

柳沢公民館 柳沢1-15-1 ☎042-464-8211 kouminkan@city.nishitokyo.lg.jp
田無公民館 南町5-6-11 ☎042-461-1170 tana-kou@city.nishitokyo.lg.jp
芝久保公民館 芝久保町5-4-48 ☎042-461-9825 shiba-kou@city.nishitokyo.lg.jp

谷戸公民館 谷戸町1-17-2 ☎042-421-3855 yato-kou@city.nishitokyo.lg.jp
ひばりが丘公民館 ひばりが丘2-3-4 ☎042-424-3011 hibari-kou@city.nishitokyo.lg.jp
保谷駅前公民館 東町3-14-30 ☎042-421-1125 ekimae-kou@city.nishitokyo.lg.jp

孤立しがちな乳幼児と妊産婦

過去の災害では、自宅に大きな被害を受けたとしても、避難所で赤ちゃんが泣いたり、妊婦さんがゆっくり横になれる環境がなかったりするため、危険な自宅での生活や窮屈な車中泊を与儀なくされました。また、物資を配給する列に長時間並んだり、もらった物を運んだりすることが難しく、乳幼児や妊産婦のいる家族の多くが地域から孤立してしまいました。

地域の皆さんにできること

あなたの身近に、赤ちゃんや小さな子ども、妊婦さんのいる家族はいませんか？ また、災害時にはご高齢の方や障がいがある方、日本語がわからない外国出身の方も多くの困りごとを抱えます。普段の生活もちろんですが、特に災害時には声をかけ、助け合えることが大切ではないでしょうか。まずはご近所を見回してみてください。

わたしたちのまちの防災 ～赤ちゃん・妊婦さんとともに～

公民館だより編集室では、ジョージ防災研究所代表の防災アドバイザー・小野修平さん（公民館運営審議会委員）を迎え、乳幼児や妊産婦の防災対策に関する学習会を行いました。今回はその内容の一部をご紹介します。

赤ちゃんの食事

避難所には授乳できる環境がなかったり、災害によるストレスで母乳が出にくくなったりすることがあります。また、ライフラインが寸断し、粉ミルクを調製する水を確保したり、お湯を沸かしたり、哺乳瓶を消毒したりするのも難しくなります。アレルギー対応のミルクが必要な赤ちゃんもいますし、離乳食も必要です。赤ちゃんがいる家庭では、ライフラインが止まった状況を想定し、1週間程度の食事を確保し、哺乳瓶の消毒方法などの検討もしておきましょう。



妊婦さんの食事

災害初期の食事は炭水化物に偏り、たんぱく質やビタミン、ミネラルが不足しがちです。栄養バランスや塩分を控えた食事に配慮している妊婦さんや授乳中のお母さんたちには好ましくありません。また、妊娠初期のつわりのある時期に災害に遭った場合は食事に苦労します。妊娠中や授乳中の場合は、既存の非常食ではなく、状況に合わせた日常備蓄（＝普段食べている物を少し多めに購入し、なくなる前に買い足す備蓄法）がよいでしょう。



生活環境と衛生面

避難所では、ゆっくり横になれる場所をはじめ、おむつ替えや授乳スペースが確保されていないことが多く、妊娠中や育児中の方たちが避難所から出て行かざるを得ない状況に陥ります。体育館ではなく、教室の方が望ましいでしょう。また、和式が多い仮設トイレでは妊婦や小さな子どもは使いづらいですし、手洗いやトイレ掃除が十分でない環境では感染症などの不安も出てきます。最近、導入が早まる傾向にある仮設風呂も、妊婦や高齢者、障がい者には使いにくい場合が多くあります。



だれもが暮らしやすいまちづくり

西東京市では、平均して毎日4人ほどの新しい命が生まれています。つまり、この瞬間に1200人ほどの女性が妊娠中であり、それぞれ1500人程度の0歳児、1歳児、2歳児がいるわけです。

避難所は自宅で生活できなくなった方が最優先であり、収容人数にも限りがあります。自宅が無事であれば、自宅で生活ができるように、備えを進めておきましょう。一方、避難所は市民の命を守るために行政の責任で開設され、運営されるものですが、住民でできる部分は住民の助け合いで行うことが必要です。避難所での生活や車中泊を余儀なくされたとしても、自宅



写真で見る いまむかし 翼蔭幼稚園（現向台公園）

翼蔭幼稚園は、現在、西東京市向台公園になっています。当時の門は平成23年に解体されましたが、その柱は現在の門の柱に再利用されました。



翼蔭幼稚園
昭和37（1962）年撮影
西東京市中央図書館地域・行政資料室所蔵



西東京市向台公園
撮影：松嶋 真（田無町在住）