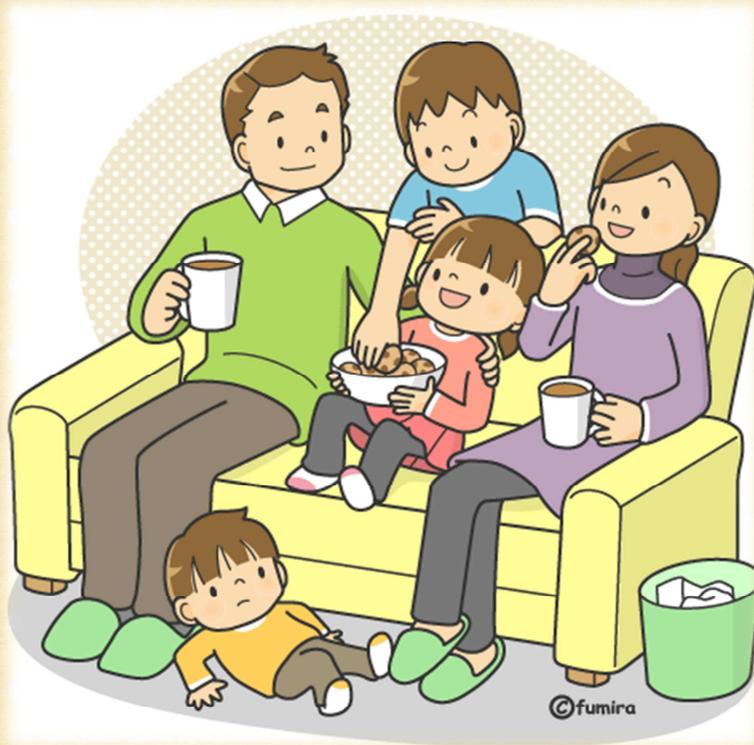


保護者の方が  
使用してください

家族といっしょに  
防災ワークブック  
—解答・解説—





# 目次

1. 目次	3
2. 保護者の方へ	4-5
3. ワーク	
<b>非常持ち出し品・備蓄品</b>	
ワーク① こんなときに使える！非常持ち出し品！	6-7
ワーク② 非常持ち出し品をチェックしてみよう！	
ワーク③ わたしの非常袋	8-9
ワーク④ わたしたちの生活に必要なもの	10-11
<b>家庭内の防災対策</b>	
ワーク⑤ 家族の安全を守ろう！	12-13
ワーク⑥ 部屋の防災力を調べよう！	14
<b>連絡手段・避難場所</b>	
ワーク⑦⑧⑨ 家族と連絡をとろう！	15-16
ワーク⑩ わたしたちの避難場所	17-18
<b>避難所生活</b>	
ワーク⑪ 避難所生活でわたしたちができること	19-20
ワーク⑫⑬ 気持ちよく生活するために	21-22

# 防災ワークブックとは

## ◆はじめに

阪神大震災、新潟県中越地震、そして東日本大震災と、日本ではこれまで様々な地震災害を経験してきました。首都直下地震の危険性も高まり、いつどこで大規模な地震が発生するのか予測できない今、人々の防災力の向上が求められています。大地震が発生した際でも、その被害を最小限に抑えるために、日常の備えや対策をすることが必要なのです。

現在は各学校でも防災教育が進んでいますが、家の中の防災対策等は、家庭で実施することで初めて意味を成すものであり、学校だけではなく家庭でも防災について学ぶことが求められています。

「家族といっしょに防災ワークブック」は、防災に対する意識を早期から根付かせ、特に家庭内の防災について家族で考え、実践に結びつけるためのワークブックです。

突然起こる災害にむけて

早期から防災について考えよう！

## ◆活用場面

本書は家庭内で取り組むことを基本としています。

お子さんの夏休みの自由研究として、学校で防災学習をした後に、防災の日などに、様々な機会が考えられます。

必ずお子さんの作業を見てあげられるときに取り組むようにしましょう。

## ◆内容

本書は、以下の2冊で構成されています。

### ① 家族といっしょに防災ワークブック—小学校高学年—

→お子さんを中心に、家族で話し合いながら取り組んでいきます。

小学校高学年を対象とした防災に関するワークが14こ組み込まれています。

### ② 家族といっしょに防災ワークブック—解答・解説—(本書)

→①のワークに対する解答・解説です。

保護者の方のみが使用します。

# ◆使い方

本書である「家族といっしょに防災ワークブック—解答・解説—」は、お子さんがワークブックを進める中で、分からないところや答え合わせをする際、保護者の方が使用するものです。また、家族で話し合うべきワークに取り組む際にも参考にし、お子さんへのアドバイスをするのに活用してください。ワークブック終了後には、実際の防災対策に取り組み為にも使用可能です。

※パソコンから出力する場合、両面印刷を推奨します。

## —小学校高学年—

**こんなときに使える！非常持ち出し品！**

地震発生時、あなたの周りにいろいろな危険が発生してしまいます。いざという時、どんなものが使えるのか考えてみましょう。

A

B

C

D

E

F

G

H

I

J

K

L

M

N

O

**ワーク!** 上に書いてあるものだけは、各家庭でいざという時に備えるべき「非常持ち出し品」の一部です。時間が発生した時、目を定めて解決できるのを考えて、選んでみましょう。

④

ガラスが床に散乱してしまっ!

D	厚手
L	ガラスを片付けるために使う
N	布
A	カガミ

カガミを床に敷き、ガラスを片付けるために使う厚手の布を敷く。

電気が止まってしまった！  
何も見えなくて危険！

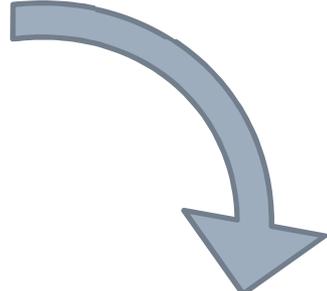

食料を調理できない！  
ガスが止まって調理できない！


夏は暑くて、冬は寒い！


電話が通じなくて  
家族と連絡がとれない！


発火してしまった！  
被害が大きくなりかまらなく...


ワークごとに、対応しています。保護者の方は、答え合わせや手助け、補足に使用してください。



## —解答・解説—

### ポイント

全てのワークに取り組む必要はありません。必要に応じてテーマを選択して取り組みましょう。

**解答・解説**

「こんなときに使える！非常持ち出し品！」

**P.3-4** 各家庭でいざという時に備える「非常持ち出し品」(避難時に持ち出すべき最低限の備え)についてのワークです。

C	携帯ラジオ
G	懐中電灯
M	懐中電灯の電池
F	乾電池
J	懐中電灯の電池
E	厚手
N	布
B	カガミ
H	厚手
J	懐中電灯の電池
J	懐中電灯の電池
N	布
O	水

**ポイント** 答えは1つではありません。工夫次第で様々なものの使い方があふれます。

A~Oの非常持ち出し品の中から、各問題の解決に使用できるものを選びます。1つのものを何度も使っても構いません。

これらの問題は、実際に災害時でも多く見られるトラブルです。

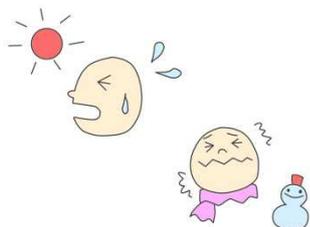




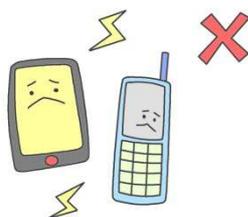
C	携帯ラジオ 電池式のラジオで情報収集を行う。
G	懐中電灯 電池式の灯りは必ず必要。
M	ローソク・ライター 長時間使えるローソクで辺りを照らす。



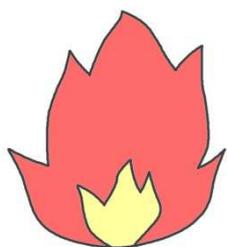
F	カンパン 調理せず食べることのできるもの。
J	水 飲み水として。



E	新聞紙 服の中に入れて防寒対策に。
N	タオル 汗を拭いたり、首に巻いて防寒対策したり。



B	ガムテープ メモ代わりに、家の外などに伝言を貼る。
H	筆記用具 伝言を書いたり、情報をメモしたり。
J	現金(10・100円玉) 公衆電話用。



J	水 消火器の代わりに火を消す。
N	タオル 水で湿らせたタオルで消火する。
O	ポリ袋 水を運んで消火する。

ポイント

答えは1つではありません。工夫次第で様々なものの使い方があるでしょう。

# 解説

## 「非常時持ち出し品をチェックしてみよう」 「わたしの非常袋」

P.5-6

ワーク②③

家庭にある「非常持ち出し品」をチェックし、実際の非常袋をつくっていくワークです。家族用と子供用をつくります。

### 非常持ち出し品をチェックしてみよう！

ワーク！  
②

下の「非常持ち出し品」は、避難するときに持ち出す最低限の備えです。あなたの家で必要な数量を考え、準備してあるものチェック、合計の個数も出してみましょう！

※数量が□で囲んであるものは、家族に1つだけでも平気なもの。

チェック	なまえ	数量(1日分)		備考
		1人分	全家族	
	缶入り乾パン(110g)	1個	□	水砂糖入りのものが多い。最低限の量を準備する。
	飲料水(500ml)	3本	□	保存するのに良い「スーパー飲料水」もある。
	懐中電灯	1個	□	電池で動くものは、予備の電池も忘れずに。
	ローソク	1本	□	長い時間灯りを使うことに、とても優れている。
	ライター	1個	□	マッチよりも使いやすい。
	携帯ラジオ	1台	□	情報を得るために大切。予備の電池も忘れずに。
	携帯電話充電器	1個	□	電池式や、手動発電式のものが良い。
	万能はさみ	1個	□	ハサミ・ナイフ・カンキリなど一緒になっているもの。
	軍手・手袋	1対	□	軍手なら熱にも強い、綿100%のものを。
	救急袋	1個	□	必要なものを少しずつまとめておく。
	レジャーシート(1畳)	1枚	□	1人1畳分くらいほしい。避難先の場所を確保する。
	新聞	1部	□	下に敷いたり、寒い時は服の下に入れる。
	タオル	2枚~	□	色々なことに使えるため、少し多めに用意する。
	ポリ袋	5枚	□	大小合わせて10枚くらい。色々なことに使える。
	トイレトイペーパー	1個	□	水に溶ける。トイレのほか、色々なことに使える。
	ウェットティッシュ	1個~	□	水がない時、役に立つ。
	現金(10・100円玉)	50枚	□	公衆電話用に。50枚くらいあると良い。
	ガムテープ(布製)	1個	□	伝言メモを貼るなど。メモ代わりに。
	油性マジック(太)	1本	□	伝言を書く。
	筆記用具	1個	□	メモ帳とペン類。

合計 □ 個

20個を  
目指しましょう！

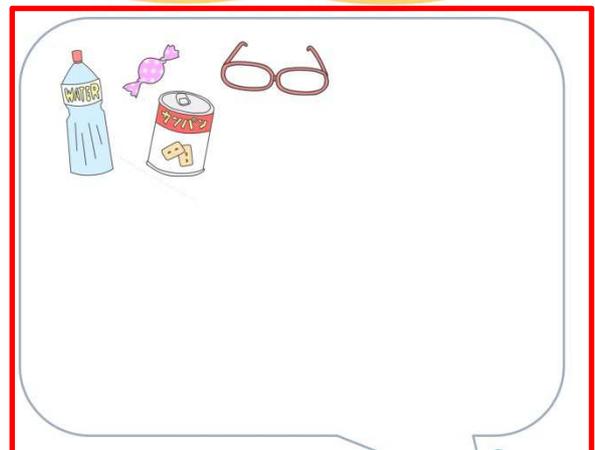
### わたしの非常袋

ワーク！  
③

自分だけの非常袋をつくってみましょう！ワーク②を参考にして、あなたが必要なものの絵を描きます。リュックなどにまとめて準備して、重さも量っておきましょう！

非常持ち出し品を決めるポイントは2つ！

かさばらないこと 保存可能なこと



準備ができたら重さを量ります！



キログラム

※ムリなく適度な重さにしましょう。



家族の人数に合わせて、各非常持ち出し品の必要数量を記入してください。

なるべくかさばらない様にするのが大切な為、1人につき1個ではなく、家族でいくつ程度必要なのかを考えることが大切です。

お子さんに必要なものを書いていきます。ゲーム機やお菓子に偏らない様に注意しながら、一緒に考えてみてください。また、子ども自身が使用可能なものを選ぶ様にします。

ワークの中では基本的な生活に必要なものについて挙げていますが、その他にも必需品や貴重品など、各家庭の事情によって用意すべきものが変わってきます。以下の表も保護者の方が確認し、必要であれば用意しておきましょう。

女性のいる家庭	
	生理用品
	ホイッスル付きライト
	鏡
	ブラシ
	化粧品
	おりものシート

高齢者のいる家庭	
	高齢者手帳
	おむつ
	着替え
	常備薬
	予備メガネ
	介護用品

赤ちゃんのいる家庭			
	粉ミルク		ガーゼ
	<small>ほにゅうびん</small> ほ乳瓶		紙おむつ
	離乳食		母子手帳
	スプーン		おもちゃ
	洗浄綿		着替え
	バスタオル		ベビーカー

必需品・貴重品	
	現金
	車や家の予備鍵
	予備メガネ・コンタクトレンズ等
	携帯電話
	預金通帳(コピーや番号の控えなども可。)
	健康保険証
	運転免許証
	パスポート・外国人登録証等
	印鑑
	証書類
	住民票

## ポイント

非常持ち出し品は1つの袋にまとめ、いざという時素早く持ち出せるところに置きましょう。

また、一緒に「履物」と「ヘルメット・防災ずきん」も備えておきましょう。

# 解答・解説

## 「わたしたちの生活に必要なもの」

P.7-8

ワーク④

各家庭の「備蓄品」について考えるワークです。救援物資が届くまでの期間、自力で生活していくために必要なものを確認していきます。

「備蓄品」とは、災害時、避難した後で少し余裕がでてから安全を確認して自宅へ戻り、避難所へ持ち出したり、または自宅で避難生活を送る上で必要なもののことです。

右頁のリストは、基本的にどの家庭でも必要な備蓄品と、家庭の人数に合わせた数量を示したものです。このリストを参考に備蓄品について考えていきます。1日の生活行動を挙げていき、それらの行動に必要なものについて書いていくと、答えを導きやすいです。(例:洗顔→水、石鹸、タオル)これらの品目は基本的な備蓄品の一部であり、家庭によって他にも様々な備蓄品が考えられることを忘れないでください。また、このリストを使用して実際に備蓄品を集めておきましょう。持ち出しやすい容器にまとめて常備しておくといいです。

### わたしたちの生活に必要なもの

地震が起きたとき、食べ物などが届くまでには3日間かかるといわれています。水・ガス・電気も止まってしまう中、その間は自分の力で生活しなければならないのです。毎日の生活でどんなものを使っているのか、家族といっしょに考えてみましょう！

ワーク！  
④

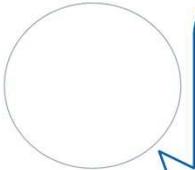
お父さんやお母さんなど家族の人に、自分たちだけで生活するにはどんなものがあつたらいいか、インタビューしてみましょう。また自分が必要だと思うものも考え、まとめておきましょう。

例 お母さんが必要だと思うもの

飲み水 食べもの タオル 服  
毛布 ガスコンロ お皿 石鹸 ...

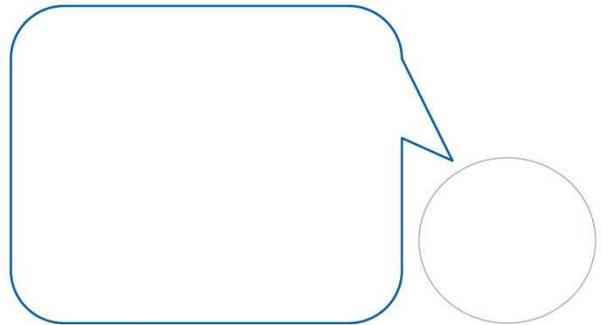


が 必要 だ と 思 う も の



特にライフライン(電気・水道・ガス)が停止してしまう場合のことを考える様にアドバイスしてください。エレベーターの停止や、冷暖房の停止などがあります。

わたしが 必要 だ と 思 う も の



### 非常食のいろいろ



「非常食」と一言でいっても、色々なものがあります。代表的なカンパンの他にも、パンの缶詰、水でつくるお米や温めて食べるシチューの缶詰など、そのまま食べられるものもあれば、ちょっとした調理を必要とするものもあります。

では、何をどれ位用意すれば良いのでしょうか。  
// 考えてみましょう

左の表から考えられた備蓄品について、家族全員で必要となる数量についても考えてみると良いでしょう。

中には家族で1つしか必要でないものもあります。右頁のリストを確認し、アドバイスしてあげてください。

チェック	重要度	品目	数量（1日分）				
			2人	3人	4人	5人	
	◎	飲料水	6ℓ	9ℓ	12ℓ	15ℓ	
		非常用給水袋	2枚	2枚	3枚	3枚	
	◎	アルファ米	2個	3個	4個	5個	
		カンパン	2個	3個	4個	5個	
		パン缶	2個	3個	4個	5個	
		インスタントラーメン	2個	3個	4個	5個	
		缶詰類	1個	2個	2個	3個	
		レトルト食品	2個	3個	4個	5個	
		切り餅	2個	3個	4個	5個	
		スープ	2個	3個	4個	5個	
		味噌汁	2杯	3杯	4杯	5杯	
		菓子類	適量	適量	適量	適量	
		塩	適量	適量	適量	適量	
		○	上着				
			下着				
	靴下						
	○	タオル	4枚	5枚	6枚	10枚	
		バスタオル	2枚	3枚	4枚	5枚	
		毛布	2枚	3枚	4枚	5枚	
		雨具	2個	3個	4個	5個	
	◎	予備電池	適量	適量	適量	適量	
		卓上コンロ	1台	1台	1台	1台	
		ガスボンベ	適量	適量	適量	適量	
		固形燃料	適量	適量	適量	適量	
		鍋	1個	1個	1個	1個	
		ラップ	1個	1個	1個	1個	
		アルミホイル	1個	1個	1個	1個	
	○	やかん	1個	1個	1個	1個	
		皿（紙・ステンレス）	適量	適量	適量	適量	
		わりばし	適量	適量	適量	適量	
		フォーク・スプーン	適量	適量	適量	適量	
	△	歯ブラシ	2個	3個	4個	5個	
		石鹸	1個	1個	2個	2個	
		ドライシャンプー	1個	1個	1個	1個	
		新聞紙	2部	2部	3部	3部	
		使い捨てカイロ	適量	適量	適量	適量	
		安全ピン	適量	適量	適量	適量	
	△	備蓄品リスト	2枚	2枚	2枚	2枚	

**飲料水**

1人1日3ℓ。  
2ℓのペットボトル6本入りの箱で購入し、蓄える。

**食料品**

各家庭の好みに合わせたもの・食感や調理法、温度の異なるものなど、様々な種類の非常食を組み合わせ、用意しておきましょう。

**衣服**

季節・個々の状況により必要なもの、数量を判断。

**ラップ・アルミホイル**

皿の上に敷いて用いると、食器を洗わずに済む他、水の節約にもなる。

**重要度**

- ◎…必需品
- …備えておきたい品
- △…あると便利

# 解答・解説

## 「家族の安全を守ろう！」

P.9-10

ワーク⑤

家の中に潜んでいる危険個所について考えるワークです。危険個所を発見し、その対処法について考えます。

### ソファ周辺（例）

#### 危険

額縁が落下してしまうと、頭部が危険である。

#### 対策

落下しそうな額縁は掛けない、または壁に直接固定する。

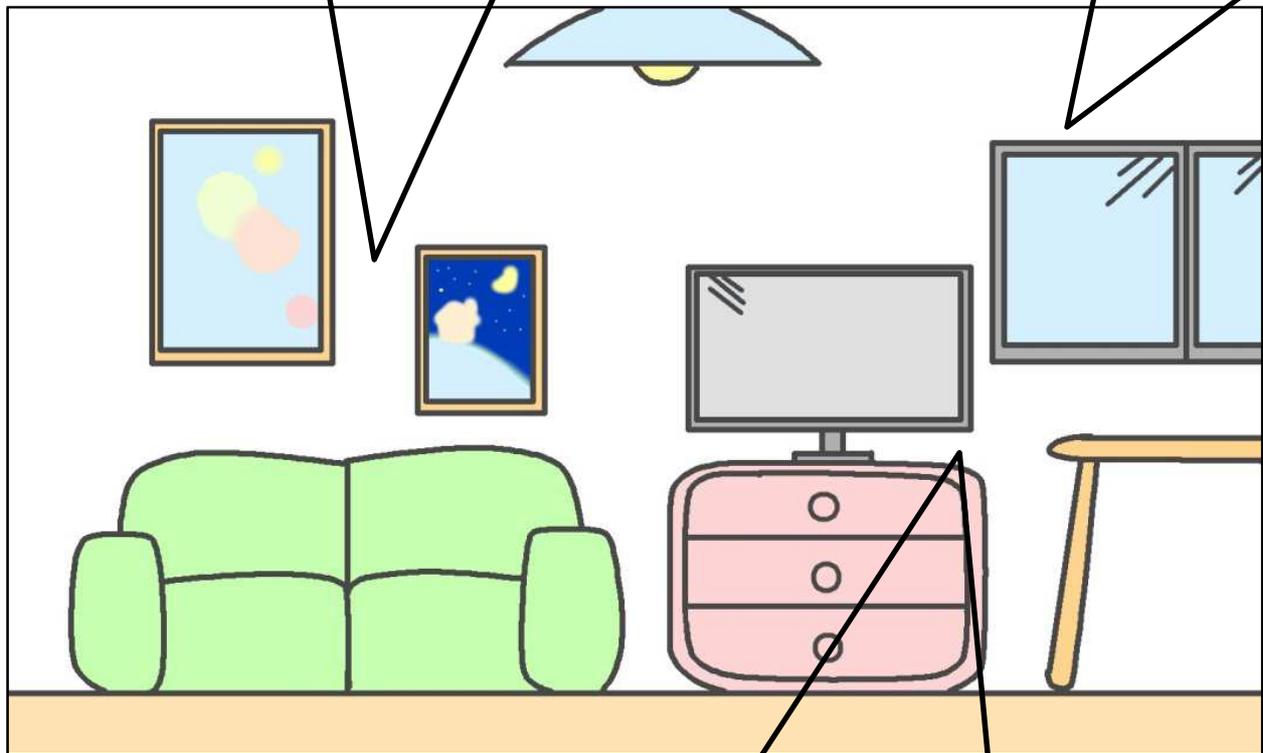
### 窓周辺

#### 危険

ガラスが割れ、飛び散ってしまうと危険。

#### 対策

ガラスに飛散防止フィルムを貼る。飛散時のためには座布団やスリッパを用意。



### テレビ周辺

#### 危険

固定されていないと、落下したり飛んだりしてしまい危険。

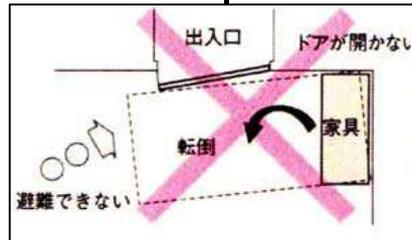
#### 対策

床や壁に固定したテレビ台とテレビを直接ネジ止めする他、壁にヒートンを取り付けてロープで固定する。耐震粘着ラバーシートも可。

## 出口周辺

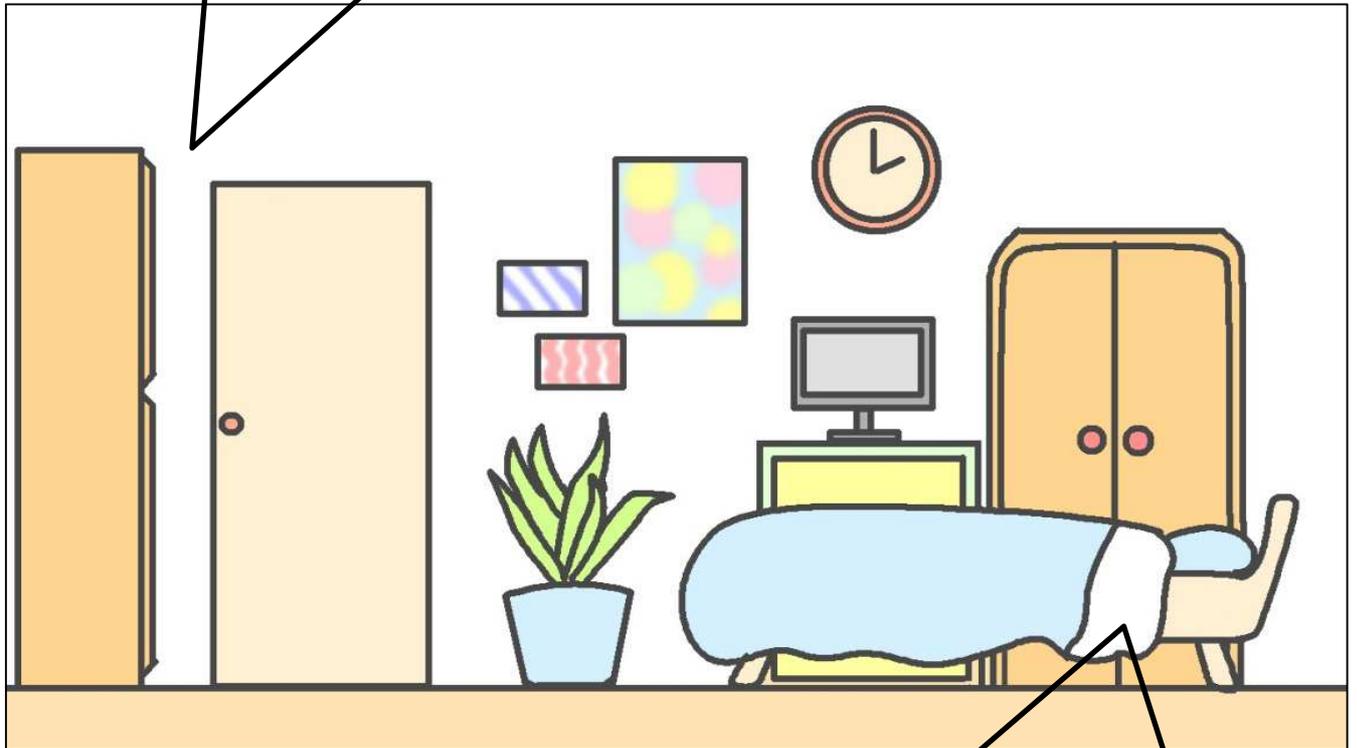
### 危険

タンスが転倒し、ドアをふさいでしまう可能性があります。逃げ道は必ず確保しておくてはならない。



### 対策

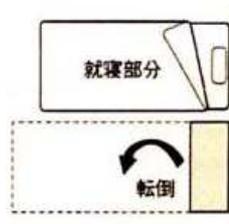
L字金属や、ストッパー式の固定具で固定しておく。又は確実に避難できる様、出入口付近には大きなタンス等は置かない。



## ベッド周辺

### 危険

就寝時にタンス等が転倒、中身が出てくると潰されてしまう可能性があります。危険。



### 対策

寝具はタンスなどの家具の側方に置くこと。また、家具の高さ以上に十分に距離をとった場所に配置すること。転倒防止のためにあ、L字金属やストッパー式の固定具が有効。

## 解説

# 「部屋の防災力を調べよう！」

P.11-12

ワーク⑥

ワーク⑤を参考に、各部屋の具体的な危険個所について考えていきます。実際の自宅内を回りながら危険を肌で感じ、確認していくことが大切です。

**こんなところに注目していきましょう！**

### 寝る場所の工夫

家具が転倒・移動しても影響がない位置に寝る場所を確保する。

### 家具の配置の工夫

寝る場所や出入り口に近い場所にタンス・家具を置かない。  
方向を変える。

### 収納方法の工夫

重いものは、家具の下の方に収納する。  
家具の上に重いものを置かない。

### 家具の固定

各種固定器具で固定する(L型金物、ポール式、チェーン等による)。  
家具の下にストッパーやマットを入れて補強するほか、  
壁への家具固定と家具の上下連結の併用等、2つ以上の補強を行うと効果的。

### ガラスの飛散防止

食器棚や本箱などに飛散防止フィルムを貼り付ける。

### 扉開放防止器具

食器棚や本箱などに扉開放防止器具を貼り付ける。

# 解説

## 「家族と連絡をとろう！」

P.13

ワーク⑦

NTT伝言ダイヤルサービスを、いざという時焦らず使うことが出来る様体験しておくワークです。必ず体験日を決め、家族みんなで挑戦してみてください。

### 家族と連絡をとろう！

地震が起きたときは、家族と連絡が取りにくくなってしまいます。2011年3月11日に起きた東日本大震災では、東京都でも携帯電話をはじめ、お家の固定電話ですら通じにくくなってしまいました。いざという時、どうすれば家族と連絡がとれるか話し合い、確かめておきましょう。

### ワーク！ ⑦

NTTが行っている伝言ダイヤルサービスを体験しましょう。毎月1日やお正月、防災週間(8/30~9/5)に使うことができます。

### 使い方

- ① 「171」に電話します。「忘れてイナイ？」と覚えましょう。
- ② 自動的に音声案内が流れますので、案内にしたがいます。

#### 録音する場合

「171」にダイヤルする。



「1」をプッシュする。



自分の家の電話番号をダイヤルする。

音声案内にしたがって録音する。  
(例) はなこです。わたしは無事です。  
近くの小学校に避難しています。



音声案内にしたがって電話を切る。

#### 再生する場合

「171」にダイヤルする。



「2」をプッシュする。



自分の家の電話番号をダイヤルする。

音声案内にしたがって再生する。  
(例) はなこです。わたしは無事です。  
近くの小学校に避難しています。



音声案内にしたがって電話を切る。

**必ず体験日を決めておきましょう。**

自宅電話番号

体験予定日 年 月 日  
※忘れないようにカレンダーに記入しましょう。

### ワーク！ ⑧

あなたは普段どんな準備をしていますか？地震が起きたとき、おうちによって家族との連絡の取りやすさが変わってきます。下のチェック表で、その度合いを確かめてみましょう！

普段どんな準備をしていますか？	
お父さんの1日の行動を知っていますか？(例：〇〇駅で働いている)	
お母さんの1日の行動を知っていますか？	
兄弟・姉妹の1日の行動を知っていますか？	
いつもお家にいる家族はいますか？	
お父さんは普段、電車やバスが動かなくても歩いて帰れる距離にいますか？	
お母さんは普段、電車やバスが動かなくても歩いて帰れる距離にいますか？	
兄弟・姉妹は普段、電車やバスが動かなくても歩いて帰れる距離にいますか？	
地震が起きたとき、家に帰るのが難しい(大変)な家族はいますか？	
家に1人だけのとき地震が起きた場合、どうすれば良いか決めていますか？	
家族以外で近所に頼れる人はいますか？	
おうち・避難所のほかに、家族との集合場所は決まっていますか？	

### ワーク！ ⑨

地震が起きたとき、1番にどこに連絡するか、どこに行くかなど、家族で話し合っておきましょう。家族がおうちに帰れないときなど、いろいろなときを考え、書いておきましょう！

どんな場合か	どうするか
(例) 家にいるとき	117にメッセージを入れる。おじいちゃんの家に行く。

NTTドコモ、au、SoftBank、WILL COM、イー・モバイルでは災害時、「災害用伝言板」を使用することができます。自らの安否やコメントを登録することができます。登録された伝言は、インターネット接続が可能なパソコンや他社の携帯電話・PHSからも下記URLから参照することができます。家族でどこの掲示板を使用するか決めておき、ブックマークに入れておくと良いです。

**こんなものも役立ちます！**

携帯電話の「災害用伝言板」

- 【NTTドコモ】 <http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi>
- 【a u】 <http://dengon.ezweb.ne.jp/>
- 【SoftBank】 <http://dengon.softbank.ne.jp/>
- 【WILL COM】 <http://dengon.clubh.ne.jp>  
<http://dengon.willcom-inc.com>
- 【イー・モバイル】 <http://dengon.emnet.ne.jp>

P.14  
ワーク⑧

災害時に家族がどのような状況に陥るか、家族と合流できるかどうか想像してみるワークです。チェックを付け、同時にその項目への対処をする為に話し合ってみてください。

各項目が以下の様な意味を含んでいます。それを考慮して家族で考えてみましょう。

〇〇の普段の1日の行動を知っていますか？

家族が普段どこで何をしているのか知っておくことは、とても重要なことです。いざという時、家族の状況が把握し易い他、連絡が取り易くなります。毎日出かける前に言っておくセを付けたり、ホワイトボードに1日の予定を書くなどして、いつも把握しておく様にしましょう。

いつも自宅にいる家族はいますか？

家族の1人だけでも家にいるだけで、災害時全員の連絡が取り易くなります。

〇〇は普段、交通機関が動かなくても歩いて帰れる距離にいますか？

徒歩で帰るのが難しい場合、災害時には帰宅困難者となってしまう可能性が高いです。2日間以上帰ることができない場合が多い為、事前に帰り方を調べたり、対策グッズを持ち運ぶ様にしておきましょう。また、家族が帰ってくる事の出来ない場合のことも話し合い、考えておくようにしましょう。少しの心構えをしていただくだけでも、とても意味のある大切なことです。

災害時、自宅に1人しかいない場合、どうすれば良いか決めていますか？

家族以外で近所に頼れる人はいますか？

保護者が帰宅できない場合、近所に子どもが頼りにできる人がいることが大切です。親戚でも友人でも、誰でも問題はありません。その人を決め、相手方に頼っておきましょう。いざという時誰に頼めば良いかを家族で確認し、話し合うことが重要です。

自宅・避難所以外の集合場所は決まっていますか？

災害の影響で、地域の指定避難所が機能していない可能性もあります。避難所や自宅以外の集合場所も、家族と話し合って決めておきましょう。

P.14  
ワーク⑨

ワーク⑧⑨を参考に、災害時の行動について話し合い、まとめておくワークです。必ず家族全員で考え、様々なパターンを想定しながら行いましょう。

# 解説

## 「わたしたちの避難場所」

P.15

ワーク⑩

地域の指定避難所の場所や、災害時に関わってくる自宅周辺の様子、機能等について考えるワークです。地図上で確認した後、実際に周辺を歩き確認してみることが重要です。

### わたしたちの避難場所

地震がおきたとき、住んでいる場所によって、行くべき避難所が決まっています。避難所は安全だけでなく、いろいろなものや情報を得るための場所となります。

ワーク！  
⑩

おうちと避難所がのっている地図を貼り付けて、避難所までの道を確認しましょう。また、周りにどんなものがあるか話し合い、しるしをつけから、実際に歩いてみましょう！

ここに地図を貼ってください

#### 災害時危険なところ

- 池、川、海岸などの水辺
- 崖、急斜面など
- ブロック塀、自動販売機
- 狭い道路
- 看板
- 橋、歩道橋

#### 災害時役に立つもの・場所

- 防災資機材倉庫
- コンビニ、ホームセンター
- 消火器、消火栓
- AED
- 防火水槽
- 消防署、消防分署、消防団詰署
- 警察署、交番
- 病院、診療所、保健所
- 電話ボックス、公衆電話
- 公民館、集会所
- 学校
- 公園

インターネット等を利用し、自宅周辺の地図を用意し、貼り付けましょう。

参考URL

Google マップ

<http://maps.google.co.jp/>

Yahoo!ロコ

<http://maps.loco.yahoo.co.jp/>

Mapion

<http://www.mapion.co.jp/>

災害時に関連する各場所、機能等を実際に歩きチェック、又は地図上でチェックしておきましょう。

特に危険な場所についてお子さんに理解してもらうことが重要です。普段よく利用する道(通学路等)を中心に、地震発生時や避難時の状態を想像します。災害時、危険な場所には近づかない、その道を使用しないことを確認してください。

## 災害時に役立つ各種機能の補足説明

**防災資機材倉庫**…自主防災組織が災害時に、情報伝達、消火・救出・救護活動、避難誘導などの活動を行うための資機材がしまっている倉庫。ボール、のこぎり、スコップ、ロープ、油圧ジャッキ、消火器、バケツ、担架、救急セット、携帯型拡声器、土嚢、防塵マスク等、様々な種類の資機材が置いてある場合が多い。

**消火栓**……………消火活動に必要な水を供給する為の設備。消防水利として公設の水道に設けられ、主に消防隊が用いる物と、消防法等により建築物などの消防設備として設置を義務付けられ、主に一般人や自衛消防隊が用いる物の二種がある。



**防火水槽**……………消火栓が使用できなくなった場合に備え、地下に消火用の水をためた水槽。



### ポイント

基本的には自宅又は指定避難所を家族の集合場所とする良いですが、災害発生直後にはその両方が使用できない場合があります。その為、自宅と指定避難所以外の集合場所も決め、チェックしておきましょう。

# 解説

## 「避難所生活でわたしたちができること」

P.19-20

ワーク⑪

避難所生活において、小学生が出来る行動について考えるワークです。

### 避難所生活でわたしたちができること

2011年3月11日に発生した東日本大震災では、それぞれの避難所でいろいろな問題が起きてしまいました。そんな中、みんなの避難所生活を少しでも便利に、快適に、明るくしようと、沢山の小学生たちが行動を起こしました。ここではその一部を紹介していきます。

ワーク！  
⑪

いろいろな人たちとの共同生活を想像してみましょう！  
気持ちの良い避難所生活のために、あなたならどんな工夫をしますか？考えて、ふきだしに書き込んでみましょう！



#### 掲示板に情報を！

友だちで集まって避難所について調査し、編集して掲示板に貼り付けました。子ども新聞や誕生日リストなど、掲示板を見る人たちを楽しませました。



どんな話をしよう！

どんな内容にしよう！

(例) ボランティアの人にインタビューする

#### 肩たたき隊！

高齢者の方々の部屋を回って、みんなで肩たたきをしました。たくさんお話をすることができ、お互いに楽しい時間を過ごすことができました。



#### 配給のお手伝い！

パンやお菓子の配給など、簡単なお手伝いをしました。普段知り合えない人たちと話すこともできました。



何か工夫してみよう！

いっしょに何をしよう！

#### 下級生といっしょに

下級生といっしょに勉強をしました。分からないところは教えてあげたり、勉強が終わったあとはみんなでボール遊びや絵を描いたりして楽しみました。



各項目について、お子さんが自分でも出来る、やりたいという共助活動を吹き出しに記入します。保護者の方は、その行動によって誰が助かるのか、どんな効果があるのかを考え、お子さんにコメントしてあげてください。

避難所は、避難してきた人たちの安全と安心の場であることを目的としています。同時にそこで生活する人々が自ら助け合い、励まし合いながら復興へと進んでいくための場所でもあります。東日本大震災の避難所生活において、小学生の自発的な活動が多くみられた様に、個人個人が避難所生活のためにできることは沢山あるはずです。その場の一員として何が出来るのか考え、話し合ってみてください。また、このワークにおいて一定の答えは設けていません。

**子どもたちが、自分と家族以外の人に目を向けてみるのがこのワークのポイントです。  
どんなに小さなことでも構わないので、一緒に考えてみてください。**

以下の例は、2011年3月11日に発生した東日本大震災の避難所生活において、実際に小学生が行った活動の一部です。この例を参考に、お子さんにどのようなことが出来るのかアドバイスしてあげてください。

## 東日本大震災における実際の小学生の活動

### 小学生がバス課長！

避難所で生活する小学5年生の男の子は、避難所でバスの到着を知らせたり、手書きの時刻表を作ったりと、避難所生活のために活動を行いました。見様見真似で覚えた手振りでバスの誘導も行い、1日の業務を振り返る業務日誌まで自らで書いていました。誰かに頼まれたわけではなく、大好きなバス会社の仕事を真似することで、避難所の中で少しでも役に立ちたいという思いがあった様です。バスの運転手や避難所で生活する人々は、彼の活動によって楽しい気持ちになり、自分たちも何かしなくては、という思いが掻き立てられました。子どもたちが好きなことを避難所生活のために活かしていくこともできるのです。

### 感謝の気持ちを表現する！

避難所の掲示板に「たきだしありがとう！」などとボランティアや避難所運営委員の方々に感謝の気持ちを示していました。子ども同士で話し合い、感謝の気持ちを表現したいと思ったことから行った活動でした。これを見て心が温まった人も多くいたようです。この様なちょっとした活動も、避難所生活ではとても大切なことなのでしょう。





喫煙場所をつくる  
子どもや嫌煙家のひとのためにも、屋上などに喫煙場所をつくってみましょう。



電話室をつくる  
電話による音のトラブルを避けるために、電話室をつくってみましょう。



育児室をつくる  
音のトラブルを避けたり、安心して授乳をするために育児室をつくってみましょう。



更衣室をつくる  
安心して着替えるための更衣室をつくってみましょう。間仕切りによる更衣スペースも有効的です。



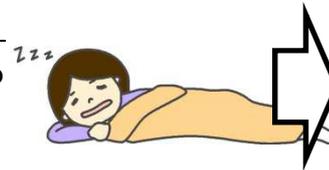
物干し場をつくる  
日当たりの良い場所に洗濯物を干せるようにしてみましょう。女性のための物干し場があると更に良いです。



食堂をつくる  
室内の衛生面を考え、食堂をつくってみましょう。ゴミ捨て場も必要です。



飲酒場所を決める  
飲酒によるトラブルを避けるために、飲酒場所を決めてみましょう。



通路をつくる  
無理なく室内を歩けるように通路をつくってみましょう。

ここでは機能ごとの部屋をつくることを中心に説明しましたが、必ずしも答えは1つではありません。避難所で生活する人たちで話し合い、より良い解決方法を見つけ出すことが重要です。

P.23

ワーク⑬

「わたしたちの避難所生活」のまとめです。ワーク⑪⑫を参考に、避難所生活のためにできることを更に考え、まとめます。

「家族といっしょに防災ワークブック」は無料でダウンロードすることができます。  
ご使用の際は、こちら ([hiralab@fc.jwu.ac.jp](mailto:hiralab@fc.jwu.ac.jp)) にメールをお送りください。

ワークブックのご使用にあたり、データやプリントアウトしたものを  
無断で配布することを禁止いたします。  
著作権は放棄しておりません。

家族といっしょに防災ワークブック[初版]  
2012年2月  
日本女子大学家政学部住居学科4年  
平田研究室  
柴山 祥子