EVENT REPORT

親子でいっしょに学ぼう！ 防災実践講座

2023.10.15（日）10:30～12:30

＠大野東市民センター

いつ起こるか分からない災害…。例えば、突然地震が起きたとき、いつもこどものそばに大人がいるとは限りません。「いざ！」というとき、自分で自分を守るために何ができるか「自助」の視点から、大切な家族の命の守り方を参加者21人が楽しく学びました。

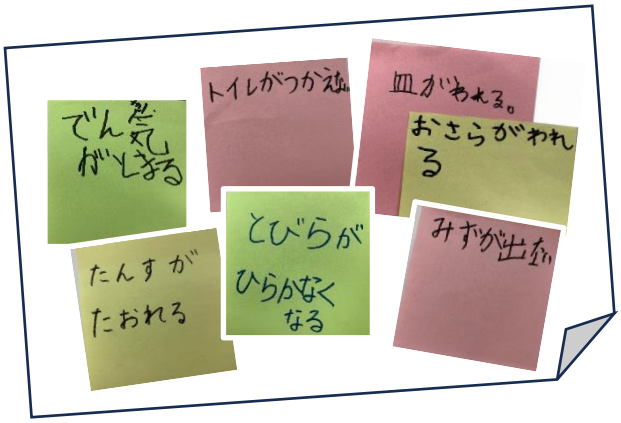
【全体コーディネーター】
ワーカーズコレクティブ
子どもキッチンひろば♡ゆめはっぴ

中丸さん

安本さん

考えてみよう

「もし地震が起きたら、家の中はどうなる？」
グループに分かれて、付せんに書き出しながら話し合ってみました。



・電気が止まる
・トイレが使えない
・お皿が割れる
・タンスが倒れる
・扉がひらかなくなる
・水が出ない
…たくさんの付せんが貼りだされました。

体験してみよう

「いざ！」というときの状況を想像しながら、いろんな体験をしてみました。

「地震だ！」の声に合わせて、
大切な頭をざぶとんで守ろう！

フタに穴をあけて作る
「ペットボトルシャワー」

お父さん、お母さんが動かない！
大きい声で「助けを呼ぼう！」

つくってみよう

電気やガスが使えない、水が出ない、そんなときでも、日ごろの備えと工夫次第で、おいしくて栄養もしっかりとれる防災食をつくりました。

【今日のメニュー】
- ◆ 缶詰（サバ缶）チャーハン
- ◆ いり豆ごはん
- ◆ 野菜ジュースホットケーキ
- ◆ お味噌汁

おむすび、サバ缶、卵をビニール袋に丸ごと入れて、そのまま混ぜて炒めます。
ホットケーキミックス１袋＋野菜ジュース缶１本で、ちょうど分量ピッタリのホットケーキを焼くことができました。

～参加者の感想～　　※一部を紹介します

大人

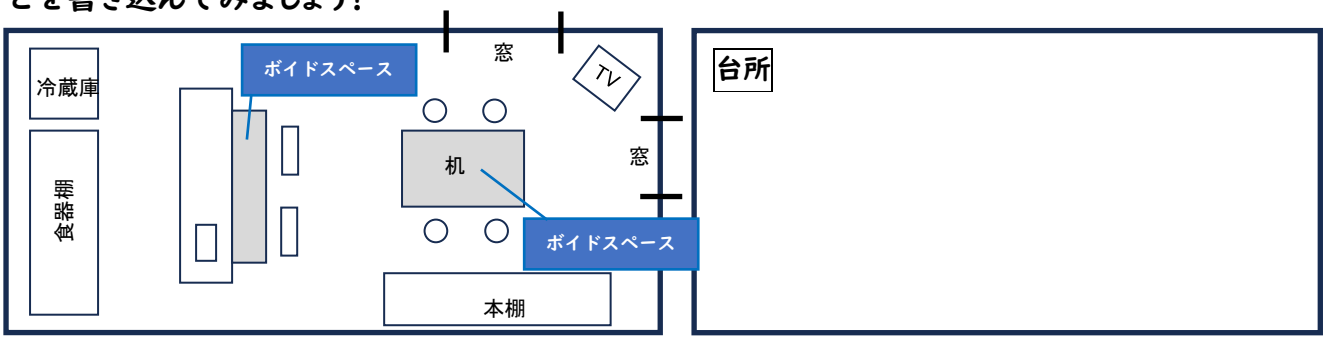
・災害時は、インスタント食品ばかり食べるイメージでした。水や道具のない中での調理法は、とても役に立ちそう。
・買うときに「少し多めにストックしておこう」など、生活の中で防災の意識を持つことが大切だと思いました。
・こどもが料理や防災について知ろうとしている様子など、率先してやっている姿がうれしく、成長を感じました。
・ペットボトルシャワーが思った以上に高性能。普段のキキャンプでも利用しようと思います。

こども

・いろいろな防災のことが楽しく学べました（小３）
・上手にチャーハンができてよかったです。みぢかなもので防災ができることがわかりました。（小３）
・たのしかった。またきたいです。おうちでもつくりたい。（小１）
・りょうりをじぶんでつくって食べたらおいしかったから、またつくって食べたいなとおもいました。（小２）
・水なしで料理がつくれてすごいとおもいました（小３）

我が家の“ボイドスペース”＿＿＿＿家の場合

●リビング、台所、寝室…など、自分の家の配置を書いて、「ボイドスペース」や「工夫できるところ」などを書き込んでみましょう！



リビング

寝室

編集・発行：大野東市民センター