

# ②⑧防災ウォークラリー

対象

小学  
(高学年)

中学

高校

一般

- 創造的思考力・行動力
- ◎しなやかな力
- ◎コミュニケーション力
- 自己肯定感

クリチャレ効果



宮戸島の自然も  
一緒に楽しんで!



ねらい	ウォークラリーを通して、防災意識の向上を図る。
内容	チェックポイントの課題を仲間と協力しながら解答する。
主な手順	<ol style="list-style-type: none"> <li>① 防災ウォークラリーコースの確認とルール説明を聞く。</li> <li>② 1グループ3分おきくらいに出発する。地図を見て各チェックポイントをまわる</li> <li>③ 全グループゴール後に解答と解説を聞き、防災についての振り返りをする。</li> <li>④ 観光ボランティアの方から震災時の体験談を聞く。(希望団体のみ：有料)</li> </ol>

対応人数

適宜

(1G=4~5人が適)

支援体制

職員の説明可

所要時間

2~3時間程度

費用

なし

活動場所

ウォークラリーコース

準備物

時計、タオル、筆記用具、飲料など

留意点

- ・チェックポイントに団体引率者の配置をお願いします。(最低4名)
- ・次ページの「防災ウォークラリー地図」を参照してください。
- ・事故に気を付ける。



マナビの視点・教育課程との関連例

- ・小・中・高 総合「災害について知る」「自分の身は自分で守る」
- ・中学校 保健体育「傷害の防止」

# 防災ウォークラリー

各チェックポイント(CP)には、その場所にちなんだ防災にかんする問題があります。宮戸島のきれいな景色を楽しみつつ、防災について学びましょう。CPを回る順番は自由です。グループで話し合って決めましょう。スタート・ゴールは団体の責任者に確認してください。





# ②9 簡易シェルター設営

対象

小学  
(高学年)

中学

高校

一般

◎創造的思考力・行動力

◎しなやかな力

◎コミュニケーション力

○自己肯定感

クリテチャレ効果



出前  
OK



ねらい	身近にある物を活用し、災害時や実生活に役立つ生活スキルを身に付ける。
内容	ロープやブルーシートなどを使ったパーテーション作りや段ボールを使った間仕切り作りなど、設営体験を通して避難所の在り方を考える。
主な手順	<ol style="list-style-type: none"> <li>① 活動のねらいや約束事を確認し、活用例と結び方を説明する。</li> <li>② 互いに教え合ったりしながら、結び方を練習する。</li> <li>③ 習った結びかたを生かして、簡易テントやパーテーションを作る。</li> <li>④ 身に付けた知識・技能をどんな場面で活用できるか考える。</li> </ol>

対応人数

80人程度まで

支援体制

職員の説明可

所要時間

1～2時間程度

費用

無料

活動場所

テントサイト、体育館

準備物

特になし

留意点

なし



マナビの視点・教育課程との関連例

・小・中・高 総合「助け合い共に生きる」

## ③0 救助運搬体験

- 創造的思考力・行動力
- しなやかな力
- ◎コミュニケーション力
- 自己肯定感

クリチャレ効果

対象

小学  
(高学年)

中学

高校

一般



出前  
OK



ねらい	身近にある物を活用し、災害時や実生活に役立つ救助・運搬スキルを身に付ける。
内容	緊急時に人を移送する方法を学ぶ。一人で運ぶ方法から仲間と協力して簡易担架作りの方法までを学び、救助・運搬の疑似体験を行うことができる。
主な手順	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 救助の場面を想定させ、救助の手順と運搬方法についての説明をする。</li> <li>② 一人で運ぶ方法や身近にあるものを活用し、安全に運搬する体験を行う。</li> <li>③ 簡易担架を使い、仲間と協力して安全に運搬する体験を行う。</li> <li>④ 身に付けた知識・技能をどんな場面で活用できるか考える。</li> </ul>

対応人数

100人程度まで

支援体制

職員の説明可

所要時間

1時間程度

費用

無料

活動場所

コテージ、体育館

準備物

タオルやハンカチ

留意点

運搬時の安全面に配慮する。



マナビの視点・教育課程との関連例

・中学校 保健体育「傷害の防止」

# ③1 防災クッキング

- 創造的思考力・行動力
- ◎しなやかな力
- コミュニケーション力
- 自己肯定感

クリチャレ効果

対象

小学  
(高学年)

中学

高校

一般



出前  
OK



ねらい	災害時に役立つクッキングスキルを身に付ける。
内容	非常時を設定して身の回りのものを使った省エネ調理（例：ポリ袋 DE ご飯）を体験する。実生活にも活用できるプログラム内容である。
主な手順	<ol style="list-style-type: none"> <li>① ライフラインが止まった状態を想定させ、災害時の備えについて考えさせる。</li> <li>② ポリ袋クッキング等の省エネクッキングの手順と注意点の説明を聞く。</li> <li>③ グループで協力して調理する。</li> <li>④ 気を付けなければならないことを考えさせ、振り返りをする。</li> </ol>

対応人数

80人程度まで

支援体制

職員の説明可

所要時間

2時間程度

費用

- ・ 野外炊飯棟使用料 有料
- ・ 食材費

活動場所

野外炊飯棟

準備物

食材、軍手、タオル、消耗品、ガスカートリッジ

留意点

- ・ やけどに気を付ける。
- ・ メニューはお問合せください。（白飯、カレー、主菜、副菜等）



マナビの視点・教育課程との関連例

- ・ 小学校5・6年家庭科「1食の献立・栄養バランスの工夫」
- ・ 高校フードデザイン実習「イ 食品の選択と調理」

# ③②ロープワーク

対象

小学  
(高学年)

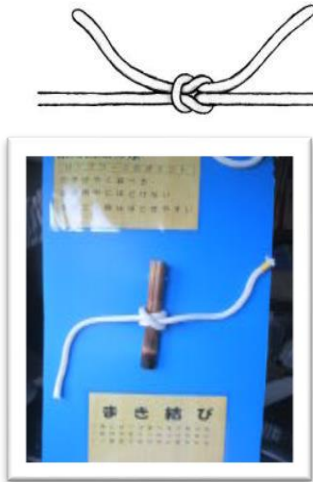
中学

高校

一般

- 創造的思考力・行動力
- しなやかな力
- ◎コミュニケーション力
- 自己肯定感

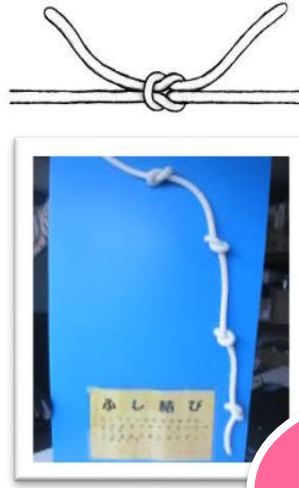
クリテシャル効果



まき結び



もやい結び



ふし結び



じざい結び

出前  
OK



ねらい	災害時や実生活に役立つロープワークスキルを身に付ける。
内容	基本の結び方「本結び」をはじめ、「もやい結び」や「じざい結び」など、基礎的な結び方を学ぶことができる。
主な手順	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 活動のねらいや約束事を確認し、活用例と結び方を説明する。</li> <li>② 互いに教え合ったりしながら、結び方を練習する。</li> <li>③ グループで協力し、難易度の高い結び方やチャレンジする。</li> <li>④ 身に付けた知識・技能をどんな場面で活用できるか考える。</li> </ul>

対応人数

150人程度まで

支援体制

職員の説明可

所要時間

1～2時間程度

費用

無料

活動場所

コテージ、体育館

準備物

特になし

留意点

なし



マナビの視点・教育課程との関連例

・小・中・高 総合「助け合い共に生きる」



# ③③ 非常時の日用品活用

- 創造的思考力・行動力
- しなやかな力
- コミュニケーション力
- ◎自己肯定感

クリテチャレ効果

対象



新聞紙スリッパ作り



ゴミ袋カップ



レジ袋を活用した照明



ねらい	身近にある日用品を活用し、災害時や実生活に役立つ知識を身に付ける。
内容	新聞紙スリッパやブルーシート寝袋、キッチンペーパーマスクや牛乳パックまな板など、身近にあるものを使って緊急時に役立つ物を作ります。
主な手順	<ol style="list-style-type: none"> <li>① 災害時や緊急時に必要なものを想像させる。</li> <li>② 簡易的に作成できるものを紹介し、作り方の説明をする。</li> <li>③ 実際に作成し、活用方法を考えさせる。</li> <li>④ 災害時にはどんなものが必要なのかを考えさせ、防災の知識を深める。</li> </ol>

対応人数

100人程度まで

支援体制

職員の説明可

所要時間

1時間程度

費用

無料

活動場所

コテージ、研修室、  
体育館等

準備物

懐中電灯、レジ袋、ペットボトル  
新聞紙、キッチンペーパー、輪ゴム、  
段ボールなど

留意点

内容についてはご相談ください。



マナビの視点・教育課程との関連例

- ・小・中・高 総合「公の支援と備え」
- ・中学校 技術家庭科「住生活」

# ③4 マイ箸づくり

対象

小学  
(高学年)

中学

高校

一般

- 創造的思考力・行動力
- しなやかな力
- コミュニケーション力
- ◎自己肯定感

クリテチャレ効果



出前  
OK



ねらい	身近な材料を加工し、災害時や実生活に役立つ生活スキルを身に付ける。
内容	短冊型の竹を小刀で削り、オリジナルの竹箸をつくる。個人でじっくりと課題に取り組むことができるプログラム。
主な手順	<ol style="list-style-type: none"> <li>① 材料を配布し、作業手順と約束事を確認する。</li> <li>② ナイフを使い。箸の形に荒削りする。</li> <li>③ 長さを調節し、使いやすい長さに切る。</li> <li>④ 紙やすりで表面をなめらかにする。</li> </ol>

対応人数

100人程度まで

支援体制

職員の説明可

所要時間

2時間程度

費用

無料

活動場所

屋内、屋外 OK

準備物

軍手、紙やすり（中目～細目程度）

留意点

小形ナイフを使うので、ケガをしないように気をつける。



マナビの視点・教育課程との関連例

- ・小学校 図画工作
- ・中学校 技術家庭「材料の加工と技術」



# ③5 空き缶ランタン

対象

小学  
(全学年)

中学

高校

一般

- 創造的思考力・行動力
- しなやかな力
- コミュニケーション力
- ◎自己肯定感

クリテチャレ効果



出前  
OK



ねらい	灯りがもたらす役割・効果に気づく。
内容	缶の表面に原画を張り付け、鉛筆画鋏を使って加工する。個人でじっくりと課題に取り組むことができるプログラム。
主な手順	<ol style="list-style-type: none"> <li>① あらかじめ用意した原画を張り付ける。</li> <li>② 鉛筆画鋏を使い、下絵に沿って穴を開けていく。</li> <li>③ 缶底のねじにロウソクを取り付ける。力加減に注意する。</li> <li>④ 飲み口に開いている小さな穴に取手をつける。その後部屋を暗くして点灯する。</li> </ol>

対応人数

100人程度まで

支援体制

所員が作り方を説明可

所要時間

2時間程度

費用

有料

活動場所

コテージ、研修室

準備物

375mL 缶：原画（横21cm×縦10cm）、  
空き缶（ボトルキャップでラベルが  
はがせるもの）

留意点

- ・空き缶は洗って、ラベルをはがしておいてください。（当日、所の物と交換）
- ・点灯後の缶は熱くなっているのやけどに注意しましょう。



マナビの視点・教育課程との関連例

- ・中学校 技術家庭「材料の加工と技術」