

「自らの命を守る」
ことのできる人を育むために

未就学児のための

防災訓練 の 手引き

慶應義塾大学 SFC
大木聖子 研究室
(防災社会デザイン研究会)

目次 CONTENTS

1. はじめに

本書作成の背景

2. 課題解決のコンセプト

幼保施設向け教材のデザイン

3. 防災教育のコンテンツ

① 命を守る3つのポーズ

② 教材紹介

③ 事例紹介

➤ 余震を伝える防災訓練

➤ 火事の対応を伝える防災訓練

➤ 非常用持ち出し袋を伝える防災訓練

1. はじめに

本書作成の背景

年齢を問わず、自分の命は自分で守れるように

東日本大震災以降、防災教育の重要性が見直され、義務教育過程ではさまざまな教材が開発されています。一方で、未就学児を対象とした教材開発や人材育成については、依然として整備が進んでいません。「取り組んでいないわけではない。でも、今やっている訓練が発災時に本当に役に立つのか不安…」そのようにお感じではないでしょうか。

『東日本大震災における学校等の対応に関する調査研究報告書』（平成24年3月・文部科学省）に、**「貴校(園)では、日常的に防災について校内で検討・協議する機会(地域学校安全委員会、防災委員会など)はありましたか」**という調査項目があります。調査対象となった岩手・宮城・福島県の学校種別の回答をみると、特別支援学校が最も高く95.1%、次いで高等学校の75.3%、小学校68.9%、中学校53.0%、**幼稚園は46.6%**でした。防災意識の高かった東北3県ですら、**半分以上の幼稚園が防災についての検討を十分にできる環境になかったのです。**

たしかに未就学児は、災害を一人で生き抜くことが難しい発達段階にあります。一方で幼稚園や保育園・こども園などは、小中学校と比べるとカリキュラム編成の柔軟性が高く、防災教育に取り組みやすいというメリットもあります。また、子供が小さいので保護者の防災意識が高く、一緒に考えていくこともできます。つまり、**未就学児の防災教育は、子供たちと親たちの防災力を高め、ひいては日本全体の防災力の底上げに繋がるのです。**

この手引きが、子供たちを安心して預けられるような環境や、関係者全員が命を守ることでできる防災教育の構築の一助になればと願っています。ご質問、ご相談等ございましたら、下記QRコードからご連絡ください。小さくて尊い命を守るために、共に考え、取り組んでまいりましょう。

2020年8月 慶應義塾大学環境情報学部
准教授 大木聖子



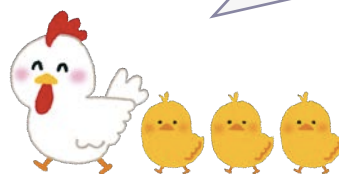
《2. 課題解決のコンセプト》 幼保施設向け教材のデザイン

幼児防災の課題を「楽しく^{あそ}学びながら解決する」

2019度から東京都港区の保育園と協働して、年間を通した防災教育の実践を行っています。この手引きでは、そこで効果が見られた訓練内容をご紹介します。なお、これからご紹介する教材は全て大木研究室公式HPからダウンロードすることができます。是非ご利用ください。



ダウンロードは下の
QRコードからどうぞ！



防災教育は、対象の発達段階によって、そのコミュニケーションのあり方をデザインする必要があります。適切な教材の作成には現場を知り尽くす先生方の知見が不可欠です。以降のページでご紹介する訓練は、子供たちに応じて自由にアレンジしてご使用ください。

次のページからコンテンツをご紹介します！

《3. 防災教育コンテンツ》

① 命を守る3つのポーズ

ここではp9以降で使用する防災訓練の用語，教材をご紹介します。

命を守る3つのポーズ

地震は前触れなくやってきます。地震が発生した瞬間に、保育者が全幼児を同時に守ることは不可能です。そもそも、強い揺れの最中に言葉を発することも難しいため行動を指示することすら困難です。したがって幼保施設においては、「命を守る3つのポーズ」を定着させ、反射的にこれらのポーズが取れるようになることが重要です。



ダンゴムシのポーズ

(地震：机がない時)

大きな危険にお尻を向け、ひじとひざ、足の甲を床につけます。手で水をすくう形にして、頭を守ります。

※耐震性のある建物内にいること、および、背の高い棚や重いものが上から落ちてこない環境にあることを前提としています。



サルのポーズ

(地震：机がある時)

机にもぐって頭を守り、両ひざを床につけ、机の脚の上の方を持ちます。脚が4本あれば、斜めに持ちます。

命を守る 3つのポーズ



アライグマのポーズ(火事の時)

姿勢を低くして、ハンカチもしくは服で、口と鼻をおさえます。

《3. 防災教育コンテンツ》

② 教材紹介

ここではp9以降で使用する防災訓練の用語，教材をご紹介します。

前のページで説明した「3つのポーズ」を，身体を使って楽しく覚えるためのオリジナルミュージックと，それに合わせたダンスです。これまで，小学校低学年や幼児を対象に実施してきました。

ダンスで学ぶ「あるこう」「さるさるサンバ」

「あるこう」



メロディーが停止して木琴音になるところで，保育者が言ったポーズを取るという簡単なダンスです。机や椅子をまばらに配置して，そのまわりをみんなで行進し，木琴音のところでは正しいポーズを取る（机や椅子が近くにあればサルのポーズ，何もなければだんごむしのポーズ）という，椅子とりゲームのような応用版にもアレンジできます。

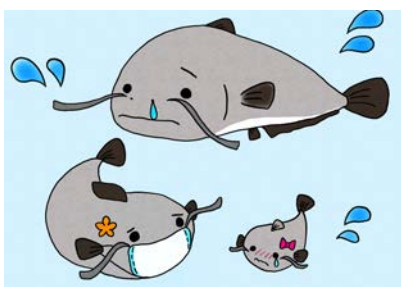
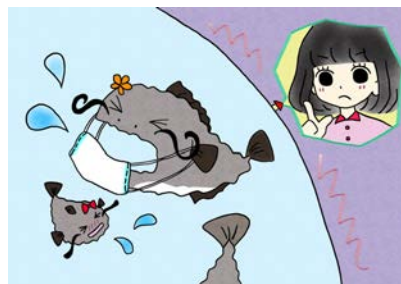
「さるさるサンバ」

同じ動きの繰り返しで，振り付け自体は簡単です。歌詞の中に3つのポーズが出てくるので，そこで指定するポーズを取れば正解です。音楽は徐々に早くなっていくので，言われたポーズを反射的にできるようになる練習になります。最後はものすごく早くて難しい分，子供たちは大喜びで取り組みます。終わった後，「全部できた人！」と問いかけると白熱します。



「余震」の紙芝居

(全7ページ、以下はその一部)



解説

避難訓練に余震を導入していますか？余震を伴わない大地震は世界にひとつも存在しません。そこで、「大地震のあとには何度も地震が起こるもの」と子供達に周知できるような紙芝居教材を用意しました。

物語の中では、地球内部で暮らすナマズの家族が風邪を引き、何度もくしゃみをすることで、大きな揺れ(お父さんナマズのくしゃみ)、小さな揺れ(お母さんナマズと子供ナマズのくしゃみ)が繰り返し起こると説明します。

【訓練への応用：太鼓や緊急地震速報の報知音での練習】

「太鼓が鳴ったら地震。ダンゴムシのポーズ」というゲームを繰り返します。太鼓を長く叩いて音（地震）を継続させたり，強弱をつけたりすることができます。慣れてきたら緊急地震速報の報知音を使用しましょう。非常階段など，教室以外の場所で流すのも効果的です。

「火事」の紙芝居

(全10ページ、以下はその一部)



解説

火災への対応で重要なのは、誘導灯を見つけて避難することです。この紙芝居では、「誘導灯のある場所に向かう」「姿勢を低くし鼻と口を覆う」の2つを伝えます。物語の中では、避難口誘導灯を「ゆうどうくん」と名付け、ヒーローのように登場させています。

紙芝居の後に、子供達と一緒に施設内の誘導灯を探しましょう。ひとつの施設の中に「ゆうどうくん」が何人もいることがわかります。

※ 「ゆうどうくん」は東京消防庁防災館での消火体験コーナーにて、子供向けの動画コンテンツからヒントを得て作成し、許可を頂戴して公開しました。

ここではp11以降で紹介した「非常用持ち出し袋の準備」，
「じゃがりこポテトサラダの作り方」をご紹介します。

◎非常用持ち出し袋の準備

以下は，「子ども用非常用持ち出し袋」の一例です。是非ご活用ください。

【日常生活編①】

- ・グローブ（軍手）
- ・ウエットティッシュ
- ・マスク/アルコール/
体温計
- ・LEDヘッドライト
- ・携帯ラジオ
- ・歯磨きシート
- ・レインコート/防寒着

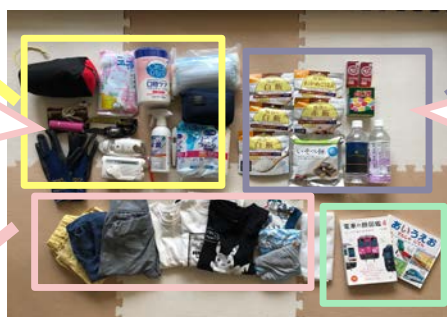


【食事編】

- ・お水（500ml×2）
- ・食料
（一食分×5パック）
- ・お餅
- ・飴
- ・えいようかん



コロナ禍での避難生活では
特に衛生面の注意が必要です。
ウエットティッシュ・石鹸・
除菌スプレー・アルコール
ジェルなどを多めに用意しま
しょう。



お水があれば食べられる
アルファ米を常備すること
で、ライフラインが停止し
た際にも、ご飯を用意する
ことができます。



【日常生活編②】

- ・季節に応じた
着替え

衣替えの時期に合
わせ、非常用持ち
出し袋内の着替え
も取り替えること
をおすすめします。



【その他】

- ・好きなもの

日常と異なる生活は
ストレスが溜まりま
す。気分を和らげる
ために、お子様の好
きなものをリュック
に入れておきましょ
う。

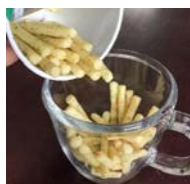
◎じゃがりこポテトサラダの作り方

1. じゃがりこをお湯が入れられる容器に移す。
2. お湯を容器の半分程度入れる。
3. 容器に蓋をして3分待つ。
4. スプーンでじゃがりこを潰す。
5. お皿に盛りつけ、完成！

（潰す時にマヨネーズを入れるとより美味しくなります。）

【用意するもの】

- ・じゃがりこ：1箱
- ・お湯：適量
- ・じゃがりこを入れる容器
- ・スプーン
- ・マヨネーズ（お好みで）



《事例紹介：参考事例1》 余震を伝える防災訓練

(実践：クランテテ三田)

➤対象：2歳～6歳

➤必要な道具：余震の紙芝居，太鼓，緊急地震速報の報知音

➤所要時間：30分

0:00

《命を守る3つのポーズ》

3つのポーズを説明する。(p.5参照)

《太鼓のゲーム》

p.7【訓練への応用】

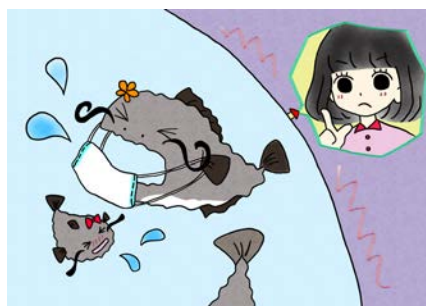
子供達から見えないところで、太鼓を鳴らして余震に見立てる。「一番早くできるのは誰かな？」など、ゲームとして行う。



《参考：太鼓のゲーム》

《余震の紙芝居》

何度も太鼓を叩いた理由の説明として、《余震の紙芝居》を読む。(p.7参照)
この紙芝居から、「地震は何度も起こること」、「音が鳴ったらダンゴムシのポーズを取ること」を伝える。



《参考：余震の紙芝居》

《報知音のゲーム》

太鼓の音を緊急地震速報の報知音に変更し、同じようにゲームを行う。クランテテでは、初めは泣き出す子供もいたが、月一回の訓練の結果、数回後には、2歳から6歳までの子供が、報知音を聞くだけで瞬時にポーズが取れるようになった。

0:30

防災辞典

大地震が発生した場合、余震は必ず起こります。繰り返す揺れは大人でも怖いものですが、だからこそ、現実には絶対にありえない一回で終わる地震ではなく、「何度も来るもの」という前提で訓練を行いましょう。

《事例紹介：参考事例2》 火事の対応を伝える防災訓練

(実践：クランテテ三田)

➤対象：2歳～6歳

➤必要な道具：火事の紙芝居，さるさるサンバの音源

➤所要時間：30分

0:00

《さるさるサンバ》

前述のダンスを踊る。(p.6 参照)
回を重ねるたびに上達するため、
2～3回行くと効果的。

《火事の紙芝居》

オリジナルの紙芝居(p.8参照)を用い、火事の時は、アライグマのポーズをとりながら、誘導灯の方へ移動することを伝える。物語の中では、避難口誘導灯を「ゆうどうくん」と名付け、上記2つの行動を説明している。



《参考：火災の紙芝居》

《誘導灯探し》

紙芝居の内容を踏まえ、子供達に「建物の中にいるゆうどうくんを探してみよう!」と伝える。探す過程で、一つの建物内にいくつものゆうどうくんがいることを説明する。クランテテではこの訓練の後、子供達が日常的にゆうどうくんを探す様子が見られた。



《参考：誘導灯探し》

0:30

防災辞典

発災時、泣きわめく子供をなだめながら正しい防災行動を提示するのは至難の技です。一方で火事の時は、素早い避難が求められます。この訓練では、「誘導灯のある場所に向かう」「姿勢を低くし鼻と口を覆う」の2つを伝え、子供達の自発的な行動を促します。

《事例紹介：参考事例3》 非常用持ち出し袋を伝える防災訓練

(実践：クランテテ三田)

- 対象：2歳～6歳
- 必要な道具：非常用持ち出し袋(防災リュック)
- 所要時間：30分

0:00

《3つのポーズ・ゆうどうくん確認》

以前の訓練内容を確認する。

《リュックの中身当てゲーム》

「家から避難しなければならない時、非常用持ち出し袋があると安心」と説明し、防災リュックを見せる。中身を1つ1つ出しながら確認し、全て出し終わったら毛布などで隠す。「中に何が入っていたか当ててみよう!」というゲームを行う。

《アルファ米実践》

アルファ米1袋をお皿に出し、パラパラなお米であることを確認してもらう。その後、残りの一袋にお湯を入れ、15分程放置。完成したお米と見比べてもらう。

※アルファ米を戻すのに時間がかかるため、リュックの一番上に入れておき、冒頭でお湯を入れると良い。

《じゃがりこポテトサラダ実践》

お菓子でもおかずを作れると説明する。作り方は後述。



《参考：リュックの説明資料》



《参考：リュックの中身当てゲーム》

0:30

防災辞典

この訓練の目的は、「保護者に備蓄について考えてもらうこと」です。家に帰って子供が訓練について話す、もしくは、訓練の後におたよりを発行し、備蓄の重要性を伝えることで、アプローチします。子供たちには、例え訓練の詳細が理解できなくても、楽しかった思い出を持ち帰ってもらうことが大切です。

協力
株式会社GIビレッジ クランテテ三田
愛媛県愛南町立あいなん幼稚園