



特集
テーマ

ぼうさいGO!いのちを守る

平成28年9月20日発行(昭和51年12月1日発行)

いま災害が起きたら...

災害は、いつ、どこで起きるかわかりません。
私たちにできることを考えてみましょう。

自分の命は自分で守る!
まずは、自分の身を守ろう!



地震のときは、**3つの危険**に気をつけよう!

- ① 落ちる物
- ② 倒れる物
- ③ 移動する物

危険なものから離れ、できるだけ広い場所で姿勢を低くして頭を守ろう



もしもの時に備えよう!

知識や備えがあれば、自分とみんなの命を守ることができます。

チェックしておこう!

- ① 危ない物は?
- ② 危ない場所は?
- ③ 安全な場所は?

想像してみる!

どんな時に、どんな場所で
どんなことが起こるのか?
そのときどうすればいい?
どんな備えが必要かな?



みんなと守る!

避難所で生活するとしたら、 どうする?



避難所って
どんなところかな?

災害で家にいることが
危なくなったら、
避難所で生活します。
多くの人と同じ場所で寝て、
水や食べ物を分け合って、
災害を乗り越えます。

お年寄りや赤ちゃん、
体の弱い人もいます。

みんなで気持ちよく仲良く生活するために
何ができるか考えてみました

- 他の人に迷惑になることはしない
- お手伝いできることはする
- 整理整頓 ● 節電・節水
- お年寄りの話し相手になる



学校は地域の防災基地だ!

学校は、災害のときに役立つ設備や物資があり、
救護活動の拠点や避難所になります。
学校の役立つものはなにか探してみよう!



- プールの水はトイレや消火活動に使う
- 運動会の時のテントがしまっている
- 体育用のマットは床で寝る時に使う

ちょボラ・ワンポイント

Let's Try

学校での避難は、 おはし・も だよ!

- お 押さない
- は 走らない (または、駆けない)
- し しゃべらない
- も もどらない



家族で話し合おう!

- ① 非常持ち出し品を準備する
- ② 家族との連絡方法を決める
- ③ 避難先や避難ルートを確認する



自宅の電話や
家族の携帯電話の番号は
必ず覚えておこう!

地域の人と防災訓練に参加しよう!

- 地域の防災訓練に参加しよう
- まちの防災マップをつくろう
- 昔、地域で起きた災害について知ろう

ふだんからの
つながりと備えが
大切なんだね。



各校のボランティア・地域活動の紹介

飯山市立 東小学校

四季折々の魅力を感じて

瑞穂の宝がいっぱい



私たちの通う東小学校は、飯山市の北東、瑞穂の里にあり、四季折々にたくさんの宝物があります。いくつか紹介したいと思います。

まずは「菜の花公園」です。菜の花は、全校で種をまいて「菜の花さかせる会」の方と咲かせています。全国各地から多くのお客さんが毎年見に来てくれるのがとてもうれしいです。

次は、棚田百選の「福島の棚田」です。春には全校児童52名が、棚田を管理して下さる方や保護者の皆さんと力を合わせて田植えをしました。できたお米は、次の年の給食に出ます。

おいしくて、1年生もおかわりするほどです!

3つ目は「神戸の大イチョウ」です。秋の紅葉は、周りをぱっと明るくし、黄色のじゅうたんみたいで素晴らしいです。落ち葉の様子から、その年の積雪を占う「雪例樹」とも呼ばれていて、ずっと大切にしたい自慢の樹です。

そして冬は、「菜の花公園」一帯が銀世界になります。ここでのクロスカントリースキーは、空をすいすい滑っているようで最高です。

たくさんの瑞穂の宝物をこれからも大切に、多くの方々に知ってほしいです。

あの震災を 忘れないで 地域の人と防災を学び、体験しました!



安曇野市社会福祉協議会
「サマーチャレンジボランティア」より

山ノ内町社会福祉協議会
「夏休みボランティア教室」より

「避難所体験」北信ブロック小中学生

「炊き出し体験」北信ブロック小中学生

「防災運動会・避難所ゲーム」東野市立西野小学校

「避難所体験」北信ブロック小中学生

各校のボランティア・地域活動の紹介

大町市立 八坂小学校

ふるさと新発見!

地域には先生がいっぱい



例えば全校で大切にしている「花作りの活動」では、一緒に種をまいたり、苗を花壇に植えたりしています。春、秋どちらも見事な花が咲き、とてもきれいです。

「八坂体験の白や「郷土学習交流会」には、地域の方を先生に迎え、干し柿を作ったり、そばを打ったり、わら細工でしめ縄などを作ったりしています。また、クラブ活動でも竹の水鉄砲や弓矢づくりなどを教えていた

き、みんなで楽しみました。自然から学ぶこともたくさんあります。八坂は山村留学はじまりの地であり、今年度も9人の山留生(山村留学児童)が県外から来て生活しています。山留生は、一年のうち半分は地域の農家にお世話になります。採れたてのブルーベリー、イチゴ、プルーンなどを食べたり、きのこの栽培などをしたりして、都会ではできない楽しく貴重な体験をして毎日過ごしています。

みんなでふるさととのよさを発見し、もっともっと八坂の伝統・文化・自然にふれていきたいです。

18歳までの子どもがかける「子ども専用の電話」
チャイルドライン
フリーダイヤル **0120-99-7777**
困っているとき、悩んでいるとき、なんとなく「だれかに話したい」、そんなとき……気軽にかけてください。
★ちょっといいにくいことでも、名前は言わずにいいので安心して話してください。
★お説教はしません。どんなことでも、いっしょに考えます。
みんなにカードが届くよ、フリーダイヤルでかけてね!

あなたのまちのボランティアセンターへ行こう!
●発行/お問い合わせ ●ふれあいネットワーク
社会福祉法人 **長野県社会福祉協議会**
〒380-0928 長野市若里7-1-7 県社会福祉総合センター内
TEL.026-226-1882 FAX.026-228-0130
電子メール vcenter@nsyakyoo.or.jp
ホームページ http://www.nsyakyo.or.jp
公益社団法人 **信濃教育会**
〒380-0846 長野市旭町1098 TEL.026-232-6994
ホームページ http://www.shinkyoo.or.jp
やまびこだよりは、長野県社会福祉協議会のホームページからPDFファイルとしてダウンロードできます。どうぞご利用ください。
<http://www.nsyakyo.or.jp>