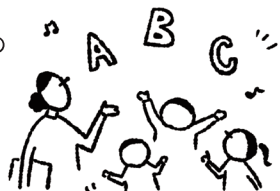


ジシン本 体験ワーク 人気5選

災害に備えたいけど何からはじめれば??

そんな防災初心者の方にもわかりやすく、はじめやすい体験ワークをご用意しています。まずは定番の人気5選をご紹介します！

QRコードから体験ワークの様子を動画で見られます。



災害時トイレが使えないって本当?! どうしよう...

災害時の トイレ対策



停電で水が出なくなったり、下水が詰まってトイレなどの水が流せなくなることも。簡易トイレなど代替手段と、排泄物を保管するためのポリ袋などを準備しておこう。

体験ワークの内容 消臭凝固剤や新聞紙、ねこ砂などを実際を使ってミニ防災トイレをつくってみます。



無理なくできる防災食の備えが知りたい!

防災食の すすめ



温かくておいしいものが食べられないと、体力はもちろん、気力も落ちてしまいます。缶詰やレトルトなどの保存食を日常的に買い置くローリングストックがオススメです。

体験ワークの内容 ワークでは、防災食の試食や耐熱ポリ袋を使った湯せん調理を体験します。



親子で考えるきっかけに

防災絵本 読み聞かせ



災害はいつも突然に。親と一緒にでないときに子どもが災害にあったら...。地震時の身の守り方や家族の集合場所・連絡方法を普段から確認しておこう。

体験ワークの内容 防災絵本を読み聞かせる中で、日頃の備えや災害時の身の守り方を学びます。



地震で家具が倒れそうな場所はありませんか?

住まいの 安全点検



建物が倒壊・損壊しなくても、家具転倒によるけがや閉じ込めの危険性があります。扉やベッドに家具が倒れないように配置したり、戸棚の中のものがガラスを割って飛び出したりしないように危険を減らす対策をしよう。

体験ワークの内容 耐震マットの効果を体感します。



日常にも役立つ防災グッズをつくってみよう

防災グッズ づくり



買い物や乗り物、エレベーターの中など、災害はいつ起こるかわかりません。携帯電話の予備電源や雨具・防寒具などを荷物に入れて外出時も災害に備えておこう。

体験ワークの内容 防災用品を携帯でき、非常時はロープとして使えるパラコードキーホルダーをつくります。



ほかにもいろいろな体験ワークをご用意しています!



⑥ 災害をイメージする

被害想定動画視聴や被災体験談から学ぶ



⑦ 地図からみる防災

北区の地形を把握し、ハザードマップを読み解こう



⑧ 防災クイズ

ジシン本博士になろう
クイズで学ぶ北区の防災



⑨ 7日を生き抜く備蓄

家族に必要な備蓄量や備蓄方法を知ろう



⑩ 非常持出袋紹介

乳幼児連れママ、子ども用、大人用など具体例をご紹介します



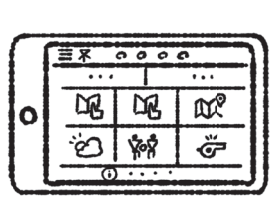
⑪ 防災アイデア・グッズ紹介

身近なものの活用法や最新グッズなどをご紹介します



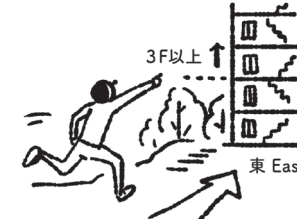
⑫ WEB171体験

体験利用日(毎月1・15日)に実際に使ってみよう



⑬ 災害時のスマホ活用

安否確認方法や防災アプリをご紹介します



⑭ 水害をイメージする

北区で水害が起こったら? 対策を学ぼう



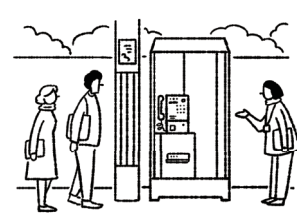
⑮ 台風に備える

直前でも間に合う?! 我が家の台風対策を考えよう



⑯ 災害時のストレスケア

軽い体操やストレッチなどで避難生活を乗り切ろう



⑰ まちあるき

防災の目線でまちを一緒に歩いてみよう