



楽しく学びながら、 災害への備えを意識する防災教室

三重県四日市市 県地区女性防災クローバー
代表 寺本 恭子



1 楽しくていいの？

地域での防災啓発活動を始めた頃、防災というとまだまだ男性が中心で活動するイメージがあり、女性リーダーが少ないという課題を講演会などで耳にしていました。そこで、女性の防災知識を深め、災害時に避難所運営などに関われる人を増やしたいと思い、気軽に学べる場として地区市民センターを会場に防災教室を開催しました。3回の開催を経て受講者の中から仲間を募り、「女性防災クローバー」という団体ことができました。災害時はまじめに取り組むのは当たり前、しかし、災害時の対応や事前の備えについて話し合う場は楽しい雰囲気こそ、問題を解決するアイデアがでてくるのではないかなと思うからです。



クローバーのキャラクター
『キュマちゃん』

2 自分たちが知りたいことを 教室のテーマに

「炊き出し訓練」をテーマにした時も、いろんな食材を持ち寄って、みんなで作った野菜スープの味は美味しいというところ

から、やられる役割としての炊き出しではなく協力することの楽しさを感じてもらおうと企画しました。最近の防災教室では「災害時のトイレ」をテーマに、簡易トイレを自宅トイレに見立て、携帯トイレの凝固剤の効果を目で確認し、新聞やおむつを使っても水分はどれくらい吸収されるのかを試しました。実施してみて感じる不便さや気づきを話し合いの場に出し合います。答えを提供する教室ではなく、参加者同士で話し合うことをきっかけに防災の備えを自分ごとにしてもらおうことを目指しています。



女性のための防災教室
「災害時のトイレ」

3 体で覚える 「防災体操あいうえお」

地区の子どもへの取り組みとして、オリジナルの防災体操を作成しました。「あたまを両手で守るのどんな時？ 地震の時！ いえから遊びに出ないのどんな時？ 雷の時！ うみから遠くへ逃げるのどんな時？ …」と、あいうえおの頭文字に災害を結び

付け、「僕の命は僕が守ろう…」などのメッセージとともに1分ほどの踊りにしました。ノリノリのリズムが小さい子にも覚えやすいようで、保育園での防災教室では、必ず実施しています。



保育園で「防災体操あいうえお」を
曲に合わせて実施中

4 新しいプログラムを地域に

昨年の地域の文化祭では、謎解き脱出ゲームと防災を組み合わせた「防災脱出ゲーム」が^{あがた}県 地区在住の大学生の全面協力のもと完成しました。「巨大地震が発生し、村の公民館へ避難してきた参加者が、助けが来るまでの3日間、謎を解きながら生き延びる」という主に中学生以上を対象とした内容で成功率20%の本格的なプログラムです。ゲーム終了後には、チームで協



「防災脱出ゲーム」
～終わらない避難所の危機からの脱出～

力することや情報の大切さが学べたとの感想がありました。脱出ゲームの性質上、答えを知った状態では本来の楽しさを味わうことができないため、参加できるのは1回に限られてしまいますが、若い世代への防災啓発として自信をもって実践できる内容です。

5 たくさんの協力者の支えを 力に無理をしない活動

楽しく学べる場を提供するために、四日市市が開催する防災大学を受講した際に学んだ防災教育のプログラムなども自分たちの活動に取り入れ、参加者にあわせてアレンジしたり、先に紹介した防災体操の作曲や防災脱出ゲーム、さらにオリジナルキャラクターのアイデア・人形の製作などにはメンバー以外の協力者が力を貸してくれました。私たちの活動は、そんな方たちのおかげでよりいっそう楽しみながら取り組むことができています。

現在7名のメンバーが、それぞれの仕事や家事の合間を縫って活動して10年になります。自分たちにできることを無理のない範囲で実践しつつ、まわりの力も借りて、災害への備えを意識する人を少しでも増やしたい。そんな願いをもって活動しています。



人形を使って家具からの救出方法を
伝えています