

2

避難所生活、どうなる？

避難所での生活

避難直後

- ① 避難者であふれかえる
- ② しばらくは食料品や飲料水などの支援物資が届かない
- ③ しばらくは自治体の職員が派遣されない
- ④ トイレなどの衛生状態が極端に悪化する

厳しい状況下において
避難者だけで避難所を運営することになる

私達にできること

- ・自宅から食料品や飲料水を持ち寄る
- ・トイレの汚物処理をする
- ・避難者同士の関係性を築く
- ・避難所での共通ルールを決める



避難生活者の声

様々な事情を抱え
避難所に集まった者同士で
助け合うことが
必要不可欠になると思いました。

日ごろから
コミュニケーションを
とっていた人が
多くいたので
精神的に助かった。

避難当初は
トイレの
衛生状態が悪く
掃除が大変でした。

自宅が安全な場合は

自宅での避難生活(在宅避難)



メリット

- ① プライバシーが守られやすい
- ② 心身に負担がかかりにくい
- ③ 空き巣被害にあいにくい
- ④ 他人に迷惑をかける心配が少なく、ペットと一緒にすごしやすい