

# 非常持ち出しびくろの中に 入れるものをかんがえよう！

ここにカード  
をおいてね

ここにカード  
をおいてね

ここにカード  
をおいてね

ここにカード  
をおいてね

ここにカード  
をおいてね

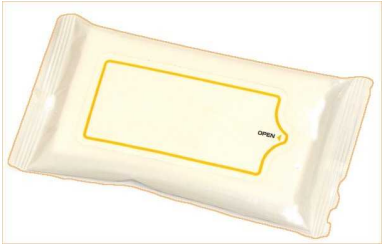
ここにカード  
をおいてね

ここにカード  
をおいてね

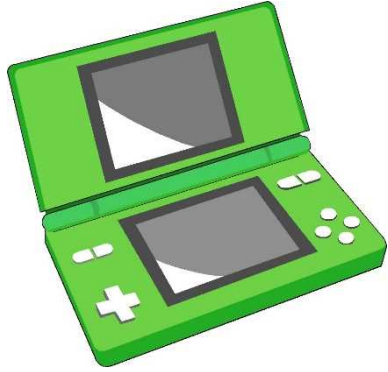
ここにカード  
をおいてね

ここにカード  
をおいてね





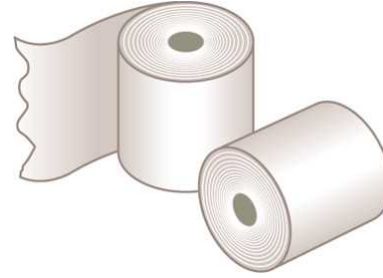
**ウェット  
ティッシュ**



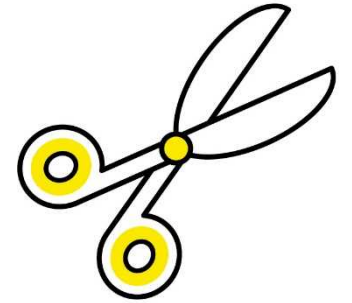
**ゲーム**



**チョコ  
レート**



**トイレッ  
ペーパー**



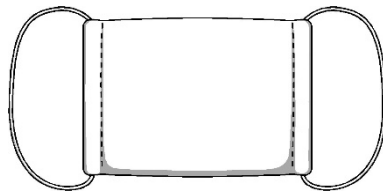
**はさみ**



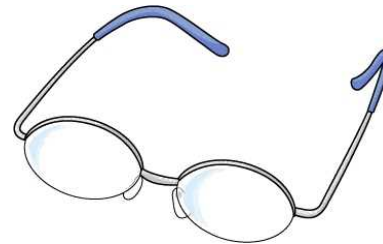
**ドリンク剤**



**ビニール袋**



**マスク**



**めがね**



**ゆびわ**



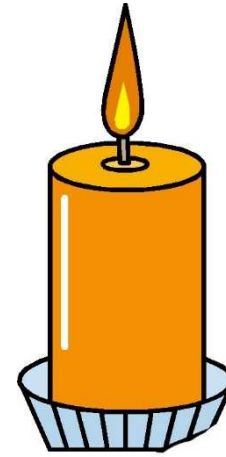
ライター



携帯ラジオ



ラップ



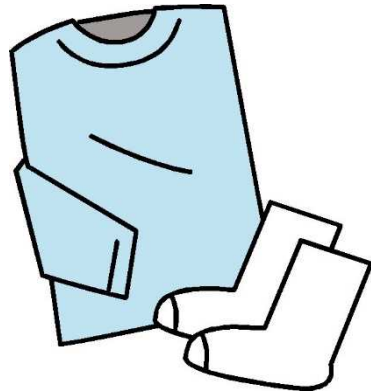
ろうそく



雨具  
(レインコート)



塩



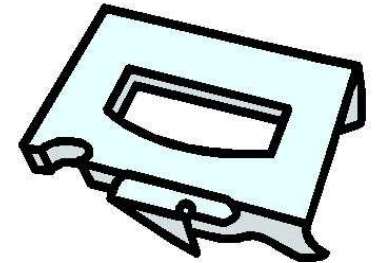
下着



化粧品



懐中電灯



缶切り



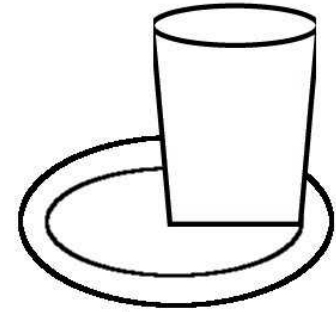
**かんづめ**



**救急セット**



**現金**



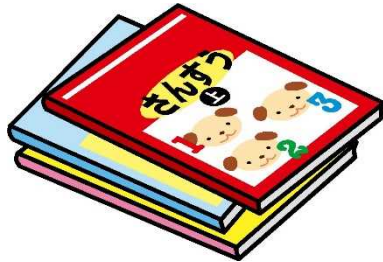
**紙皿・  
紙コップ**



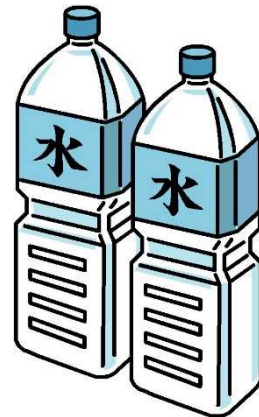
**家族の写真**



**手袋**



**宿題**



**水 2 L**



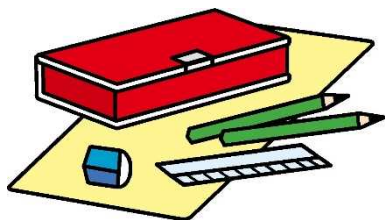
**電池**



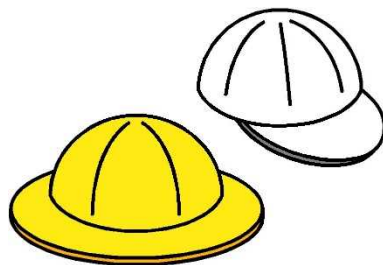
**通帳**



**非常食**



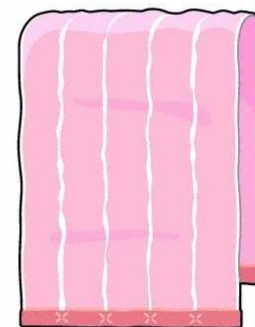
**文房具**



**帽子**



**薬**



**タオル**

# 「非常持ち出し袋の中身を考えよう」ワークシート

名前 ( )

選んだ持ち物に1番から順番に並べ、なぜそれを選んだか理由も書きましょう。

持ち出し袋に入れる品名と理由

番号	品名	理由
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		

# カードの解説

## ・タオル

包帯や三角巾の代わりに、何本かつないでロープの代わりに、また、座布団やシーツの代わりに、と様々なアレンジが可能です。

## ・雨具

雨の時に使うのはもちろんですが、レインコートは防寒具として使うこともできるのでたいへん役立ちます。

## ・ビニル袋

各家庭にさまざまな大きさのものがそろっているビニル袋。なかでも、災害時にとくに力を発揮するのが、容量45ℓ程度の大きな透明ビニル袋や、大小の厚手のビニル袋です。透明ビニル袋は、床付近のきれいな空気を入れて頭の上からすっぽりかぶると3～4分間は呼吸ができるので、火災の際の煙や爆発で生じた有害ガスを吸い込むことなく避難できます。ただし、視野を確保できるよう、透明なものにすることがポイントです。加えて専用品に比べると耐熱温度が低いので、火災などの際には注意が必要です。また、厚手のビニル袋はごみ袋にしたり、二つ重ねて給水時のバケツ代わりにしたり、万が一のトイレにもなります。

## ・懐中電灯

大きさ・軽さを重視したものを入れておくと便利です。片手で持ちやすく軽量で明るく照らすものがよいでしょう。手回しで充電し、電池が不要なものも販売されているのでそちらを買うとより便利です。

## ・ウェットティッシュ

手を洗いたいが出ないときにウェットティッシュなら解決します。無香料・無着色・ノンアルコールのものであれば、軽く体をふくこともでき、たいへん便利です。

## ・電池

懐中電灯や携帯ラジオなどのために必要になります。最近では電池の不要な懐中電灯や携帯ラジオも販売されているため必要のない場合もあります。

## ・チョコレート

ちょっとしたおやつが、ストレスを軽減する方法になります。しかもチョコレートは高カロリーで、おなかの足しにはなりにくくてもエネルギーの補給には向いています。

## ・マスク

地震などの災害の時には、倒れた建物などによりほこりが飛んでおり、ほこりを吸わないためにとっても役に立ちます。また、避難所での風邪や感染症対策としても使う事ができます。水害の後片付けなど、悪臭を伴う場所での作業時にも欠かせません。

## ・ビタミン剤

栄養バランスがくずれることがあるので、必要があれば使ってください。市販マルチビタミンよりも医薬品のほうが高価が高いと思われます。

## ・缶切り

缶詰を持っていても缶切りがないと缶詰を開けて食べる事ができません。缶詰と缶切りを一緒に入れておきましょう。最近の缶詰では缶切りの必要のないものも販売されているので、そちらの方を買っておけば缶切りは必要ありません。

## ・下着

汗をかいたり、雨のため下着が濡れると風邪をひいてしまいます。また、濡れたままだと気持ちも悪いので着替えの下着も少し入れておくとういでしょう。

- ・常備薬

持病のある人は常備薬を忘れないようにしましょう。

- ・帽子

3日間生き抜くためには必要ありません。しかし、真夏の時など熱中症にならないためには必要です。そのときの状況に合わせて用意しましょう。

- ・ゲーム

子どもは本人も気づかないうちにストレスをため込みます。ストレス解消という観点からなら必要となるかもしれません。

- ・筆記用具

3日間を生き残るためには必要ないでしょう。しかし、ボールペンとメモ用紙など簡単な道具を持っておくと便利かもしれません。

- ・宿題

災害時でも、平常時の状態を保ちたいという気持ちが自然と生まれ、持ち出す人もいるかもしれません。

- ・化粧品

女性にとっては必需品だという人もいますが、普通に化粧で使うだけでなく、惜しくもなくなった方のお別れのときの化粧に使うこともあります。

- ・手袋

災害時に作業する場合には、必要になります。また防寒具としても使えます。

- ・メガネ

メガネを使う人は、壊れたときのために予備のめがねを用意しておくとう便利です。

- ・通帳

災害で通帳を紛失した場合、再発行には必要書類への記入と本人証明が必要となります。届け出印がない場合はそれも新たに準備しなければなりません。しかも再発行には若干時間がかかります。

- ・ろうそく

値段が手頃であり、多くの種類が販売されています。しかし、初めから避難所に行く人にとってはあまり必要ありません。避難所はたいてい火気厳禁です。

- ・高価な指輪

これがないからといって生死につながるという事はありませんが、結婚指輪など気持ちの面で支えとなる大切な思い出の品の中には、必要だという人がいるかもしれません。

- ・ハサミ

ハサミだけでは使う機会はないです。今では、万能サバイバルナイフ（アウトドアナイフ）が販売されているので、そちらを買うとナイフ、缶切り、栓抜き、ドライバーなど必要となる機能をコンパクトにまとめているので、大変便利です。

- ・塩

汗をかいている時の塩分補給として役立ちますが、非常持ち出しの中に塩だけを入れておくことは必要ないでしょう。

- ・携帯ラジオ

災害時はどのような状況にあるか、どのくらいの災害だったかなど、避難場所情報などを調べるための情報収集源であります。

- ・缶詰

容器を直接火にかけず、お湯の中に入れて熱するだけでの簡単調理で、ご飯が炊けるものがあります。また、ご飯だけでなく多くの種類の缶詰が販売されており、何種類か別のものをもってると飽きることもないです。



#### ・水

人間の体の中の約60～70%は水分です。人間一人が1日に必要な水の量は2～2.5 ㍓と言われていいます。そのため、3日間生き抜こうとすればだいたい6 ㍓の水は持っておかないといけないことになりま

#### ・現金

災害時には携帯電話は不通になってしまいます。少しでも現金を所持していれば公衆電話を利用できるかもしれないし、被害の少ない店舗で食料や生活に必要なものを購入できると思われま

#### ・ラップ

阪神・淡路大震災で最も役に立ったと言われてい

#### ・非常食

“食”は生きるために必要不可欠なものです。不慣れな避難生活を強いられている中で“食”は数少ない安らぎであり、ストレスを軽減する手段でもあります。ちょっとした甘いものを用意したり、平常時の食事と近いものを用意したりするなどの工夫が災害時には役立ちま

#### ・家族の写真

もしも家族が離れ離れになった場合や、親戚の家に泊まっていた時に災害が発生した場合などに、避難所で家族の写真をもっていると捜索に役立ちま

#### ・紙コップと紙皿

料理を取り分ける場合に必要。紙製ならかさばらないし軽いので非常の際には持ちは持ち運びにも便利です。しかしこれだけでは使い捨てになってしまうので、ラップを一緒に持っておくとなお便利でしょう。

#### ・救急セット

けがをしたときのために、簡単に手当てできるものを保管しておきましょう。

#### ・スペシャルカード

今までのカードにはないもので生徒が必要と思ったものがあれば記入してもらいま

参考：『役立つ備えは人それぞれ！早分かり「防災」新常識』市民防災研究家玉木貴\_\_

# 非常持ち出し袋を考えよう 学習指導略案

指導者

1. 学年教科
2. 単元名
3. 目標
4. 評価
5. 指導計画

学習内容	留意点 (○) と評価 (●)