



# 幼児から大人までみんなが ～自分ごとにできる防災をめざして～



東京都 練馬区〈防災・安全〉教育推進協議会  
会長 鈴木 裕子

## 1 はじめに

「心のあかりを灯す会」は2002年にスタートし、自然災害の教訓を忘れないで伝え、命の大切さや思いやりの心を伝える活動をしています。メンバーは小学校PTAOB、避難拠点運営連絡会、防災カレッジ修了生、工学院大学生で構成されています。

練馬区区民防災課が事務局を担っていることもあり、活動は多岐にわたり広がっています。諸外国からの防災研修の方々へ紙芝居や防災食の紹介をした時には理解してもらえるのか不安でしたが、幼児から大人までの防災教育のツールとして評価していただきました。

## 2 手作り人形劇と紙芝居

保育園、幼稚園、小学校低学年、学童クラブ、児童館では手作りの人形劇・紙芝居を使い、小さな子どもにもわかりやすく防災教育をしています。

はじめに阪神淡路大震災の写真パネルを使い被害の様子を見てもらい、自分自身にも起こる可能性があることを理解してもらいます。ほとんどの子どもたちは写真を見た瞬間「え～!」「うわ～!」という声をあげて驚きます。

次に「地震はどうして起こるの?」「どうして日本で地震が多いの?」とい



手作りの地球を使って説明



煙から逃げる訓練をする子どもたち

う質問に手作りの地球を使ってわかりやすく説明しています。

人形劇の中では自分の命を守る方法、頭を守ることの大切さ、火災の時に煙から逃げる方法、周りに誰もいない時には「助けて～!」と大きな声で助けを求めることなどを人形と一緒に練習しています。その場で体で覚えることが大切です。

小学校高学年、中学校、高校、大人の団体には被災体験談をお話ししています。会には私のほかに阪神淡路大震災の体験者が3人います。

## 3 「灯そう!心のあかり」

毎年1月には自然災害を忘れないで語り継いでいくために、区民対象に防災イベント「灯そう!心のあかり」を開催しています。

区との協働により他団体の協力も得やすく、区内大学生による東日本大震災での活動報告や工学院大学との連携による「地震ざぶとん」の体験もできました。

開催場所の近くの小学校に呼びかけて朗読をしてくれる児童を募集し、被災体験作

文の朗読をしてもらいますが毎年とても感動します。防災人形劇は毎年テーマを決めて新しい台本を作り練習しています。そのほか防災クイズや工夫を凝らした展示を通し、参加者とコミュニケーションをとり防災意識の向上を目指しています。

#### 4 「食と防災」の冊子を使った訓練

平成25年練馬区協働事業として「今から始めよう！災害時の備え 食と防災」の冊子を作成しました。

全ての人に一番身近な「食」を通して防災を学んでもらえる冊子です。災害時にすべてのライフラインがストップしても、自宅で健康な食生活を送るためのアイデアがいっぱいつまっています。

練馬区内の集会室で、親子・大人対象に講座を開き、自分自身が被災したと仮定してカセットガスコンロでポリ袋を使って、ご飯とおかずとデザートを作り試食します。ほとんどの方はポリ袋で簡単においしい温かいご飯とおかずができることに驚きます。幼児もポリ袋の中に卵を入れて外からもんで、牛乳と砂糖も入れて混ぜた袋がおいしいプリンになり、親子で楽しくできます。

今までにない防災訓練のためとても好評です。中学校の家庭科の教師の方からは、日常でも生かせる防災力という観点で評価され、学校でもやってみたいという声をい



被災体験談を朗読する様子

ただきました。

残念ながらコロナ禍では飲食を伴う訓練ができないため、可能になる日を待ち望んでいます。



食と防災



「食と防災」を使って講習

#### 5 これから

私たちが大切にしていることは“伝え続けること”です。自然災害はすぐに忘れられていきます。命を守るために過去の災害から学ぶことがたくさんあるにもかかわらず、伝え続けようとする強い意志をもつ仲間がいなければ継続できません。

幸いにも「心のあかりを灯す会」には互いに支え合う仲間がいて、練馬区との長年にわたる協働という大きな助けがあります。これからも楽しく続けていきたいと思えます。