONTENTS

2	はじめに
3	わたしたちのこと
4	事業概要
8	修了生たちの声
10	修了生紹介《1期生青森会場》
12	修了生紹介《2期生八戸会場》
14	女性防災リーダー育成プログラム
	DAY01 防災・減災におけるジェンダーと多様性
16	DAY02 災害時におけるリーダーの役割
18	DAY03 ジェンダー視点の避難所運営
20	DAY04 実践！避難所開設・運営訓練
22	DAY05 被災地と復興を知る①
24	DAY06 被災地と復興を知る②
26	DAY07 避難行動のシミュレーション
28	DAY08 アクションプラン作成・発表 / 修了式
30	フォローアップ支援事業
34	メディア掲載
36	新たな女性防災リーダーへ メッセージ
37	集合写真
38	支援事業紹介

はじめに

女性防災リーダー育成プログラム研修において、63人の修了生を輩出することができました。開催にあたりましては、講師のみなさまをはじめ、青森県、八戸市の行政のみなさま、多くの方々のご協力を賜りましたこと、御礼申し上げます。

さて、本冊子は修了生が何を学び、地域防災において自分たちが「何をしたいか」、「学びをどう活かすか」について紹介するものです。そして、地域のさまざまなステークホルダーのみなさまと一緒に「誰一人取り残さない地域づくり」に取り組むための足がかりにしていくことを目的に作成しました。

過去の災害においては、女性のリーダーが少なかったことにより、女性をはじめ多様な人たちのニーズに応えられない、一部の人に特定の役割が偏る、被災地での性暴力や性被害などの問題がありました。

ここ、青森県も日本海溝・千島海溝大地震などが起こる可能性があります。自分たちが住む地域で災害が起きた時、あるいはその近隣で、そして仲間が居る遠方の地域で災害があった時、同じことが繰り返されないためにも、行動できる女性防災リーダーは必要です。

多様な機関のみなさまと連携し、互いの「つよみ」を活かし合いながら、災害のリスクの削減に取り組んでいきたいと考えております。

一般社団法人男女共同参画地域みらいねっと
代表理事 小山内 世喜子

一般社団法人 男女共同参画地域みらいねっと

「フェアネス（公平性）の高い社会づくり」をめざして、2017年4月に一般社団法人としてスタートしました。誰一人取り残さない社会を目指し、昨今の大規模災害を受けて、「男女共同参画の視点を取り入れた防災・減災活動」を中心に、「自分らしく・自信を持って生きられる社会」、そして「認め合える社会」づくりに向けた活動を続けています。

活動履歴と変遷

2017年	一般社団法人男女共同参画地域みらいねっと 設立
2018年	防災＆コミュニティカフェ開催（以後、毎年開催）
2019年～	青森県内及び全国の中学校で「防災教育プログラム」を実施。 以後、のべ100校10,000人を対象に実施
2021年3月	「東日本大震災から10年～その時、わたしは。そして未来への課題～」の開催
2021年11月	「ぼうさいこくたい2021」にセッションで参加（釜石市で開催）
2022年8月	青森県豪雨災害被災地支援に取り組む（足湯サロン、災害ボランティア）
2022年8月～	休眠預金を活用し、実行団体として3年間「女性防災リーダー育成プログラム」に取り組む（女性防災リーダー63名を輩出）
2024年1月～	能登半島地震被災地支援（石川県穴水町、輪島市など、9回）
2024年9月～	山形県北部豪雨災害被災地支援（山形県戸沢村、4回） （2024年12月現在）

- ・「男女共同参画の視点を取り入れた防災・減災」については、①多様性配慮の避難所開設・運営訓練、②将来の地域防災の担い手育成事業、③防災人財育成事業、④防災ネットワークづくりに取り組む。
- ・この間、当法人事業及び研修講師として「男女共同参画の視点を取り入れた防災・減災活動」を全国各地で35,000人以上を対象に実施。
- ・上記以外にも、「女性活躍推進・女性リーダーの育成」「キャリア教育」「ハラスメント防止研修」「ファシリテーション研修」などにも取り組む。

受賞歴

2020年	令和2年度程ヶ谷基金男女共同参画・少子化関連顕彰事業にて「活動賞」受賞
2021年	第5回ジャパンSDGsアワード「特別賞」受賞
2021年	青森市男女共同参画推進表彰「団体の部」受賞
2022年	とうほくSDGsアワード2022「奨励賞」受賞

女性防災リーダー
育成プログラム

事業概要

地域における防災の現状、課題

東日本大震災以降、地域防災を担う自主防災組織への期待度は高まっていますが、自主防災組織の基盤となっている自治会や町内会などの地縁型組織は、担い手の高齢化や組織率の低下などによって硬直し、弱体化しつつあります。

東日本大震災では、避難所における女性リーダーの不在や性別役割分担の顕在化などジェンダーに起因する課題により、安全面、物資面、生活面において多様な人々への配慮にかけ、関連死にもつながったという教訓があります。しかしながら、自主防災組織の役職者に就く女性はまだ少なく、女性が男性と並んで防災活動のリーダーシップをとれるようにはなっていません。

それは平時における女性の参画が進んでいないことに理由があります。下記の表は青森県における自治会長に占める女性の割合を表していますが、女性の割合は全国平均の6.8%より低い4.3%などと、防災分野に占める女性の割合が少ないことがわかります。

青森県における自治会長に占める女性の割合(各年4月1日現在)

	H31年	R2年	R3年	R4年	R5年
自治会長数	3,496人	3,493人	3,460人	3,556人	3,501人
女性自治会長の いる市町村数	20団体	22団体	25団体	25団体	24団体
女性自治会長数	119人	155人	158人	153人	163人
女性比率	3.4%	4.6%	4.6%	4.3%	4.7%
(参考) 全国	5.9%	6.1%	6.3%	6.8%	-

「令和5年度青森県の
男女共同参画の現状と施策」より

地域社会において女性がリーダーになる
背景にある課題

昨今、地域防災に関心のある女性たちは増えています。「防災士」の資格を有する女性たちも増えています。しかし、その女性たちが地域防災の担い手として、活躍できない理由として下記のような問題もあります。

1 ジェンダーの問題

- ① 家庭内のジェンダー意識
- ・家事・育児は女性の役割
 - ・夜の集まりには出にくい

② 地域にはびこるジェンダー意識

- ・リーダーは男性、女性は補助的役割
- ・女は出しゃばるな、話を聞いてもらえない

2 機会の不平等

- ・女性だというだけで学びの機会や活動の場が男性に比べて少ないことがある
- ・町内会の活動においても女性は補助的な役割、防災訓練においても炊き出しやケア役割などとリーダーとして動く訓練の機会が少ない

→できないのではなく、チャンスがなかった

災害時には平時における社会の課題が顕在化する

災害時には平時における社会の課題が顕在化します。「災害が起きたから気をつけよう」と言っても「平時にできないことは非常時なおさらできない」。平時から、ジェンダーの視点から見た問題・課題を解決しておくことが大事です。

平時の社会の課題

意思決定の場に女性が少ない /
いない

災害時

災害対応や復旧・復興で女性の意見やニーズが反映されず、必要な支援・物資が提供されない

「男性は仕事」「女性は家庭」といった性別を理由とした役割分担意識が根強い

避難所運営で男性がリーダー、女性は食事や片付けなど、特定の役割が片方の性別に偏る

DVや性暴力など女性に対する暴力

避難所などでプライバシーが守られないことや、さまざまなストレスや制約が重なることなどによりDV・性暴力のリスクが高まる

女性は非正規雇用で働く場合が多い
(女性の被雇用者のうち、非正規雇用
で働く人の割合は54.4%)

解雇、雇い止めなどの対象になり
やすく、世帯収入が減る・途絶する

「令和2年労働力調査」

女性防災リーダーの必要性

東日本大震災では上記のようなジェンダーを起因とするさまざまな問題や困りごとがありました。この教訓を受け、同じような事態が今後の災害時に繰り返されないためにも、地域の中で声を出せる、行動できるジェンダーの視点(※)を持った女性防災リーダーの育成は欠かせません。

現在、地域で活動している女性たちにマインドアップ・スキルアップ・交流の場を提供することで、より一層エンパワーメントし、新しい切り口の地域防災のあり方の創出につなげることができます。また、「防災士」の資格を取得した女性たちに対するブラッシュアップと仲間づくりから、自身の防災に関するアクションプランが明確になり、行動変容につながると考えられます。

※ジェンダーの視点…性差別、性別による固定的役割分担、偏見等が社会的につくられたものであることを意識して
いこうとする視点。

プログラム概要

過去の災害の教訓や課題解決を図るためには主体性を持って行動できる女性の防災リーダーの育成が必要です。

女性のエンパワーメントを促進するためには「学び」「気づく」「考える」「行動・実践」「ふりかえる」という「プロセス」が重要と考え、下記のようなプログラム構成にしました。

具体的には、ジェンダーの視点を取り入れた防災・減災を学ぶことで、避難生活の環境や日常生活にあるジェンダーの問題を改善していかなければならないことに気づき、どうすればよいか考えます。次に、避難所運営訓練などの実践を通して、課題を具現化し、取り組むことで主体性が生まれます。また、フォローアップ支援事業などを通して、実践を重ねることで、自分がやりたいこと、できることが明確になり、自己効力感が高まっています。

学び

気づき・考える

実践

ふりかえり

アクションプラン
作成

1期 2023年4月～9月
2期 2024年4月～7月

■A-1 交流とマインドアップ

- ・開講式、オリエンテーション、自己紹介
- ・基調講演
- ・ふりかえりとチャレンジの共有

■A-2 ジェンダーの視点を取り入れた防災・減災についての理解

- ・「ジェンダーと防災」基礎知識
- ・災害時に必要なネットワーク
- ・ワークショップ「マイタイムライン」
- ・多様性に配慮した避難所運営訓練の企画

■A-3 スキルアップ講座

- ・話し合う力/ファシリテーション・ロジカルシンキング

■B 実践：ジェンダーの視点を取り入れた避難所運営訓練

■C 被災地視察(1泊2日)

■D-1 フォローアップ支援事業

- ・共催事業として受講生団体・個人による実践事業を実施
- ・当法人主催の「若年層への避難所運営訓練」へのインターンシップ
- ・交流の場・ネットワークの構築
- ・学びの提供

■D-2 ネットワークの構築

- ・SNSを使つての情報共有・交換

女性が地域で活躍するために

女性が災害時に地域で活躍できるようにするためには、防災・減災活動には女性の力が必要だということや女性も防災・減災活動ができるということに対する「社会の認知度、信用度を高める」ことも必要と考え、下記の2点についても取り組みました。

新聞やテレビのニュースで取り上げられたことで受講生のモチベーションが高まるとともに、行政や地縁型組織の方々からの信用度も高まり認められるようになったケースもあります。

① 社会の認知度を高める

【テレビ番組の制作と放送】

タイトル「迫る災害・女性たちの挑戦
～青森発・女性防災リーダー育成プログラム～」

【目的】

- ・県民に対し、防災・減災をはじめ、地域リーダーへの女性の参画の必要性の理解促進
- ・本事業の県民への周知活動につなげる
- ・2期生(八戸会場)の受講生の募集につなげる

【マスコミへのプレスリリース】

県内の新聞に18記事掲載

② ステークホルダーとの関係性づくり

「女性のエンパワーで高まる防災・減災連携会議」の開催(3回)

【目的】

地域の様々な立場の方に集まっていただき、本事業への助言及び周知と理解、協力を得る。

避難所運営マニュアルの調査と結果をもとに訪問活動

- ・県内市町村の避難所運営マニュアルに「女性の参画」について記載されているのかを調査
- ・修了生在住市町村への訪問活動

このプログラムが目指すもの

3～4年後の
めざす姿

青森県において「防災・減災分野の活動」に
女性リーダーの参画が進む

女性の参画
30%

2～3年後の
めざす姿

地域の防災活動に
女性の参画が
促進される

ジェンダーの視点
を取り入れた
防災・減災の活動

女性の防災に
関するネット
ワークができる

地域防災で女性を
受け入れる
環境整備がすすむ

現在
(成果)



内閣府研修会では、地域の方と
共に取り組み、主体性を発揮



中学生の防災教育で
活躍する修了生



修了生同士の交流を深め、
モチベーションをアップ

／ 修了生たちの声 ／

青森会場

宇野 絵美 さん

所属団体：浜田ニュータウン町会、自主防災組織、
青森市青森消防団 青桜分団



受講のきっかけ

東日本大震災の時、岩手県釜石市で震災を経験しました。その後、町会を通して防災士を取得しましたが、どのように活動していけば良いのかわかりませんでした。そんな時に女性防災リーダー 育成研修のチラシが目にとまり受講しました。

受講してみて…

パワフルで行動力のある女性防災リーダーの皆さんに出会えたことが一番の学びであり、一番の財産です。やる気に満ちた、行動力と発言力を兼ね備えた方々に最初は圧倒されましたが、回を重ねるごとに、自分もこうなりたいという憧れと、目標となる方々と共に学べる有難さを実感し感化されました。

今後のビジョン

共催事業として自分の子どもが通う小学校にお願いして、5年生と先生88名、地域住民22名の総勢110名が参加する避難所運営訓練の企画運営ができました。自分が住んでいる浜田ニュータウン町会 自主防災組織の活動に力を入れていきたいです。消防団にも所属しているので、自分がパイプ役となって防災への取組みを増やし、一人でも多くの方が防災意識を高められるよう、そして災害時に命を最優先する行動をとってもらうために、防災の活動を続けていきたいです。

青森会場

吉田 房子 さん

所属団体：ひらかわ防災サポーターズ、h&fプラス



受講のきっかけ

数年前にみらいねっとの避難所運営訓練に参加し、小山内代表の多様性、ジェンダー視点を取り入れた防災の講話に心を打たれました。共に地域活動している仲間と防災について学びたいと思っていたところ、このプログラムのことを知り受講しました。

受講してみて…

災害時には平時における社会の課題が顕在化すると学びました。能登半島地震の支援の様子を聴き、また実際に現地へ支援に同行させていただき、被災者の方に接し、お話を伺って現状を実感しました。それによって今後さらに防災・減災についてより理解を深め実践していきたいと思いました。また、防災・減災に必要な地域のつながりの基盤には、住民同士のコミュニケーションの構築が重要だと学びました。

今後のビジョン

今回のプログラムに参加した修了生3名で防災を学ぶ団体を立ち上げました。市内中学校での避難所運営訓練の実施、社会福祉協議会などの防災研修に積極的に参加をしています。また、行政へ女性の防災士資格取得の補助金支給を提案し、私自身、地域の自主防災組織の推薦を受けて防災士の資格を取得しました。今後は平川市内全小中学校での避難所運営訓練の実施を目指し、防災教育のカリキュラム導入の働きかけを行います。多様性の視点を取り入れた防災・減災教育を地域の方々と共に学び、広めていきたいです。

女性防災リーダー育成プログラムを修了した4名の修了生に、
受講してみての感想や、受講したことを今後の活動にどのように役立てたいか、伺いました。
なお、この4名は研修終了後、男女共同参画地域みらいねっとの会員になり、当法人の活動にも参画しています。

八戸会場

大野 るり子 さん

所属団体：淋代町内会（自主防災会）役員、
民生委員



受講のきっかけ

町内会の役員として自主防災組織に所属していることや、自宅が海岸沿いにあることから防災について意識はしていました。防災について学ぶ機会がなく、何もできないと感じていたところ、知り合いから八戸で講座が開催されると聞き、受講を決めました。

受講してみて…

避難所運営訓練や被災地研修など、実際に体験してみることがとても学びになりました。一般的な研修会だと一方的に聞くだけで終わることが多いですが、この研修プログラムは考えることがたくさんあって、毎回充実していました。また、年代も職業もさまざまな人たちと知り合い、一緒に学ぶことができたのもこの講座を受講してよかったと思ったところです。

今後のビジョン

町内会の活動のなかで、「大声コンテスト」など楽しみながら防災を学べるようなイベントを取り入れられたらいいなと思っています。また、民生委員対象の防災の研修会もしたいです。町内会、民生委員、自主防災組織など、自分が所属している組織をつなげていくような活動を通して、より住みやすい地域にしていければと思います。

八戸会場

下田中 千恵子 さん

所属団体：白山台地区子ども会育成連絡協議会



受講のきっかけ

KYT（危険予知訓練）に関わっていたことから命に関わることを大切にしたいと思っていて、八戸市の市民活動サポートセンターでチラシを見かけたことがきっかけで興味を持ちました。防災にジェンダーの視点が入っていることから、これからはそういう視点が必要かもしれないと思い、受講を決めました。

受講してみて…

すべてが学びで、気づきでした。特に印象に残っているのは被災地研修です。震災のことをテレビで見ただけではいっても、実際にその場に行ったことで本当に理解が深まりましたし、明日は我が身だと思いました。そのとき、自分たちに何ができるんだろうと、考えさせられました。

今後のビジョン

災害時に活動できるジュニアリーダーがいると心強いので、そういった子どもたちの育成ができるよう、地域の自主防災組織に働きかけていきたいと考えています。震災を知らない子どもたちが自治体を通して訓練や防災に関する教育を受けることで、自分自身の命を守るための行動につながっていけばいいなと思います。子ども会や地域の女性部など、女性同士のつながりを活かし、地域での防災活動を進めていきたいです。

修了生紹介

氏名

居住地 / 所属 / 強み



石岡 夏美

鶴田町 / 鶴田町教育委員会 / 保育士、幼稚園教諭2種、足湯ができる / 防災士



稲葉 ちが子

青森市 / / 高齢者との会話、農作物栽培、防災士



宇野 絵美

青森市 / 浜田ニュータウン町会、自主防災組織、青森市青森消防団青桜分団 / 看護師、ねぶた囃子、傾聴、防災士



長利 香代子

中泊町 / 中泊町消防団女性分団 / 子どもの話し相手、遊び相手



葛西 百合子

中泊町 / / 介護福祉士、ホームヘルパー、足湯ができる



柏谷 祐美子

五所川原市 / 青森県防災士会 / 足湯ができる、調理師、傾聴ボランティア、防災士



工藤 華代

平川市 / ひらかわ防災サポーターズ、h&fプラス / 子どもの話し相手、遊び相手、防災士



工藤 美佳

青森市 / 青森市青森消防団青桜分団 / 保育士、足湯ができる、子どもの話し相手、防災士



工藤 よし子

藤崎町 / 青森県防災士会 / アマチュア無線、ウォーキング、防災士



小柄 千恵子

北海道七飯町 / NPO法人ちえのわ / 介護福祉士、認知症ケア専門士、防災士



駒井 優子

平川市 / 津軽アヅマルシェ / ホームヘルパー、足湯ができる、防災士



今 博子

中泊町 / 中泊町消防団女性分団 / 足湯ができる、防災士



境 江利子

弘前市 / スマートフットワーク / フット・ハンドセラピスト、ストレッチ講師



坂本 心和

三戸町 / 弘前大学理工学部地球環境防災学科2年 / 車両系建設機械技能講習修了、DJI、防災士



坂本 由実子

三戸町 / 小学校勤務 / 防災士
※八戸会場でも本研修を受講し、修了しています。



佐々木 香

北海道函館市 / 函館市女性会議 / ハンドメイド



佐藤 寿美子

青森市 / 青森県地球温暖化防止活動推進員 / 環境ボランティア、防災士



佐野 みゆき

青森市 / / 看護師、介護支援専門員、災害支援ナース、防災士



澤田 文子

青森市 / 予備自衛官、やはぎ町会 / 大型免許、自動二輪、華道、フラワーアレンジ、防災士



白戸 かおる

五所川原市 / 自主防災会あおぞら組 / 食育防災アドバイザー



神 はるみ

五所川原市 / 自主防災会あおぞら組 / 調理師、裂織、着付け



高谷 津草

五所川原市 / 自主防災会あおぞら組 / ホームヘルパー、足湯ができる



永野 睦子

弘前市 / 民生委員、宮園町会 / 看護師、アロマセラピスト、足湯ができる、防災士



鳴海 君子

中泊町 / 中泊町消防団女性分団 / 足湯ができる、子どもの話し相手、遊び相手



晴山 あけみ

青森市 / コープあおもり / ホームヘルパー、子どもの話し相手、遊び相手、FP2級



藤巻 麻実

青森市 / 青森県防災士会、青森市青森消防団青桜分団 / 赤十字救急法指導員、赤十字幼児安全法支援員、防災士



宮越 裕子

中泊町 / 中泊町消防団女性分団 / 子どもの話し相手、遊び相手



柳谷 恵美子

青森市 / 青森市青森消防団青桜分団 / 足湯ができる



山田 菜生子

愛知県長久手市 / 名古屋外国語大学世界共生学部 世界共生学科3年 / 英語、子どもたちへの音楽遊び指導、防災士
※研修終了後に愛知県へ転居



横岡 千和子

今別町 / チームTAZUNA、今別中学校PTA / イラストが得意、教員免許、読み聞かせ、防災士



吉田 房子

平川市 / ひらかわ防災サポーターズ、h&fプラス / 3色パステルアートインストラクター、防災士



修了生紹介

氏名

居住地 / 所属 / 強み



赤石 真奈美

八戸市 / 八戸市子ども会育成会連合会 / 婦人子供服製造一級技能士、洋裁科指導員、防災士



赤坂 美千子

八戸市 / 八戸地域女性消防クラブ協議会 / 人数に合わせた食料(材料)の算出ができる、防災士



阿部 博美

八戸市 / 類家町内会 / 鍼灸師、パルーションアート、被服科卒業、防災士



石丸 昌代

八戸市 / 青少年への読書アドバイス、防災士



伊東 明子

三沢市 / 小学校勤務 / 防災士



遠藤 泰子

三沢市 / 三沢市議会議員 / 介護福祉士、調理師、青森県手話通訳登録者、防災士



大野 るり子

三沢市 / 淋代町内会(自主防災会)、民生委員 / 自家製ジャムづくり、工作、塗り絵、手芸、防災士



小笠原 加奈子

五戸町 / 五戸町消防団女性班 / 体力に自信がある、防災士



春日 洋子

三沢市 / 三沢市議会議員 / 保育士、幼稚園教諭2種免許、防災士

※青森会場でも本研修を受講し、修了しています。



氣田 量子

十和田市 / 十和田市議会議員 / 防災士



慶長 洋子

八戸市 / 八戸市市民活動サポートセンター、はちのへ女性まちづくり塾生の会 / 歌を歌うこと、料理



小林 美恵子

三沢市 / 看護師、防災士



小向 絵里華

おいらせ町 / コミュニケーションスキル、防災士



島田 知子

八戸市 / 災害ボランティアコーディネーター連絡協議会 / 災害ボランティア、手話ができる、防災士



嶋脇 めぐみ

八戸市 / 特別養護老人ホーム福寿草 / 看護師、DCAT、防災士



下田 智美

八戸市 / 観光づくり会社バリューション / イベントの企画・運営、WEB・SNS運用、写真撮影



下田中 千恵子

八戸市 / 白山台地区子ども会育成連絡協議会 / 子どもたちへ危機予知訓練やニュースポーツの指導、防災士



田中 ひとみ

八戸市 / 類家町内会 / 防災士



種市 桂子

八戸市 / 青森県防災士会 / 高齢者福祉施設勤務、介護福祉士、防災士



田村 絵里香

八戸市 / 透析看護師



田村 祐子

八戸市 / デーリー東北新聞社 / 防災やジェンダー問題への理解



床井 由依子

八戸市 / 訪問看護ステーション愛和の里リーベ / 訪問看護師、特定行為研修修了者、防災士



富岡 素子

八戸市 / 八戸市市民活動サポートセンター / 挑戦する気持ち



中居 登喜子

八戸市 / 八戸市市民活動サポートセンター / ヘルパー2級



中尾 利香

十和田市 / 十和田市議会議員 / 日本舞踊家、日本舞踊・茶道・邦楽の指導



中鶴間 淳子

新郷村 / 新郷村役場 / 幼・保に勤務経験あり、読み聞かせ、折紙、手遊び、防災士



中村 恵子

八戸市 / 江陽地区自主防災会、青森県防災士会 / マラソン、防災士



根岸 満智子

三沢市 / 三沢市役所 / 看護職の資格あり、防災士



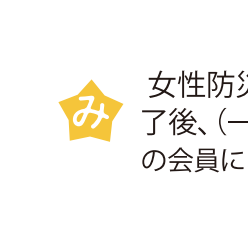
馬場 道子

八戸市 / 八戸市食生活改善推進協議会 / 元小学校教諭、社会教育主事、子ども支援活動



三浦 順子

五戸町 / 五戸町消防団女性班 / 防災士



女性防災リーダー育成プログラム研修終了後、(一社)男女共同参画地域みらいねっとの会員になった方です。

※2期生の研修プログラムから紹介します。

女性防災リーダー 育成プログラム DAY 01

防災・減災における ジェンダーと多様性

プログラム

—開講式—

- ・主催者あいさつ
- ・来賓あいさつ
- ・記念撮影

1. オリエンテーション
2. 情報交換・自己紹介ワーク
—ランチ交流会—
3. 講演「ジェンダー視点を取り入れた防災・減災の理解」
講師 浅野 幸子さん



講師紹介

講師 浅野 幸子さん(あさの さちこ)
《プロフィール》
減災と男女共同参画 研修推進センター 共同代表
早稲田大学地域社会と危機管理研究所 招聘研究員

阪神・淡路大震災の被災地での4年間の支援活動を契機に防災に取り組む。その後も市民団体で働きながら大学院に進学。博士(公共政策学)。専門は災害社会、地域防災、災害とジェンダー・多様性。福祉防災認定コーチ。内閣府「避難所運営ガイドライン」「男女共同参画の視点からの防災・復興ガイドライン」など国・自治体の政策にも関わる。



Report

プログラム1日目は「女性防災リーダー育成プログラム開講式」から始まりました。主催の当法人代表理事・小山内世喜子の挨拶、来賓として八戸市危機管理部 館合裕之次長からの挨拶ののち、これから4ヶ月にわたって研修を受ける受講生全員で記念写真を撮影し、開講式は終了しました。

続いて、オリエンテーションとして当法人の活動紹介、女性防災リーダーの必要性についての説明ののち、自己紹介ワークを実施。自分の所属する職種やコミュニティについて情報交換し、なぜこの研修を受講しようと思ったのか、熱意を共有しました。



自己紹介ワークショップでは、4～7月まで過ごす仲間同士交流を深め、ランチ交流会でも和気あいあいとした雰囲気。午後の講座では避難所で起こるジェンダーによる困難なことを自分ごととして考えました。

Report

ランチ交流会を挟み、午後の浅野さんの講演では、防災の備えとして個人個人がどのような準備をしておけばよいのか、なぜ防災・減災に取り組むときにジェンダーの視点が必要なのかを、被災地の事例から学びました。「災害は平等に人を襲わない。経済力や家族構成、性別、年齢、障がいの有無、国籍などさまざまな要素によって被害に格差が生まれる」という浅野さんの言葉には、防災にジェンダーの視点を取り入れるべき理由の全てが含まれています。多様性の視点を防災に取り入れるには行政・住民それぞれの力が必要です。そのためにも自分の属性を認識し、自分が持っていない知識や、自分が弱い分野の人とのつながりを平時から作っていく必要があると学びました。ワークでは、災害直後の避難所で女性が困りそうなこと、周囲の人が困りそうなことをグループで話し合い共有しました。

災害時には平時における社会課題が顕在化します。常日頃から地域活動に参加したり、意思決定の場に女性が参画した状態であることで、いざ災害が起きたとき、女性の視点を災害現場や避難所で役立ててすることができます。非常時に不安や不便を取り除けるリーダーとして活動できるように、仲間への理解とジェンダー視点の必要性を深められました。

受講生の学び

災害が起きる前から、女性も運営委員になる。

女性も男性も多様。男だから、女だからという考えにならないよう、お互いに共感できる環境づくりが大事。

女性が声をあげることが大切！
今日から実行する！

平时にできないことは、災害時にもできない。

災害は平等に人を襲うわけではない！
衝撃でした。

女性防災リーダー
育成プログラム

DAY 02

災害時における
リーダーの役割

プログラム・講師紹介

1. ふりかえり
2. 講演「被災地支援を重ねて
～災害時に健康と活力を守るためのアイデアの引き出しづくり～」
講師 浦野 愛さん(うらの あい)

《プロフィール》

認定NPO法人レスキューストックヤード 常務理事
介護職を経て同法人の事務局スタッフとなり、現在は避難所運営支援や災害時要配慮者への支援事業を中心に地域防災・災害ボランティア等、各種講演会、講座講師、支援プログラムの企画運営を行う。社会福祉士。
能登半島地震発災後、1月3日から石川県穴水町の被災地支援に取り組む。



—ランチ交流会—

3. 講演「リーダーとして必要な話し合いのスキル」
講師 遠藤 智栄さん(えんどう ちえ)

《プロフィール》

まちづくりアドバイザー、防災士
地域社会デザイン・ラボ代表、株式会社ばとん代表取締役
仙台市在住。雑誌の企画編集、グリーンツーリズムや地域活性化のコンサルティング、NPO支援などの業務を経て独立。現在は「ひと育ち・まち育ち」をキーワードに人材育成や組織開発、まちづくり、復興支援に取り組む。



Report

プログラム2日目は、座学の講座を午前・午後と二本立ての開催でした。

午前の講座では、能登半島地震の被災地支援で石川県穴水町にいる浦野さんがリモートで講演を行いました。令和6年1月1日に起きた能登半島地震。浦野さんは1月3日から断続的に現地入りして、被災地支援に従事しています。浦野さんが現場で見た被害の状況や被災地支援の現状、そこから見えてくる課題など、継続的に被災地支援を行っているからこそ見えてくる現実を伺いました。

災害用トイレの使い方講習会の開催、寝床の改善、配置の割り振り、避難所内マップの作成など、避難所生活の生活基盤を整えることは、災害関連死を減らすことにもつながります。高齢化率50%の能登半島で中長期の避難生活を支えるために必要なのは「気づき力」「整える力」「聴く力」「つなぐ力」のある伴走者だと話す浦野さん。能登半島地震は他人事ではなく、自ら備え、助け合う、支え合うことはもちろんですが、「受援力」(支援を受け入れる力)も必要だと学びました。



被災地支援を続ける浦野さんから聞く避難所での現状は想像以上に過酷で衝撃。(写真上2枚)
話し合いのスキルでは、限られた時間でグループの意見をまとめるワークでファシリテーションを実践しました。(写真下2枚)

Report

ランチ交流会を挟み、午後の遠藤さんの講演では、「リーダーとして必要な話し合いのスキル」と題し、ワークショップを交えた講座を行いました。まずは各個人が所属している地域で、話し合いができる機会や相談相手がいるのかどうか現状を共有しました。

話し合いには「傾聴」「会話」「対話」「議論」の4つのフェーズがあり、それぞれに役割があります。話し合いを円滑に進めるためには話し合いを促進する「ファシリテーター」の存在が重要で、ファシリテーターが役割を果たすことにより、話し合いに対する参加度が高まり、共感、納得につながられ、時間を効率的に使って問題解決の質を高めることができます。

ワークでは実際に地域の防災活動でファシリテーターとして活動するための話し合いの演習を行い、グループで進行役とメモ担当、タイムキーパーを決めて、グループごとに意見をまとめて発表しました。

災害時には、目に見える大きな問題はもちろん、個人個人が抱えるさまざまな悩みや不安も発生します。一人ひとりに寄り添った支援を行うためにも、意見を吸い上げ、どう対応していけるかは、話し合いによって決まることが多いです。「災害時にこそ話し合う力がより大切になる」という遠藤さんの言葉は、受講生に響いたようでした。

受講生の学び

傾聴(聴く力)、
場づくり(空間レイアウト)、
時間管理が大切。

話し合いにも
スキルが必要。

避難所で日常的にやっていたことやできる
ことを、役割として担ってもらうことが、
避難所での各自の健康・災害関連死を
防ぐことにつながる。

話し合いには『決めない会議』と
『決める会議』があり、目的によって
運営していくことが大事。

笑顔を忘れずに、
話しかけてもらいやすい
雰囲気づくりを目指したい。

女性防災リーダー 育成プログラム DAY 03

ジェンダー視点の 避難所運営

プログラム・講師紹介

1. ふりかえり
2. 講演「災害時のジェンダー問題の再確認」
講師 小山内 世喜子（おさない せきこ）

《プロフィール》

一般社団法人男女共同参画地域みらいねっと 代表理事

1995年第4回世界女性会議NGOフォーラムに参加。以後、青森県の男女共同参画の推進に取り組む。東日本大震災以降は「防災と男女共同参画」をテーマに防災人材育成研修やジェンダーの視点を取り入れた防災教育、参加者の主体性を尊重した避難所運営訓練を全国で実施している。



—ランチ交流会—

3. 実践！ジェンダーの視点を取り入れた避難所開設・運営の準備

Report

3日目は当法人代表理事・小山内による講義で、男女平等が、政治・経済・健康・教育それぞれの場面でどのような実態なのか、災害が起きたときにどのような格差として顕れるのかを学びました。

地域社会において女性が防災リーダーになる背景にある課題として、ジェンダーの問題と機会の不平等が挙げられます。性別には、身体的性差と、社会的・文化的に形成された性差があります。日常生活から「女性だからこうあるべき」という性別役割分担意識を取り除き、意思決定の場に女性もいることで、いざという時に女性の意見やニーズをくみ取り、多様性を反映させた対応ができるのが、女性防災リーダーの必要性であることを改めて認識しました。

また、避難所を運営するにあたって内閣府が定める「避難所運営ガイドライン」には、発災直後から応急期（3日目まで）、復旧期（4日目以降）と時系列に避難所の環境改善を目指すことが明記されています。手元にある物資や、届くダンボールベッドなどの防災資機材を活用したり、土足禁止にするなどして、避難所でも人間らしい生活ができるよう、避難生活の環境整備をしていく必要があることを学びました。被災者の困りごとや変化に周囲が気づき寄り添うことが災害関連死を防ぐことになることも大きな気づきとなりました。

さらに、平時から防災・減災を通じて社会の脆弱性を改善していくことは、地域社会の人と人の結びつきの強化につながり、地域そのものの強化が期待されます。



避難所運営訓練の準備として、各班で避難所となる現場の確認をおこない、限られた物と資材をどう使って部屋をレイアウトするかを検討。各班のリーダーは必要な資材の調整を話し合いました。



Report

午後は、4日目の避難所運営訓練の実践に向けた運営組織づくりとして、6つの班に分かれて避難所運営の準備と打ち合わせをそれぞれ進めました。限られた空間（公民館内）をどのように割り振り使用するのか各班のリーダーで集まって検討し、さらに各部屋内をどのようにレイアウトするのか、避難所におけるルールをどのように設定するのかなどを検討しました。実際に検討していくなかで、各々がジェンダーの視点を持って考えることで、誰もが安心して生活できる避難所を目指しました。

【班別の役割と検討内容】



①総務情報班

受付レイアウトの検討、必要備品のリストアップ、避難者の受け入れ方法など

②施設管理班

避難初期対応のレイアウト、一週間後のレイアウト、使用物資の協議

③高齢者等要配慮者班

要配慮者に対する対応の協議、必要物資の確認など

④乳幼児世帯班

乳幼児をかかえる世帯、妊産婦等の要配慮者に対する対応の協議、必要物資の確認など

⑤衛生班

ゴミ箱、衛生用品などの設置場所の確認、必要な備品や物資の検討、凝固剤使用のトイレ設置についてなど

⑥食料物資班

食事、配膳に関する必要備品や人員の配置、非常食の準備、食堂のレイアウト、ゴミ処理など

受講生の学び

日本の男女平等の実態を世界と比較すると、146カ国中125位であり、G7の中では最下位と知り驚きました。また、人的被害にも男女差があり、そこに経済の格差もあったことにも驚きました。

避難所設営に向けて、みんなで納得しながら決定していくことが大切。

固定的な性別役割分担意識をなくしたい。

断水時のトイレ対策だけでも、さまざまなイメージをして考えることができた。

避難所における人間らしい生活、自分らしい生活とは、いかに日常に近い生活ができるようになるかということ。

女性防災リーダー
育成プログラム

DAY 04

実践！
避難所開設・運営訓練

プログラム

1. 実践！ジェンダーの視点を取り入れた避難所開設・運営
避難者受け入れ訓練
班別訓練開始

―昼食―（避難所食堂にて非常食を試食）
※食料物資班：配食訓練

健康体操（エコノミークラス症候群予防体操）
避難所閉鎖、片付け

2. 聞き取りワーク 困りごとを聞き出そう
3. ふりかえりワークショップ

災害の想定

発災：2024年6月9日（日）9時15分

災害の想定：最大震度6強、マグニチュード8の日本海溝・千島海溝大地震が発生。
津波の可能性あり。（公民館は安全）

- ・古い住宅は全壊しており、離れたところでは煙が立っている。
- ・けが人も避難所にやってくる。
- ・停電し、水道が止まっているが、下水管はなんとか無事。プロパンガスは使用できる。

避難所：八戸市小中野公民館（建物の安全確認済み）



Report

3日目の避難所開設・運営準備で打ち合わせた内容をもとに、4日目は避難所開設・運営訓練の実践を行いました。今回の避難所運営訓練は2つのシーンを想定して行います。

まずは、避難所開設時、発災直後の避難所受付です。総務情報班が避難所受付の担当となり、認知症の高齢者やペット連れ、臨月の妊婦などさまざまな住民が避難所に押し寄せることを想定して受付を行いました。受付後はそれぞれの要配慮者の方がどんなことに不安を抱いたか、それを解決するにはどのような配慮が必要かを検討しました。

次に、災害発生から1週間後の避難所の設営を行いました。各班に分かれ、班ごとに与えられたスペースと限られた資源を利用して、居住スペース、乳幼児世帯スペース、男女別更衣室、洗濯物干し場、食堂などのスペースを設営しました。その後全員で完成した避難所を見学してまわり、設営したスペースで問題なく避難者が生活できるかどうか、より良い方法がないかなど意見を出し合いました。



妊婦、認知症のあるお年寄りなど、あらゆる地域住民が安心して避難所で生活するためにはどうしたらよいのか？具体的にさまざまな配慮を考えながら避難所を開設しました。

昼食はお湯を注いで作るおにぎりと、魚の缶詰、お味噌汁、お水が配られました。

Report

昼食には、食料物資班が手配した昼食が配膳されました。昼食のボリューム感や栄養面、配膳の動線やゴミ箱の設置などを確認しつつ、避難所における食事の大切さを感じました。

健康体操の後は避難所を閉鎖（片付け）し、現状復帰後、聞き取りワークショップで被災者とのコミュニケーションを取る際の話し方、接し方の配慮について学びました。被災者とのコミュニケーションでは、生活再建を願うマインドが何より大切です。相手に目線を合わせる、近くに座る、ゆったりと相手と向き合うなど、基本的なコミュニケーションはもちろん、被災者の気持ちに寄り添うことが重要です。グループに分かれ聞き取りのワークを行い、被災者の視点に立ったコミュニケーションを実践しました。

また、避難所運営の班に分かれてこの日の避難所運営訓練のふりかえりを行い、今回の避難所運営訓練で学んだことを今後の日常生活や地域活動にどう活かしていきたいかを発表し合いました。

受講生の学び

被災者の方の状況の確認が
きちんと出来なかった。会話が
こんなに難しいとは…。

見るのと、やるの
では全然違う！

『誰を優先！』ではなく
『みんなが安心できる』場づくりの
大切さと大変さがわかりました。

改めて、平時からのつながりや
コミュニケーションを
大事にしなければと思った。

これがないから出来ない、
ではなく、あるものを活用して
工夫する応用力が必要。

女性防災リーダー
育成プログラム

DAY 05

被災地と
復興を知る①

被災地視察 行程 (1泊2日)

1日目

集合 青森出発
12:45～14:25 石巻市震災遺構 門脇小学校 見学

14:30～15:30 講話「震災から学んだ地域防災の重要性と多様な視点の避難所運営
～みんなが参加したくなる防災活動～」

講師 大内 幸子さん

《プロフィール》

仙台市地域防災リーダーSBL、せんだい女性防災リーダーネットワーク代表

15年前から宮城野区福吉町の防災部に入り「防災・安全マップ」の作成、および要支援者名簿の作成に関わる。東日本大震災後、防災・減災部長となり、防災部の活動を継続しながら仙台市独自の講習カリキュラムに基づいた「仙台市地域防災リーダー(SBL)」を取得、小・中学校・大学での防災講演や、総務省の要請による「防災意識向上プロジェクト」の語り部として他県での防災講演も行う。

16:30 南三陸ホテル観洋 着

17:00～18:00 講話「東日本大震災を経験して～女性の防災リーダーが語る、地域防災の大切さ～」

講師 阿部 憲子さん

《プロフィール》

南三陸ホテル観洋 女将

1983年、家業の水産業と観光業を営む株式会社阿部長商店入社。1988年より女将就任。東日本大震災では旅館も被害を受けたが、難を逃れた部屋にその日から町の避難者や従業員の家族も含め、6か月間にわたり600名を受け入れる。南三陸津波被害体験メニュー(学びの旅)の中心的役割を担い、1500校以上の学生の受け入れや体験講演などを通じて、被災地の声を届ける活動を行っている。またみやぎおかみ会会長をつとめ、震災の経験を全国に届ける講演を行い、2016年から「全国被災地語り部シンポジウム」も毎年開催している。

19:00～ 夕食、ワークショップ

2日目

朝食(各自)

8:45～9:45 語り部バス

10:00～11:30 講演「最大被災地石巻の住民主体の復興まちづくり」

講師 今野 照夫さん

《プロフィール》

石巻市河北総合支所 地域振興課 主幹

北上町役場に就職し、石巻市合併前は「北上町史」の編纂に携わる。震災当日は北上総合支所で津波にのまれるが奇跡的に助かる。震災後は北上総合支所で復興事務を担当。2017年復興政策部に震災伝承推進室が新設され、室長として震災遺構門脇小学校と震災遺構大川小学校の2つの遺構の整備・公開まで携わる。

11:40 南三陸ホテル観洋 出発

11:55～13:25 南三陸311メモリアル見学 自由行動(昼食)

13:30 南三陸311メモリアル 出発

青森着 解散



津波によって燃えながら流れてきた家屋などが校舎にぶつかり、津波火災が発生した門脇小学校。損傷が激しいため建物に入ることはできませんが、外側の見学スペースからその被害のすさまじさを見ることができます。その当時を生き抜いた地域の方々の教訓も展示されていて、地震大国日本においては、誰もが知っておかねばならない内容だと感じました。

Report

バスに乗って青森を出発し、まず向かったのは石巻市にある震災遺構「門脇小学校」でした。3つのグループに分かれ、ガイドの方の解説を聞きながら、震災のあった2011年3月11日に門脇小学校とその周辺でどのようなことが起こったのかを学びました。燃えて鉄くずだけ残った校舎、押しつぶされた車など、津波と火災の恐ろしさが生々しく伝わります。展示パネルにはその地域に暮らしていた方々がどう判断し行動したのかが記されており、読んでいて涙を流さずにはいられない場面もありました。

門脇小学校の一室では、せんだい女性防災リーダーネットワーク代表の大内さんから、大内さんが住んでいる福住町の防災・減災の取り組みや、震災の教訓から始まった取り組みについて教えていただきました。多くの水害と地震に見舞われてきた福住町の経験が「福住町方式」として自主防災に対する取り組みにつながっており、震災時には訓練どおりに動くことができたそう。できるだけ行政に頼らない地域力を高めるためには地域のお祭りやイベントを通して顔が見える関係を維持しておくことが大切だと学びました。

石巻からバスで移動し、宿泊先である「南三陸ホテル観洋」へ向かいました。太平洋が一望できるホテル観洋は、東日本大震災によって町の8割が被災し壊滅的な被害を受けた南三陸町にあります。女将である阿部さんから、震災発生時からリーダーとして決断をし続けてきたことや、ホテルを拠点に地域住民やホテル従業員らと取り組んできた活動についてお話を伺いました。避難住民600名と、ボランティア・ライフライン工事関係者400名を受け入れ、その方々を対象に2年間で600回以上のイベントを開催したホテル観洋の取り組みは、関わった方々に生きる力を与えます。「千年に一度の災害は、千年に一度の学びの場」という阿部さんの前向きな言葉が印象的でした。

夕食をとりながらワークショップを行い、視察1日目で印象に残ったことをグループで共有し合い、学びを深め1日目を終えました。

女性防災リーダー
育成プログラム

DAY 06

被災地と
復興を知る②

Report

2日目はホテル観洋のスタッフによる、震災を風化させないための「語り部バス」に乗車して、戸倉地区→高野会館（ホテル所有の震災遺構）→南三陸旧防災対策庁舎を巡りました。自らも被災者となったホテルスタッフが語り部となつて、ただ町内を見て回るだけでは分からない実体験、教訓を伝えてくださる語り部バス。今は何もない広大な空き地も、もともとは人の営みがあった場所であったと聞き、バスの中全員が絶句していました。震災で起きた赤裸々な語りを聞くことで、受講生の防災意識は「自分ごと」へと変化したようです。

ホテルに戻り、自身も津波に飲まれる経験をしながら奇跡的に助かり、震災遺構の整備、公開に携わった今野さんから、震災後の復興のまちづくりについてお話を伺いました。今野さんが勤務していた北上総合支所は全壊流出して57名中54名が亡くなり、行政機能が完全に麻痺しました。その状態から地域を復興するには、行政「官」だけでは難しく、大学や研究機関などの「学」「プロ」「ボランティア」「地域活動団体」による協力が不可欠であったと語る今野さん。住み慣れた土地を離れて集団移転を検討・話し合いを進める難しさや、寄り添う気持ちが大切だと学びました。

視察の最後には、道の駅さんさん南三陸内にある施設「南三陸311メモリアル」を見学しました。地域住民の被災体験をもとに防災について共に考え、後世に伝え継ぐために整備された同施設には、住民たちの証言をもとに東日本大震災のエピソードをまとめたパネルや震災遺物資料等が展示されたギャラリーがあり、南三陸町の住民の方々の記憶と経験を伝承しようとする姿勢に心打たれました。見学後は復興の象徴でもある「南三陸さんさん商店街」で昼食を兼ねた自由時間を取り、被災地における復興の歩みをしっかりと肌で感じ、被災地視察を終えました。

1泊2日のなかで、震災・被災の現実、直面したさまざまな課題、そして復興から現在に至るまで、さまざまな角度から東日本大震災について学びました。立場の違う数名の当事者から何うお話は衝撃的でもあり、抗えない自然の驚異に無力感さえ覚えました。しかし、ここからがスタートです。受講生一人ひとりが今回の視察で感じ、受け止めたことを、今置かれている立場でどう活かし、行動に移すか。その行動に移すための原動力となった被災地視察となりました。



「語り部バス」で向かった高野会館は、最上階まで津波に襲われましたが、屋上に避難し327名と犬2匹が助かりました。被災当時の写真を交えて伝えてくださる語り部のお話が風景とともに焼き付きました。



受講生の学び

薄れていく地震・火災・津波の
恐ろしさを、改めて
見せつけられた。

私自身ができること・・・
あの日の事実を知るための施設が
あることを知らせること、
忘れないこと。

「みんなが『お父さん、お母さん、助けて!』と叫んでいた」という言葉に涙が止まらなかった。
「うちのお父さん・お母さんは大丈夫。私もこういう時はこう動けるから安心して」と子どもが強くいられるように、いろいろなことを一緒に話し合う時間は大事なと思った。

防災の種をまく。
→未来につながる。

テレビ越しで見る被災地と、
ちゃんと肌で感じる被災地は
全く感覚が違いました。

被災者の意向は変化するということを
念頭に置き、継続的な意向把握が必要。

「行政に頼らない地域力」
という言葉が最も心に残りました。

何も知らなければ、ただの盛り土がある
ところとしか見えないところに、たくさんの
家があって、学校・幼稚園もあった
とは思えませんでした。
津波の高さに驚くばかりでした。

女性の視点や発想（役所では出ない発想）を
取り入れることで、物事がスムーズにいったり
良い方向に向かうことが理解できた。
これからもさまざまな場面で、
積極的に意見を発言したいと思う。

女性防災リーダー
育成プログラム

DAY 07

避難行動の シミュレーション

プログラム・講師紹介

1. ふりかえり
2. ワークショップ
「マイタイムライン」～経験したことのない大雨 その時どうする？～
講師 藤田 淳さん（ふじた じゅん）

《プロフィール》

気象予報士・防災士

弘前市生まれ。高校卒業後、会社員として働きながら2014年に気象予報士試験に合格。

日本気象予報士会、青森県気象予報士会の活動を通じて市民向けに気象・防災の啓発活動をおこなう。FM五所川原「雨のちハレルヤ」に毎週出演。2018年から青森県営農大学の講師を務める。

—ランチ交流会—

3. 修了後の活動について
4. アクションプラン作成

Report

最終日直前の7日目。午前中は気象予報士の藤田さんによるワークショップで災害時の避難行動のシミュレーションを行いました。最初に、災害時の警戒レベルと防災気象情報の読み解き方、気象情報・早期注意情報から災害リスクの考え方、積極的な情報収集の方法について学びました。

次にグループワークとして大雨に関するシミュレーションを行いました。大雨が降る前に発表された情報をもとに、家庭にどんな状況の人がいるとき、どこに、どうやって避難するか、さまざまなパターンをそれぞれのグループで考え発表しました。実際にシミュレーションした内容を共有すると「これだと逃げ遅れる」「避難所に行く方が危ない」など課題もあり、避難時の判断の難しさを体感しました。

「災害は、『まさか』ではなく『いつか』起きるものと認識せよ」「『自分は大丈夫』と思わない」「『自らの身は自ら守る』『大切な人の命を皆で守る』という意識を」と藤田さんが話す災害への心構えに、受講生は気が引き締まったようでした。



ワークショップでは、グループ内でリーダー、記録係、発表係を決めます。自分たちが暮らす地域のハザードマップを見ながら、与えられた防災気象情報をもとに、「どのようなタイミングでどのような行動をするのか」を考えます。

Report

午後は、研修終了後の地域防災への参画に向けて、地域みらいねっとが実施をフォローするフォローアップ支援事業・共催事業についての説明がありました。それを踏まえ、最終日のアクションプラン発表に向けて研修終了後の活動のイメージづくりを進めました。

受講生それぞれが「女性防災リーダー」として、自分の所属している地域や職場などで何ができるか、何をしたいか、何をしなければならないかを具体的に考えていきます。同じ地域に暮らす受講生でまとまり、いくつかのチームができました。いつ頃までに、どこで、どんなことを実現するか。そのために準備しなければならないことは何かを一つ一つチームや個人で考え、自分自身のアクションプランに落とし込んでいきます。

実現したい方向性が固まったら、発表用に模造紙にまとめます。この模造紙に記したアクションプランをもとに、次回はいよいよ、各チームまたは個人でアクションプランを発表します。

受講生の学び

支援が必要な家族がいる場合には、
早い段階で（明るいうちに）
避難行動を始めることが大事。

自分で情報を入手することと、
早目の避難行動は必要。

発信される情報を待つだけでなく、自分から情報を
取る。その情報から自分で判断できるように
勉強を続けたいと思います。

家族で話し合いをして、
連絡がとれない時の対処法を
しっかりしたいと思いました。

洪水と内水氾濫の
ハザードマップは
違うことを知った。

女性防災リーダー
育成プログラム

DAY 08

アクションプラン
作成・発表 / 修了式

プログラム

プログラム

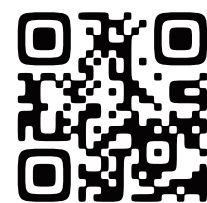
1. アクションプラン作成
—ランチ交流会—
2. 発表準備
3. アクションプラン発表

—修了式—

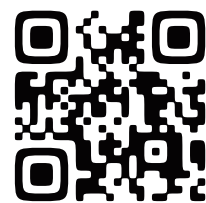
- ・式辞
- ・修了証授与
- ・来賓祝辞
- ・お礼の言葉 修了生代表より
- ・記念撮影

アクションプラン一覧はQRコードをチェック！

2023年1期生青森会場



2024年2期生八戸会場



Report

プログラム最終日は、7日目で考えたアクションプランの発表日。これまで学んだことを活用して、受講生一人ひとりが「女性防災リーダー」として今後どのような行動に移すのか、その計画を発表します。

午前中はアクションプランの大詰めとして、各グループ・個人ごとに模造紙にアクションプランをまとめました。各地域の地理的な状況（海に近いなど）や暮らす人たちの特徴（高齢者が多い）など、さまざまな状況を複合的に考え、（現段階なら）どんなことが実現可能か、町内会や近隣の学校・施設などを巻き込んだ防災活動を展開するにはどう行動するかを考えてプランにまとめました。

アクションプラン発表会では、青森会場19組、八戸会場18組のグループ・個人がアクションプランを発表しました。発表会には青森県危機管理局防災危機管理課、八戸市災害対策課を始め地域防災に従事する行政職員らが駆けつけ、地域防災の推進に向けたアクションプランを見届けていただきました。「地域防災リーダーになるプラン」「新井田川net～自主防災組織の活動に関わる～」など、地域ごとの特色や各個人の立場を反映させたアクションプランは具体性にあふれ、受講生たちは行動へ移す道筋がしっかり見えた様子でした。

発表会後は女性防災リーダー育成プログラムの全8回を締めくくる修了式を行い、当法人代表理事・小山内より受講生一人ひとりに修了証が手渡されました。これから「女性防災リーダー」として地域で活動する修了生たち。このプログラムを通して出会った仲間とのつながりを大切にしながら、学んだことをそれぞれの地域に持ち帰り、地域における防災活動を実践していきます。



4月から4ヶ月にわたって、男女共同参画の視点を取り入れた防災・減災について学んだ受講生。それぞれがアクションプランを掲げ、共有することで、学んだことを自分のものにできました。



男女共同参画の視点を取り入れた防災・減災の基本理念

- ・「誰一人取り残さない地域防災」を目指す
- ・性別にとらわれず、一人ひとりの能力を認め合い、尊重する社会づくり
- ・女性防災リーダーの必要性を広げる
- ・すべての人の人権と安全と持続可能なまちづくりが保障された災害対応をめざす
- ・性別等によって災害から受ける影響・ニーズの違いを踏まえ、地域における多様な主体との連携の必要性を理解し取り組む



受講生の学び

アクションプラン作成の際の
情報交換が大変有意義でした。

自分一人ではできることが
限られているので、協力者を
普段から見つけておこう！

他のグループのプランを
見ることも、とても
勉強になりました。

アクションプランは絶対ムリ！と
思っていたけど、いざやり始めたら話が
盛り上がり、この学びの積み重ねが
ちゃんと身につけているのかもしれない、
少し自分に自信を持てた。

一人では出てこない意見も、
仲間と話し合うとさまざまな意見が出る。
意見を出し合えることは楽しい。

フォローアップ支援事業

修了生が作成したアクションプランの実現や修了生の情報交換の場、防災・減災活動のスキルアップを目的に、当法人実施の「中学生等への防災教育」へのインターンシップ参加や、当法人と受講生の共催事業を開催。1期生・2期生の修了生同士の合同交流会など、8回の研修にプラスして当法人が「場」の提供を行い、修了生の「想い」を「かたち」にするための4つの支援プログラムを提供しました。

フォローアップ支援事業

① 共催事業

- ・地域住民や中学生対象の避難所開設・運営訓練
- ・防災サロン
- ・足湯研修

② インターンシップ

- ・県内で実施した「男女共同参画の視点を取り入れた避難所運営訓練」の見学

③ 交流の場・ネットワークの構築

- ・修了生のつどい、交流会
- ・防災カフェ など

④ 学びの提供「フォローアップ講座」

- ・講座「助成金の獲得・活用ポイント 初級編」
- ・講話「被災地における女性支援」
- ※内閣府主催「避難生活支援リーダー/サポーター研修 八戸会場」への参加 など

実践力を身につける、共催事業

理念だけでは、地域防災力は向上しません。実践力を身につけ、地域の人たちの信頼を得ることで、活動が前進します。そのために、防災・減災活動の実践団体でもある当法人が資金面やノウハウの提供をすることで、修了生が地域での防災・減災啓発事業などに一歩踏み出す機会としています。

青森市立浜田小学校 避難所運営訓練

日時 2024年9月13日(金)
会場 青森市立浜田小学校 体育館
受講生 宇野絵美 澤田文子 佐野みゆき 晴山あけみ
参加者 浜田小学校5年生81名、職員4名、地域住民22名、保護者見学者3名

受講生4人で青森市浜田地区での避難所運営訓練を企画し、当日の運営も4人で行いました。工夫した点は、避難者の多様性をどう理解するかでした。要配慮者をたくさん設定する中で、商業施設が多いという地域性を考慮し、大型店舗従業員や旅行者なども設定し、それぞれの困りごとを一緒に考えました。その発表に対して看護師のスキルを活かして対応できたこと、また児童へ要配慮者について事前課題を出していたことで内容の濃いものになりました。また、町内の自主防災組織がとても協力的でしたので、今後の取り組みに希望を持つことができました。(宇野)



1期生、2期生合わせて、23回の共催事業を開催しました。詳細は32ページをご覧ください。

Column

修了生は実践を通して着実に成長しました。地域や学校、行政とのつながりをつくるきっかけにもなり、成果を出すことで、信頼関係の構築にもつながりました。

そして、企画力やマネジメント力の構築にもつながり、今後の活動の幅を広げていく力になったと思います。(小山内)

刺激し合う「場」づくりで 高まるモチベーション

2024防災カフェ

日時 2024年3月10日(日)13:00～16:00
会場 青森県総合社会教育センター
参加者 修了生21人、一般32人

1期修了生のうち4人が受講後の活動内容を報告。講演聴講後、一般の参加者を交えたグループワークでは、講座で学んだファシリテーション力を発揮して、深く内容の濃い対話を展開。

* 防災カフェは2023年3月、2025年1月にも実施しました。



修了生のつどい・交流会

日時 2024年9月29日(日)10:00～15:30
会場 八戸市総合福祉会館
参加者 修了生27人

1期・2期の修了生同士の交流の場として開催。講師の兼子佳恵さん(一般社団法人りとりと代表理事)から学んだことを活かして起業やコミュニティづくりにつなげていくこと、そこから人がつながり、ビジネスや活動が広がった経験談を聴講。ランチ交流、ワールドカフェ「ワタシの未来予想図」などを通して、修了生同士がそれぞれ踏み出した一歩やこれからの具体的な活動などについて情報共有、意見交換。

Column

プログラム終了後に修了生の交流の場づくりをすることで、それぞれの地域で活動を始めた修了生同士が刺激し合い、モチベーションアップにつながる機会になりました。情報交換を通して、互いの活動に協力、それぞれの持っている力を発揮し合う関係づくりも得られました。(渡辺)

GECM-netは心強い仲間 私の強みであり、誇り

高谷津草さん

1期修了生(青森会場)
五所川原市あおぞら組自主防災会



本プログラムで企画したアクションプランに基づいて「避難所運営訓練」を五所川原市立第三中学校で実施したほか、足湯体験会や被災地支援の現場でも活動しました。フォローアップ支援事業をやり、それが力となって地域にも認められるようになりました。それは、GECM-net(※)の心強い仲間がいるからできたと、応援があったから成し得たことで、私の強みであり、誇りに思います。
※GECM-net…ジーネットと読み、女性防災リーダー育成プログラムの修了生を指す。

みんなで力を合わせ、 つくりあげていく 楽しさを大切にしたい

菅原英子さん

特別聴講生
埼玉県在住



埼玉県から八戸会場でのプログラムに特別聴講生として参加し、ジェンダーの視点による災害対応を学びました。避難所運営訓練の実践などで得た「みんなと力を合わせ、つくりあげていく楽しさ」を大切にしたいと考えます。

いざという時に助け合う仲間が青森県にいと心強いですし、青森県で何かあれば、私も駆けつけたいと思います。

* 埼玉県から八戸まで、毎回新幹線で通っていただきました!

共催事業実施一覧

期日	実施内容	対象	参加した受講生	
			リーダー	サポーター
2023/9/10	防災に関する勉強会	中泊町今泉地区	今博子	葛西百合子 鳴海君子 長利香代子
2023/10/27	避難所運営訓練	平川市立平賀東中学校	工藤華代	吉田房子 駒井優子
2023/9/12	防災教室	八戸市立白山台小学校	坂本由実子	坂本心和
2023/11/29	避難所運営訓練	五所川原市立第三中学校	高谷津草	白戸かおる 神はるみ 今博子 柏谷祐美子 葛西百合子
2023/12/9	避難所運営訓練	地域住民	駒井優子	佐藤寿美子 澤田文子 石岡夏美
2024/8/30	避難所運営訓練	新郷村立新郷中学校	中鶴間淳子	島田知子 馬場道子
2024/9/7	地域防災訓練	青森市荒川地区	佐藤寿美子	澤田文子
2024/9/13	「5学年+地域」避難所運営訓練	青森市立浜田小学校 地区住民	澤田文子	宇野絵美 晴山あけみ 佐野みゆき
2024/9/26	家庭教育学級	青森市立浜田小学校	宇野絵美	澤田文子 晴山あけみ 佐野みゆき
2024/9/27	一日防災教室	北海道函館西高等学校	佐々木香	
2024/10/11	防災クロスロードゲーム	八戸市立第三中学校	阿部博美	田中ひとみ
2024/11/6	防災講話	三沢市立第三中学校	春日洋子	遠藤泰子
2024/11/8	避難所運営訓練	十和田市立十和田中学校	氣田量子	中尾利香
2024/11/15	あおもり防災ウィークへの協力 (断水時のトイレの使い方デモ)	三沢市立第三中学校 地区住民	大野るり子 小林美恵子	春日洋子 遠藤泰子 根岸満智子
2024/11/17	防災学習会	青森市母子寡婦福祉会	佐野みゆき	宇野絵美 澤田文子 晴山あけみ
2024/11/24	避難所運営訓練	弘前大学、地域住民	永野睦子	坂本心和 坂本由実子 工藤華代 吉田房子
2024/11/26	足湯体験会	五所川原市地区住民	白戸かおる	高谷津草 神はるみ 石岡夏美 鳴海君子 澤田文子 佐藤寿美子
2024/11/30	お寺防災カフェ	地域住民	山田菜生子	
2024/12/1	防災サロン	地域住民	境江利子	
2024/12/5	防災教室	十和田市立三本木小学校	中尾利香	氣田量子
2024/12/7	避難所運営訓練	八戸市立第三中学校	田中ひとみ	阿部博美 馬場道子 中鶴間淳子 田村絵里香 嶋脇めぐみ 中村恵子 石丸昌代
2024/12/19	避難所運営訓練	八戸市立大館中学校	赤坂美千子	馬場道子 田村絵里香
2024/12/26	おやこ防災サロン	地域住民、子どもたち	根岸満智子	大野るり子



2024/8/30 新郷中学校
(トイレデモンストレーション)



2024/11/15 「あおもり防災ウィーク」の一環で実施した「シェイクアウト訓練」。
三沢市では宮下県知事(右写真中央)、三沢第三中学校の生徒とともにGECM-net
も参加。災害時のトイレの問題についてレクチャーを行いました。



インターンシップ

当法人が実施している中学校での「男女共同参画の視点を取り入れた避難所運営訓練」等にインターンシップとして参加することで「自分たちも地域でやりたい」というモチベーションにつなげました。

実施日	場所	受講生参加人数
2023/7/4	青森市立佃中学校	12
2023/9/11	階上町道仏交流センター	2
2023/10/25	青森市立油川中学校	2
2023/11/15	青森市立浪岡中学校	3
2023/11/26	弘前大学	12
2024/4/24	弘前市立船沢中学校	2
2024/5/30	青森市立古川中学校	3
2024/6/25	鶴田町立鶴田中学校	1
2024/7/9	青森市立甲田中学校	3
2024/8/21	青森市立新城中学校	3
2024/8/22	青森市立造道中学校	4
2024/8/28	青森市立荒川中学校	4
2024/9/10	階上町道仏交流センター	3
2024/10/4	青森県立野辺地高等学校	4
2024/10/23	青森市立造道中学校	4
2024/10/25	青森市立甲田中学校	3
2024/10/30	青森市立浪岡中学校	4
2024/10/31	青森市立油川中学校	3
2024/11/6	東北町立上北中学校	4
2024/12/10	階上町立階上中学校	2
2025/1/21	弘前市立石川中学校	1
2025/1/22	三戸町立三戸中学校	1

被災地支援

当法人は、2024年1月1日発災の能登半島地震被災地及び7月25日の山形県北部豪雨災害被災地の山形県戸沢村の被災者支援に修了生と共に訪れ、修了生が持つ「つよみ」を活かし合いながら「寄り添い支援」を行い、学んだことを活かす、実践の場になりました。

実施日	場所	受講生参加人数
2024/2/2～2/5	能登半島地震被災地支援(穴水町)	1
2024/4/14～4/18	能登半島地震被災地支援(穴水町)	1
2024/6/2～6/6	能登半島地震被災地支援(穴水町)	2
2024/9/14～9/16	能登半島地震被災地支援(穴水町)	2
2024/9/22～9/23	山形県北部豪雨災害被災地支援(戸沢村)	3
2024/10/13～10/14	山形県北部豪雨災害被災地支援(戸沢村)	1
2024/11/3～11/4	山形県北部豪雨災害被災地支援(戸沢村)	2



2023/7/4 佃中学校での避難所運営訓練。
初のインターンシップということもあり、12名の受講生が参加。終了後は一人ひとりから感想を語ってもらいました。



2023/11/26 弘前大学との共催事業。1期生はGECM-netのTシャツを着て参加。存在感がありました。



2024/2/3 石川県穴水町避難所で足湯を開催



2024/9/23 山形県戸沢村避難所で足湯サロンを開催

新たな女性防災リーダーへ メッセージ

青森県危機管理局長 豊島 信幸



「女性防災リーダー育成プログラム」を修了された63名の皆さん、被災地視察を含む全8回の講座の受講や訓練の実施など、大変お疲れさまでした。このプログラムを受講され、ジェンダー視点を取り入れた防災・減災対策の必要性や、多様性に配慮した避難所運営のあり方等についての理解が深まったのではないかと思います。

県では、「女性の参画による防災力向上事業」等による女性の防災人材の育成などを通じて、男女双方の視点に配慮した実効性のある防災対策を進めてきたところであり、「一般社団法人男女共同参画地域みらいねっと」様が実施されたこのプログラムは、時宜を得たものと心強く感じております。

修了生の皆さんには、これから地域における防災活動に積極的に参画し、ご自身の持つ強みを活かされるとともに、プログラムで得られた知識や経験を遺憾なく発揮されるよう期待しています。

八戸市長 熊谷 雄一



修了生の皆さん、このたびは修了おめでとうございます。約4か月間、大変お疲れ様でした。

主催されました男女共同参画地域みらいねっと様には、当市で女性防災リーダー育成プログラムを開講していただきましたことに、心より感謝申し上げます。

このプログラムでは、「女性の参画で高まる地域防災力」のテーマの下、リーダーに求められるスキルや多様性に配慮した避難所運営のノウハウを講義や実習を通じて学ぶことができ、個々のスキルアップはもとより、参加者同士での交流も深められ、非常に有意義な時間を過ごされたことと思います。

災害時の応急対策活動の中で、特に大事なことのひとつが避難所運営ですが、乳幼児から御高齢の方まで様々な配慮やニーズにきめ細かく対応していくためには、多様な視点を持って考えることが重要であり、このような場面において、女性が防災リーダーとして参画することは大変意義あるものと考えております。



2023年 1期生青森会場



2024年 2期生八戸会場

支援事業紹介



男女共同参画地域みらいねっとが提供する研修・訓練

1 防災・減災研修

- ・男女共同参画の視点を取り入れた防災研修
- ・女性の視点を取り入れた防災・減災研修
- ・東日本大震災及び能登半島地震の教訓を生かす研修
- ・学校関係者のための避難所運営研修
- ・企業向け「リスク管理」防災セミナー
- ・足湯でつなぐ被災地支援研修

2 防災人材育成

- ・女性防災リーダーの育成研修
- ・自主防災組織の人材育成研修

3 避難所開設・運営訓練

ジェンダー視点を取り入れた「誰一人取り残さない避難所開設・運営訓練」を実施します。2時間コースから4時間程度までご希望に応じて実施いたします。

4 防災・減災教育

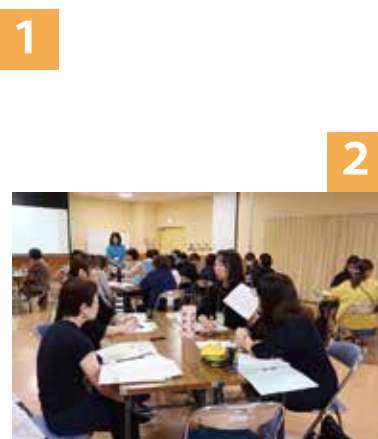
- 小学生から大学生まで、年齢に応じた防災教育を行います。
- ・多様性配慮の避難所開設・運営訓練
 - ・防災クロスロードゲーム
 - ・防災シミュレーションゲーム

5 避難所運営マニュアル作成

男女共同参画の視点を取り入れ、避難所の運営側に立った避難所運営マニュアルの作成を支援します。

6 防災教育アドバイザー

防災研修の担当者の方に研修プログラムの作成のお手伝いをします。特に「避難所運営訓練」「避難所開設訓練」などの実地訓練。「女性の防災力向上」「中学生・高校生への防災教育」などの人材育成プログラムなど、主催者及び地域のニーズにお応えできるプログラムをご提供します。



男女共同参画地域みらいねっとの刊行物・動画

【冊子】誰一人取り残さない地域防災 中学生の防災教育プログラム事例集

「誰一人取り残さない＝ジェンダー視点を取り入れた防災教育」のプログラムを5パターン掲載。また、体験した中学生の意識の変化や気づき、その効果についても紹介しています。



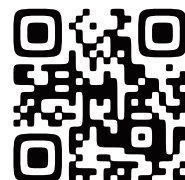
【冊子】「ジェンダー視点を取り入れた防災教育」調査報告書

2019年から3年間、青森市内の中学生を対象に「防災教育プログラム」を実施しました。ジェンダー平等や多様性配慮への気づき、防災意識の向上、「持続可能な社会の創り手」の育成という3つの目的に対し、実施後、どのような意識変容や行動変容につながったかを調査・分析し、成果を可視化しました。あわせて、「社会的脆弱性の改善」をめざした、防災教育の必要性についても提言しています。



【動画】迫る災害、女性たちの挑戦 YouTube

男女共同参画地域みらいねっとが取り組んだ「女性防災リーダー育成プログラム」の内容と受講生の意識の変化、ジェンダー視点を取り入れた防災・減災活動の必要性を紹介しています。



「ジャパン女性防災リーダーの会」が結成されました！

休眠預金活用事業「女性のエンパワメントで高める地域の防災力リーダー育成事業助成プログラム」(2022～2024年度)により、青森、愛知、大阪、高知、愛媛、熊本の全国で300人以上のジャパン女性防災リーダーが誕生しました。そして、誰一人取り残さない持続可能な社会の実現に向けて、防災・減災・復興に関して日頃から発言・行動する女性リーダーのネットワークを強化することを目的に「ジャパン女性防災リーダーの会」を結成しました。

発行日 2025年1月

【発行元】
一般社団法人男女共同参画地域みらいねっと
代表理事 小山内 世喜子
〒030-0841 青森県青森市奥野2-1-18-505
TEL 090-8789-2724 (代表理事 小山内)
FAX 017-775-5313
メール g.mirainet@gmail.com
HP <https://aomori-mirainet.com>



本事業は休眠預金を活用した民間公益活動として、助成金活用した事業です。

実行団体：一般社団法人男女共同参画地域みらいねっと

指定活用団体：一般財団法人日本民間公益活動連携機構（JANPIA）

資金分配団体：公益財団法人地域創造基金さなぶり

発行 一般社団法人男女共同参画地域みらいねっと