

埼玉県立栗橋北彩高等学校

ボランティア部



高校生ボランティア・アワード2022 No.24



自治会、図書館、高齢者施設、駅、学童、小学校、社会福祉協議会、などにお届けしました。



Q1 「避難しない人が多い。どうしたら？」
A. 避難を“自分事”として考え始めるきっかけとして、昨年『大水すごろく』↑を作って地域の方々に配布し、体験会(↑上の写真)も開きました。地域の方の感想は「避難をリアルに考えることができた」「楽しんで避難訓練ができた」等。質問も色々出ました。今年、大々的に『大水すごろく』を広めるために**商標登録**をして様々な宣伝をする計画です。改訂版も検討を始めました。

すごろく
広報班

Q2 「避難所にどのくらい食料があるの？」
A. 充分にはありません。例えば、私達の学校も市の避難所に指定され、防災倉庫がありますが、備蓄は2千食弱です。千人の人が避難したら、2回分の食料があるかどうか…。各家庭で食料を備蓄しましょう。



炊き出し
班

災害時、**停電でも炊き出しをしたい！！**
 カセットコンロと普通の鍋で御飯を炊いてみた。繰り返し練習をして、「**炊き出し力**」を高めていきます。

- コツは、**
- ① 研いだ後30分以上の浸水
 - ② 火にかけたら約20分
 - ③ 始め中火で吹いてきたら弱火
 - ④ においが香ばしくなったらOK
 - ⑤ タオルや段ボールで包んで10分蒸らす→



解決し隊

Q3 「ペットを連れての避難、注意点は？」 この質問多いです！
A. ペットが迷子にならないためにリードは必須。犬だけでなく猫もリードを付けての避難訓練をしておきましょう。避難所では、周囲への配慮も大切です。そのため、ペットがケージの中で過ごせるようにしつけておきましょう。

『ペット用の持ち物』を調べて見ました↓

ペット
避難班



避難所の困り事

Q4 「避難所の困り事、どんな事がありますか？」 調べてみました
A. ① 手洗い・歯磨きができないと感染症にかかりやすい。
 ② 乳児のためのミルクや離乳食、女性のための生理用品など、手に入りにくいものがある。
 ③ そもそも一人で避難できない人がいる。→ 避難サポートチームが必要ですね！

● 聞き取りしたことを今後の活動に活かします！

聞き取り
調査班

Q5 「避難所に入りきれなかったらどうする？」



A. コロナ禍で収容人数はより厳しい状態。場合によっては「車中避難」も考えましょう。そのために・・・『車のための手作り網戸』を研究しました。ネット・ガムテープで安価に作れます
コツは、 テープを貼ってからはさみで切ること。



← 蚊よけ・日よけ・目隠し・換気など使い道は豊富です



車中避難
研究班

Q6 避難所で運動不足に。どうしたらいいかな？

A. **NHK Bousai体操でエコノミー症候群を予防！**
 16種類のポーズに高校生ならではの名前を付けて・・・簡単に体操を紹介できるように研究しています！

例えば・・・



「フリフリ」



「筋肉モリモリ」



「アイーンでぼんぼん」

体操班

ペット用持ち物リスト

めやす

フード	1～2週間分
リード・ペットキャリー	運びやすい物
トイレ用品(シーツ等)	1～2週間分
タオル・ブラシ	使い慣れた物を
洗濯ネット(猫用)	巡回診療に備えて
飲み水	1～2週間分
マジック・紙・テープ	貼り紙を作るため
マイクロチップ情報	動物病院で耳などに

例 炊き出し訓練 おにぎり体験

① ご飯**4合**を炊く



今年もやります！

② おにぎり**1個**の重さや個数の目標を決めて、にぎる

注：1個100gでたくさん作ろう！



普段は、花壇の世話、エコキャップ回収、募金活動、をしています。今年、ウクライナにも！体育祭の部活対抗リレーでも**募金袋をバトン代わり**に走りました。走りながら募金の呼びかけもできる！一石二鳥！

私達のプロフィール

2016年 同好会として活動開始 毎年のように防災交流会を開催。市の防災担当者と地域の自治会役員さんを招き、洪水からの避難を話し合ってきた
2018年 部活動に昇格 ボランティアアワードに**17～19年**連続参加
2019年 活動が岩波ジュニア新書『ボランティアをやりたい』に掲載される
2020年 防災学習会開催
2021年 学校に**生徒職員用の食料**が**ついに備蓄される！** ボラ部の先輩達がした近隣学校備蓄調査が役立った！『大水すごろく』制作・配布・体験会も
2022年 久喜市の**ボランティア体験プログラム**に『大水すごろく体験会』が採用される。私達が運営サポートに入ります。

