

やってみた!

いのちを守る 64の防災活動

BOSAI consciousness

著者 関西大学初等部 6年生 (第11期生)

協力 関西大学社会安全学部



はじめに

●災害被害≒0プロジェクトをはじめたきっかけ

私たちは小学1年生だった2018年6月18日に大阪府北部地震にあいました。その時はまだまだ小さくて、地震が起こっていても何をしたらいいかわからなくて、先生に言われるまま机の下に隠れていました。学校がすごく揺れて、とても怖かったことを覚えています。

地震はいつ来るかわからないということを強く感じた経験でした。

5年生の時には、兵庫県にある「人と防災未来センター」に行きました。かつてあった阪神・淡路大震災の被害の大きさ、被害にあった人たちの思い、復興に向けてたくさんの人たちが頑張ったことを知りました。

帰ってきてからは、さらに自分たちの親や祖父母にインタビューを行い、阪神・淡路大震災がどんなにおそろしい地震だったか、そのような大きな地震に対してどのような心構えを持たなければいけないのかについてリアルに考えることになりました。

そんな中、南海トラフ巨大地震について学ぶ機会がありました。この地震は東海地方から西日本太平洋沿岸を中心に今後30年以内に70～80%の確率で起こる大きな地震とされ、全国で死者最大約32万人、私たちが住んでいる大阪の死者が7000人を超える可能性があること知りました(図1)。

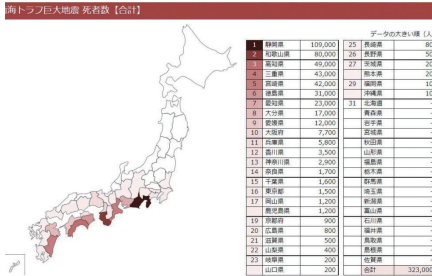
その被害の範囲は全国に及び(図2)、多くの人の命が奪われてしまうことに恐ろしくなりました。そして、その亡くなる人が自分や自分の大切な人かもしれないと思うと、防災について他人事ではいられないと考えるようになりました。

防災を行う際に、どのような人を中心に考えるのがよいのでしょうか？

「みんな」という意見がたくさん出ました。しかし、その「みんな」というのには誰が含まれるかということ、自分や友だち、家族の人はもちろん、この町に住んでいる人、高齢者、障がい者、日本語を話せない外国人、ペットも、様々な人たちが含まれていることに気付きました。

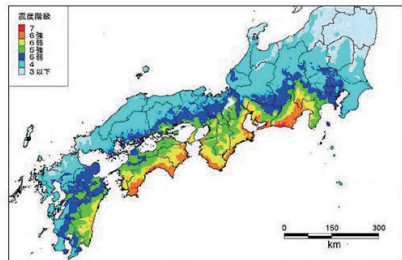
「みんな」が助かるためにはどのようなことができるのか。私たちは誰一人取り残さないために、地震が起こる前の備え、起こってからの行動、

図1 想定される南海トラフ巨大地震 死者数【合計】



都道府県データランキング <https://uub.jp/pdr/q/nankai.html>
 © 都道府県市区町村 <https://uub.jp/>

図2 基本ケースの震度分布



気象庁 <https://www.data.jma.go.jp/svd/eqev/data/nteq/assumption.html>

起こった後の想定をしっかりと学ぶこと、そのためにまずは自分たちが行動すること、そして「みんな」に伝えるために、防災イベントを開催することに決めました。

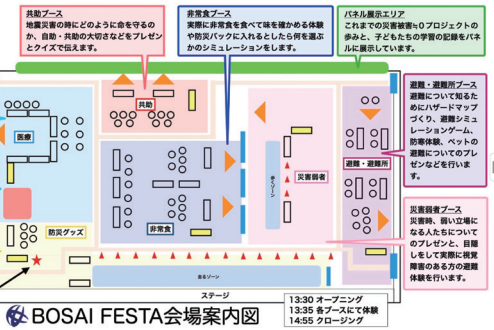
多くの資料や経験談などを調べるうちに、「死者を0にすることは難しい、でも、限りなく0に近づけることはできるのではないかと話し合い、災害に備え、活動していく意識が高まってきました。なんとかして南海トラフ巨大地震が、またそれ以外の直下型地震が起きた時に助かる人を増やしたいと思ったのです。

●防災イベント開催

2023年2月には防災イベント「BOSAI FESTA」を開催しました。このイベントでは、私たちの目線で大切だと考える多くのことを話し合い、カテゴリ化した結果、「防災グッズ」「非常食」「災害弱者(災害時要配慮者)」「共助」「医療」「避難・避難所」の6つのテーマが決まり、その6つのグループに分かれて、テーマに沿ったプレゼンテーションによる学習、体験などを行いました。

防災グッズのグループでは、必要なものを選んで災害持ち出し用のリュックを作り、そのリュックを持って一定の距離を走ってもらいました。

非常食のグループでは、実際に非常食を試食し、「どんな味がするのか」「どれくらい手軽に作れるのか」などを学んでもらい、栄養や重さを考えて防災バッグの中にどのような物を入れるかシミュレーションをしてもら



児童作のフライヤー

いました。

災害弱者のグループでは、災害時に弱い立場になる人たちについてのプレゼンと、目隠しをして、目が見えないようにして、避難体験を行いました。



イベントの開催にあたっては、防災食、グッズの購入にあたっては業者の方に協力していただき、外部団体の方にもご指導いただきました。自分たちだけでは決して開催できなかったと思います。

当日は多くの高槻市民の方にも参加していただき、振り返りにも「防災で備えなければいけないことがよくわかった」というポジティブな意見をいただきました。

●自分たちに足りないもの

このようにイベントを運営して一定の達成感を感じ、訪れてくれた人たちには防災の大切さについて伝えることができましたが、それは高槻市の一部の人たち、特に保護者の参加が大部分を占めていたので、本当の意味で「災害被害≒0」にはなっていないのではないかという意見が出ました。

イベントに参加しなくてもきちんと学べる、実用的な知識を得ることが

できる方法は何か。私たちはみんなで話し合いました。動画や SNS などのさまざまな意見が出る中で、「本を出版してはどうか」というアイデアが出ました。

書籍ならば、イベントに来ることができなくても手に取ってもらえる。高槻市だけでなく、全国にその声を届けることができる。そう考え、小学生の私たちでもここまで取り組むことができるんだという想いを込めて、本を作ることにしました。それが、この本です。

この本を通して「災害被害≒0」に少しでも近づきたい。昨年度から続けている活動の中で、たくさんの人に話を聞かせていただき、関わっていただきました。私たちだけでなく、そうした多くの人たちの声もこの本に入っています。「みんな」という意識を持つのは本当に難しく、色々な人たちに関わっていただき、色々なことを教えていただいたからこそ少しずつ持つことができた感覚だと感じています。

「みんな」が助かることはそんなに簡単なことではないかもしれません。しかし、この本を通して、一人でも「備えておこうかな」と思ってくれる人がいて、怪我をせずに済んだり、命を失わずに済んだりできたら嬉しいです。

本書は、先述の防災イベント「BOSAI FESTA」でのテーマを基に、「家の地震対策」「防災グッズ」「防災食・非常食」「避難場所・避難所」「地域の防災」「災害時要配慮者」について、子どもたちが自分でできることを調査し、体験した内容をレポートする6つの章で構成されています。

防災の学習を始めた子どもたちが変わっていく瞬間がありました。それは、自分で本当に「やってみた」時でした。何かを実際にやってみる。それが「このままではいけない」と考え始めるきっかけになります。ある児童は防災バッグを背負って走ってみたいと言いました。本来、避難の時に走ることはほとんど必要ありません。しかし、走ってみることで防災バッグの重さを感じ、その上で動きやすさとは何かについて考え、走ることの危険性についても理解することができました。

そんな子どもたちの体験とそこから得た気づきが各章に詰まっています。彼らの「やってみた」から一つでもみなさんの「やってみよう」へとつながり、それが命を救う防災活動になることがあれば幸いです。

目次

はじめに	3
------	---

1 確認しよう わが家の地震対策

Voice① 大阪府北部地震発生時の記憶	12
■ 体験したからやってみた！	14
■ 食器棚に滑り止めを敷いてみた！	16
■ 物が倒れてこないようにしてみた！	18
■ テレビ台とテレビをくっつけてみた！	20
■ テレビボードを撤去してみた！	22
■ わが家の防災グッズを調べてみた！	24
■ 防災バッグを準備してみた！	26
■ 100円ショップで防災グッズを揃えてみた！	28
Voice② 阪神・淡路大震災の体験談①(母の話)	30
Voice③ 阪神・淡路大震災の体験談②(母にインタビュー)	32

2 作ってみよう 防災グッズ

■ 防災用リュックを作ってみた！	34
■ 防災リュックを背負って走ってみた！	36
■ 身近なもので作れる扇風機を作ってみた！	38
■ 身近なもので明かりを作ってみた！	40
■ 紙皿にラップフィルムを使ってみた！	42
■ ペットボトル湯たんぽを作ってみた！	44

■ より少ない水で洗えるペットボトルシャワーを作ってみた！	45
■ 災害時に役立つアルミホイルについて調べてみた！	48
■ アルミシートで暖まってみよう！	49
■ 簡単に作れる防災グッズ①新聞紙スリッパ	51
■ 簡単に作れる防災グッズ②新聞紙でクッション	53
■ 自分で防災グッズを作ってみた！	55
■ 防災グッズにランキングつけてみた！	57
Voice④ 防災士からみる防災グッズの準備	58

3 食べてみよう 防災食・非常食

■ 非常食を作って食べてみた！①	62
■ 非常食を作って食べてみた！②	64
■ ドライカレー & 缶パンを食べてみた！	65
■ 朝昼のご飯で非常食を食べてみた！	66
■ 家にあるもので防災食を作ってみた！	68
■ 水 vs. お湯 カップ麺を食べ比べてみた！	70
■ 非常食を水で工夫して作ってみた！	72
■ 本当においしい防災食を調べてみた！	74
■ 非常時に健康に過ごす方法について調査してみた！	75

4 行ってみよう 避難場所・避難所

■ 自分の街の防災マップを作ってみた！	78
■ 避難施設を調べてみた！	80
■ 避難場所の防災対策を調査してみた！	82

■避難所の防災対策を調査してみた！	84
■避難施設まで歩いてみた！①	86
■避難施設まで歩いてみた！②	88
■避難施設まで歩いてみた！③	90
■避難施設まで歩いてみた！④	92
■避難所の学校に行ってみた！	94
■防災公園に行ってみた！①	96
■防災公園に行ってみた！②	98
■備蓄倉庫を見学してみた！①	99
■備蓄倉庫を見学してみた！②	100
Voice⑤ 熊本地震体験談①	102
Voice⑥ 熊本地震体験談②避難生活	104
■家の近くの防災対策（看板やマーク）を調べてみた！	106
■夜の避難——何時なら頭がしっかりと働くのか試してみた！	108
■新生児と同じ重さの人形を持って走ってみた！	110
■身近な物で包帯を作って巻いてみた！	112
■お風呂の水で何ができるかやってみた！	114
■ペットの避難準備をやってみた！	116
■ペットを安全に避難所に連れて行ってみた！	118
■ペットに避難生活を体験させてみた！	120

5 聞いてみよう 地域の防災

■地域の防災訓練に参加してみた！	122
■防災センターで聞いてみた！	124
■「人と防災未来センター」に行ってみた！	126
■通勤・通学電車内で地震に遭ったら	128

■ テーマパークでは災害時どのような対応をするのか？	130
■ 1人で家にいるときに地震が起こったら	132
■ 地震について家族会議をしてみた！	134
■ 家の近くの施設で、地震が起きたらどうする？	136
Voice⑦ KyuBo（きゅうぼう）の活動紹介と災害時の応急手当	138
Voice⑧ 市役所の災害対応について聞いてみた！	140

6 先ずは知ろう 災害時要配慮者

■ 目隠しをして廊下を端から端まで歩いてみた！	144
■ 耳が不自由な人の苦勞を体験してみた！	146
■ 車椅子で移動してみた！	148
■ 幼児が災害時に必要なもの	150
Voice⑨ 「災害弱者」とは	152
■ ネパール人学校の友だちと防災について話し合ってみた！	154
Voice⑩ 日本で暮らす外国人の声	156
Voice⑪ 泉大津市立浜小学校が取り組む防災学習	158
子どもたちの思い（一人一言）	160
先生から	164

1 確認しよう わが家の地震対策

地震などの自然災害は、いつ起こるかわかりません。いつ起きても対応ができるように、日頃から防災意識を持って災害に備えることが重要です。また、地震が発生した時には、一人ひとりが冷静かつ適切に行動することが被害を最小限に抑えることにつながります。とはいってもいつも高い防災意識を持って日頃から災害に備えるということとはなかなかできないものです。身近にある家具類の転倒防止などできるところから着実に実践していきましょう。また、ふだんから使っているものを日常時だけでなく非常時にも役立てることができれば、特別な備えをする必要はありません。身の回りでそのような工夫ができないかを考えてみるのもよいかもしれません。

(小山 倫史)

大阪府北部地震発生時の記憶

●家にいたおばあちゃん

おばあちゃんは大阪府北部地震発生時、家のリビングにいました。台所では鍵を掛けていない戸棚から食器がなだれてくるのを見て、とてもこわかったと言っていました。私も学校から帰ってきたら台所がぐちゃぐちゃになっていて、お皿の破片で怪我をしまい、痛かったのを覚えています。

他にも、リビングにあったゴミ箱が台所へ飛んで行ったり、壁紙にヒビが入ったりしました。



●仕事場にいたお母さん、お父さん

お母さんは病院で働いているのですが、地震が起こった時に水道管が破裂して、床が水浸しになったり、患者さんが転んで怪我をってしまったり、大変だったと言っていました。お父さんはパソコンがいくつか壊れてしまったので、データの整理が大変だったそうです。

●学校にいた私

私は北部地震発生時、学校の図書館にいました。棚が固定されていたから倒れてくることはありませんでしたが、いくつか本が落ちてきて怖かったです。その時私は1年生だったので、地震ということがわからず、なんだかよくわからないまま茫然としていたら、図書館にいた先生に3年生の教室の中に押し込まれました。

3年生のお兄さん、お姉さんの中にはこわくて泣いている子もいて、その間もずっと揺れていたなので、今何が起きているのか不安に思いまし

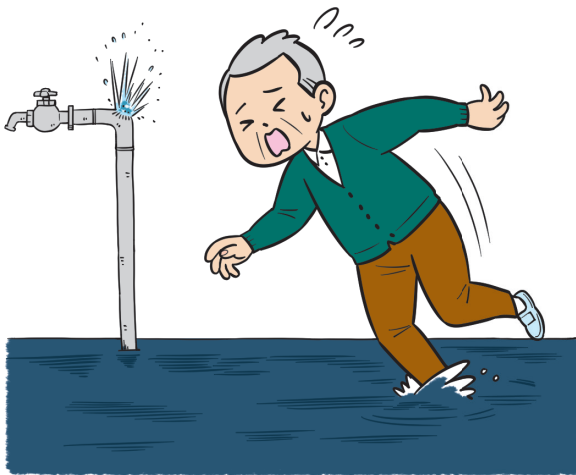


た。その後地震が収まり、電車が止まっていたのでお母さんに車で迎えにきてもらって、私は帰れましたが、まだ残っている子たちもいて、大丈夫かな、と思ったことを覚えています。

●北部地震を体験して

「地震」という災害の存在はテレビや本で知っていたけれど、同じ日本でもなんだか遠いような、まさか自分がいつも通りに生活している世界で起こるとは思ってなくて、当たり前ではありますが「地震って起こるんだ」ということを認識しました。

その後、弱い地震はほぼ毎日世界のどこかで起こっていることを知り、地震って、ずっと身近にあったんだということを今さらながら思い、今までしていなかった家族会議などを行いました(次ページ「体験したからやってみた!」)。(永易 日向)





体験したからやってみた！

戸棚の中にある食器の下に、耐震マットという固定するためのマットを敷くことにしました。食器が中でぶつかって割れることも減るし、棚からなだれてくることも減るので、一石二鳥です。それと、北部地震の時は倒れなかったのですが、いつも布団を敷いて寝ている所の前に、とても重い棚があったので、怖くなって大工さんに固定してもらうことにしました。

その他、防災バッグを家族分用意したり、家族で家族会議をして7つのことを決めたりしました。

7つの取り決め

(1) どのように連絡を取り合いますか？ (安否確認、書き置き、目印)

- ①携帯電話 ②となりの〇〇さんのところへ行く ③公民館へ行く

(2) 家がどのような状況であれば「一人で家から避難する」判断をすればいいですか？ (家が傾いている、家の中がぐちゃぐちゃ、ガスや煙の匂いがしたらなど)

- 家の中がぐちゃぐちゃ。近所で火事が起こっている。山崩れがしそうである。

(3) 家から一人で避難しなければならない時、どこを目的地にすればいいですか？



—公民館(近くの公園、避難場所(学校)など)

- (4)一人で避難しなければならない時の、戸締り、ガスの元栓しめ・ブレーカーを落とすなどはどうすればいいですか？(子どもでも可能か、しなくてもいいなど)

—しなくてもよい。

- (5)一人で避難しなければならない時、どのように家にいないこと、避難したことをお家の人に知らせたらいいですか？(貼り紙、書き置き、目印など ※但し、防犯の観点にもご留意の上、ご家庭にてお考えください)

—する必要がない。役場についたら記名をする。

- (6)避難までに余裕がある場合、どんな格好で、何を持って一人で避難すればいいですか？(服装、持ち出し袋、貴重品など※季節、天候による違いを考慮していただければありがたいです)

—動きやすい恰好。手袋。ヘルメットをかぶる。

- (7)その他、ご家庭の中での約束事・決めていること・大事にしていることなどはありますか？

—少しでも危険を感じた場合はとにかく行動すること。

これらのことを紙に書いて防災バッグに入れたり、それぞれ覚えておくことになりました。

(永易 日向)

取り決めたことが本当にできるか、一度実際に試しておくとういでしょう。予定していた行き先を変更する場合は、災害用伝言ダイヤル「171」に吹き込んでおこう(→83ページ参照)。(近藤 誠司)





食器棚に滑り止めを敷いてみた！

地震が起きる前にできる備えとして、家具の固定があります。私は自分の家の中でキッチンの地震対策に目をつけました。

食器棚

私がキッチンの横のテーブルでご飯を食べていた時、キッチンではお母さんが料理をしていました。その時、台所の後ろにある食器棚が目につきました。

家にある食器棚にはたくさんのスペースがあったので、たくさん皿を保管できて、便利でした。しかし、これまでの学習から起きた地震の被害を調べていくと、2018年に起きた大阪府北部地震の時は、棚から食器が落ちて破片が散乱して、危険な状態だったということを記事で見ました。

そんなことを考えていると、「もし今地震が起きて、このたくさんの食器が落ちてきたらどうしよう」と不安になってしまいました。もし、キッチンに居なかったら、あるいはいてもすぐに逃げたら怪我をしないかもしれませんが、キッチンに居て強い地震で身動きができなかったとすると、食器棚にはたくさんの皿が置いてあるし、ガラス製の物もあります。それらが落ちて破片が体や目に刺さったら大怪我になってしまいます。

別のところに保管するのか固定するのか

私は、最初、食器棚に入れている食器をもっと低いところに移すべきなのかと思いました。でも、一番皿が置きやすく、取りやすいのは今ある食器棚の場所なのです。なるべく変えたくはなかったので、何かこのままで対策ができないか考えました。手軽にできる対策を話し合った結果、「滑り止めシート」を敷くことにしました。



安全にするための工夫

私の家で今回敷いたシートは食器の下に敷くタイプです。食器を一度出してシートを敷いて、また食器を戻すだけで完了しました。とても簡単でした。

今回の対策をして、食器棚に滑り止めシートを敷いて滑りにくくなったとは思いますが、でも、それだけでは不十分だと思いました。食器棚自体が空いてしまって、重ねていたお皿が飛び出す危険性があるからです。

さまざまな危険が考えられるので、お母さんも皿を取った後はなるべくすぐにドアを閉めて、皿が倒れてこないようにしているそうです。滑り止めシートだけでは不十分だし、対策はいくらやっても十分ではないので、家族全員でもう一度話し合って、協力してもらったら怪我のリスクが少しでも減るんじゃないかと思いました。



(中西 莉愛)



物が倒れてこないように してみた！

備えるわけ

もし地震などの災害が起きた時に物が倒れてきたらどうしますか？

下敷きになって、もしかしたら窒息して死んでしまう。食器棚が倒れてきてお皿が割れ、そのお皿の破片などを踏んでしまったら怪我をしてしまう。血が出てきたら逃げる時に不便で逃げ遅れてしまい……と、一大事になってしまうことも想定できます。

そのために私の家ではいろいろな地震対策を行っています。

キッチン

食器棚が倒れてお皿が割れるのを防ぐために、キッチンの食器棚の、扉が開かないようにする地震対策グッズと、食器棚が倒れないようにする物もつけました。倒れないようにするものは私が一年生のころに起きた大阪北部地震の前からつけていました。その時に実際に活躍してくれ、その時に家にいた家族にも被害がありませんでした。



リビング

リビングでは地震が起きた時にテレビが倒れてこないようにテレビの後ろに紐をつけてテレビ台にくっつけ、テレビが倒れてこないようにしました。

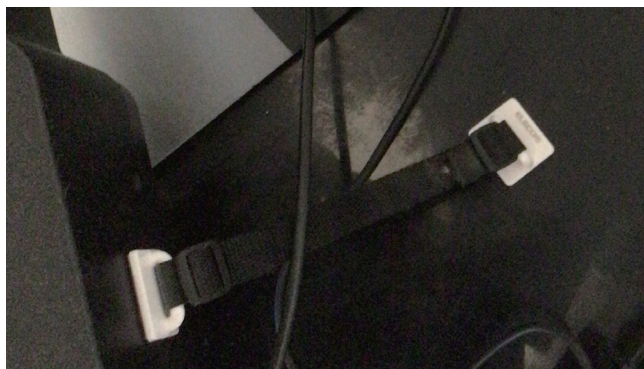
テレビは小さいからと油断をしていて、もしも頭などに倒れてきたら命

に関わります。

地震対策をすることで

私は他にも色々地震対策をしました。地震ではいろいろな被害があるかもしれないということを知っておいた方がいいと思いました。

地震対策をすることで1秒でも早く逃げられる可能性や、1人の命を救えるかもしれません。



(今村 心)

人を傷つけるのは、地震ではなく、地震の揺れで倒れる家や家具なのです。家具の固定はできるところから着実に取り組むことが重要です。
(菅 磨志保)





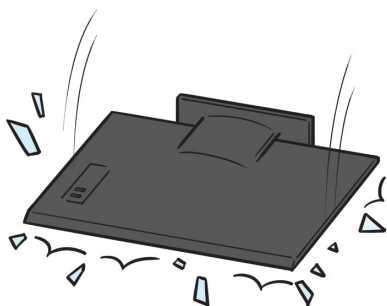
テレビ台とテレビをくっつけてみた！

危険だったテレビ

私が小学1年生の時に大阪府北部地震が起きました。当時は、家で地震対策など何もしていませんでした。なぜなら、物が倒れてくることはないだろうという考えが家族全員にあったからです。

地震が起きた時、家には1人で母がいました。母はいつも通り、家で家事をしていたところ、突然とても大きな揺れがして、テレビが倒れてきました。幸い倒れる直前に母がテレビを支えたため、何も壊れずに済みました。

今回総合的な学習の時間で地震のことについてたくさん学んだので、それを活かして今私たちに対策できることはなんだろうと考えた時に、テレビが倒れないようにするだけでも、少しですが、けがをしたりする危険をなくせると思いました。



テレビ台とテレビが離れないようにする

対策しようといっても、どうしたらいいのか最初はわかりませんでした。

家族で話し合っ、たくさんの案が出ました。例えば、

- ・テレビとテレビ台をねじで完全に止めてしまう。



・テレビとテレビ台を何かでくっつけてみる。

・ひもでつなげてみる。

などの意見が出ました。

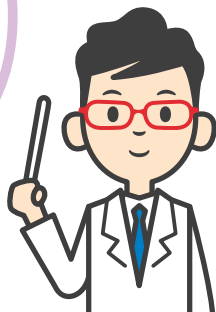
その中で誰でも簡単に対策できるのはなんだろうと考えてみました。すると、「転倒防止ジェル」というものを100円ショップで見つけました。

これは、メーカーの説明によれば、震度7くらいまで耐えられるものです。これなら貼るだけで、誰でも簡単に対策できます。



(河村 昊葉)

テレビモニターの転倒防止に役立つワイヤーやベルトなども販売されています。ただし実際には、大きなテレビモニターを完全に固定することは難しいため、寝室（特に枕元など）には置かないようにするなど、配置を工夫してみましょう。（近藤 誠司）



■著者 関西大学初等部 6 年生 (第11期生)

6 年担任 石井芳生・堀 力斗

■協力 関西大学社会安全学部

河田 恵昭 特別任命教授

●各章扉

小山 倫史 教授	第1章
中村 隆宏 教授	第2章
高野 一彦 教授	第3章
城下 英行 准教授	第4章
元吉 忠寛 教授	第5章
土田 昭司 教授	第6章

●吹き出しコメント

近藤 誠司 教授	p.15, p.21, p.29, p.41, p.69, p.95, p.131, p.147
菅 磨志保 准教授	p.19, p.23, p.35, p.52, p.87, p.111, p.133, p.155

■ Voice! 寄稿者

野口 澄さん*

山下 若菜さん* *協力：熊本市教育委員会

坂本 紫音さん

川本 柊さん

高槻市役所危機管理室のみなさん

坂本 真理さん

エベレストインターナショナルスクール・ジャパンの先生たち

関西大学社会安全学部 城下 英行 准教授

やってみた！いのちを守る64の防災活動

小学生の体験レポート+専門家のアドバイス

2024年2月3日 初版発行

著者 関西大学初等部6年生(第11期生)

発行者 横山駿也

発行所 株式会社さくら社

〒101-0051 東京都千代田区神田神保町2-20 ワカヤギビル5F

TEL : 03-6272-6715 / FAX : 03-6272-6716

<https://www.sakura-sha.jp> 郵便振替00170-2-361913

ブックデザイン 株式会社ウエイド

© 学校法人関西大学 関西大学初等部6年生(第11期生) 2024,
Printed in Japan

ISBN978-4-908983-72-6 C0037

*本書の無断複写・複製・転載を禁じます。