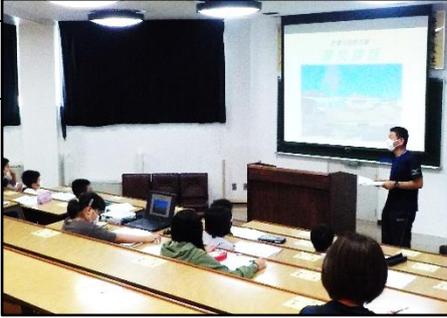


(防災教育研修1) 震災講話

| | | |
|-------|---|--|
| 対 象 | 小学3年生～ |  |
| 所要時間 | 60分 | |
| 場 所 | オリエンテーション室 ※使用料が掛かる。 | |
| 経 費 | 無料 | |
| 準 備 物 | 各団体・・・筆記用具 自然の家・・・パソコン、プロジェクタ | |
| 内 容 | スライドを用いて、東日本大震災時の南三陸町の状況を知り、命の尊さや災害における自助・共助の大切さについて理解を深める。 | |

(防災教育研修2) 防災学習

| | | |
|-------|---|--|
| 対 象 | 小学3年生～ |  |
| 所要時間 | 60分 | |
| 場 所 | オリエンテーション室 ※使用料が掛かる。 | |
| 経 費 | 無料 | |
| 準 備 物 | 各団体・・・筆記用具 自然の家・・・パソコン、プロジェクタ、 非常時持ち出しカード | |
| 内 容 | スライドを用いて東日本大震災時の南三陸町の状況を知り、今後起こり得る災害に備えた体験活動を通して、自分の命を守るために主体的に行動できる力を養う。 | |

(防災教育研修3) アルミ缶炊飯

| | | |
|-------|--|--|
| 対 象 | 小学5年生～ |  |
| 所要時間 | 60～120分 | |
| 場 所 | 野外炊飯棟 | |
| 経 費 | 100円(炭代) | |
| 準 備 物 | 各団体・・・350mlアルミ缶(1人1缶)、 米(1人1合)、割り箸、 軍手、アルミホイル、缶切り、 ご飯を盛り付ける器 自然の家・・・コンロ、火ばさみ、炭 | |
| 内 容 | アルミ缶を使った炊飯方法を知り、 災害時の食事作り技術を身に付ける。 | |

(防災教育研修4) ロープワーク

1 ねらい

日常生活に役立ち、非常時の簡易テント設営等でも生かせるロープの結び方を学ぶ。

2 対象 小学4年生～

3 実施可能時期 通年

4 所要時間 60～120分

5 場所 体育館または研修室

6 準備物

(1) 自然の家・・・ロープ

7 経費 無料 (※施設使用料が掛かる)



ロープワーク プログラム例(120分コース)

| 時間配分 | 内 容 | 指導のポイント・留意点 |
|----------|--|---|
| 2分 3分 | ○あいさつ・ロープ配布 ○はじめに ・ロープの用途について考えさせる。ものをまとめる、つなぐ、とめる。 ・ロープを乱暴に扱わないよう注意する。他人を絞めたり叩いたりする道具にしない。 | (他に) 人を助ける、ぶら下げる など |
| 20分 | ○ものをまとめる ・ 本結び を練習する。 自分の太腿を使って練習する。 | ロープを重ねる順番を解説する。 |
| 20分 | ○とめる ・ 巻き結び を練習する。 ・2人組で <u>輪を二つ重ねる方法</u> <u>バーに巻き付ける方法</u> (窓枠を使用) | 基本は同じであることを理解させる。 完成形を覚えさせる。 2人組でお互いに確認しながら進めさせる。 |
| 10分 | 休憩 (トイレ・水分補給) | |
| 20分 | ○つなぐ ・ 一重つなぎ を練習する。 2人組でお互いのロープをつなぎ、長いロープを作る。 | 常に十分な長さのロープがあるとは限らないことに触れ、安易に切ったりしないことにも触れる。 |
| 20分 | ○輪を作る ・ もやい結び を練習する。 ※時間があれば ・自分の身体に巻いてもやい結びをする。 ・友達の身体に巻いてもやい結びをする。 | 輪の大きさが変わらない特徴に触れる。 海に落ちた、川に流された、などの場面を想定しながら行う。 |
| 15分 | ○まとめ ・クラスで一つの輪を作る。 隣同士のロープを繋ぎ、一つの大きな輪を作る。 | 結び方は、一重つなぎで一つの輪を作る。 一つの輪を意識させる。 |
| 10分 | ○ロープの回収・まとめ | |

ロープワーク

【ロープワークの条件】

○結びやすい ○目的や用途に耐える ○ほどきやすい



1. こぶや輪をつくる

一重結び (とめ結び)
結びの基本です



8の字結び
大きなこぶができます



仲仕結び
大きなこぶができます



引き解け結び
引くとほどける輪



よろい結び
途中で固定した輪ができます



もやい結び
輪の大きさが変わらない



鎖結び



2. つなぐ

本結び
力が加わるほどほどけにくい



一重つなぎ
太さの違うロープをつなぐ

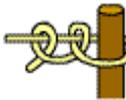


てぐす結び
滑りやすいロープをつなぐ



3. ほかの物にしばる (結びつける)

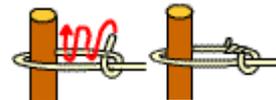
ふた結び
結び目が移動できる



クランチ結び
力が加わると締まる



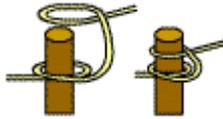
ねじり結び
力が加わると締まる



てこ結び
途中で棒などを結ぶ



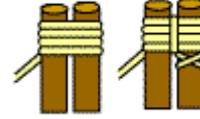
まき結び
杭などをしばる



自在結び
長さが調節できる



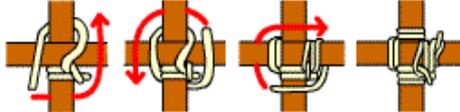
はさみ縛り
二本を一緒にしばる



三脚しばり
三脚を作る



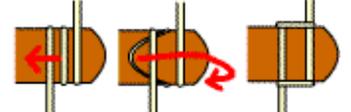
角縛り
直角にしばる



筋交い縛り
斜めにしばる

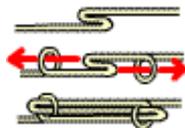


あぶみ縛り
ブランコなどを作る



4. その他

縮み結び



ウォールノット



棒結び



エビ結び



コイルまき

