

# 栃木県立学悠館高等学校

## JRC（青少年赤十字）部

高校生ボランティア・アワード2023

### 未来を守る今日の備え

～防災で繋ぐ地域の輪～



#### 気づき・考え

今年地域での防災に着目し、災害時に起こりうる問題点を見つけ、いざという時のためにどんな“備え”が必要なのか一から考えました。

#### 共助

- ・学校が避難所になったら
- ・けがをしている人がいたら
- ・倒れている人を見つけたら
- ・避難所で、災害時要支援者の方々がいたら
- ・避難所の運営に、協力できることがあるかもしれない

#### 自助

- ・避難することになったら、何を持ってばいい？
- ・ケガをした時、応急手当ができるように

#### 思いやり 優しさ

- ・避難所にいる高齢者・乳幼児・妊婦さん・子供たちのために
- ・紛争や災害などで、苦しんでいる人たちのために
- ・赤十字の活動に自分たちも協力するために
- ・どこかの誰かのために、献血の必要性を知らせるために
- ・川のごみが海に流れていかないように

#### 実行する

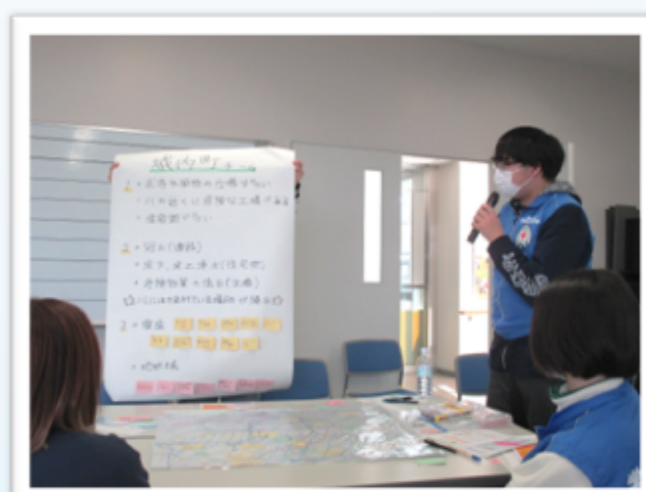
本年度の活動指針は「**地域と共に防災を見直す**」災害に備えることの大切さを多くの方々に伝えるため、本校JRC部は数多くの防災啓発活動や奉仕活動に取り組んできました。

#### 本校JRC部の活動

- ◆ 防災講座の開催 災害図上訓練DIGの研修
- ◆ 校内防災啓発活動 校内避難訓練時の発表
- ◆ AED講習会の参加
- ◆ 赤十字救急法の伝達  
セルフ赤十字救急法・マネキンヘッドを使った練習・手製救急法ハンドブックの配布
- ◆ 災害時に役に立つ防災用品のチェックリスト作成
- ◆ “栄養バランス”に着目した非常食の研究
- ◆ 非常食レシピ本の作成
- ◆ 募金活動 海外たすけあい募金
- ◆ 防災講座 献血出前講座の企画・受講
- ◆ 河川清掃 巴波川530大作戦（うずまがわゴミゼロ）

#### 防災講座

災害に備えることの大切さや今の社会における献血の必要性を発信するため、日本赤十字社栃木県支部と栃木県血液センターの皆さんを講師にお迎えして、JRC部防災講座を開催しました。



##### 災害図上訓練DIGの研修

自分たちの住むまちで災害が起きた時を図上で想像し、危険な場所や注意しなければいけない場所はどこかを見出すと共に日頃から備えておくことの大切さを改めて実感することができました。

##### 献血セミナーの受講

献血センターの方に講演をしていただき、献血に対する重要性や理解を深めることができました。血液が必要とされている今、尊い命を守る活動は今後も継続して行っていきたく思いました。

##### 災害時伝言板の設置

防災講座の参加者を、避難してきた被災者と想定し、家族、友人に安否情報を伝えるための伝言カード及び伝言板を本校入口に設置しました。



AED講習会



赤十字救急法の解説



海外たすけあい募金



河川清掃

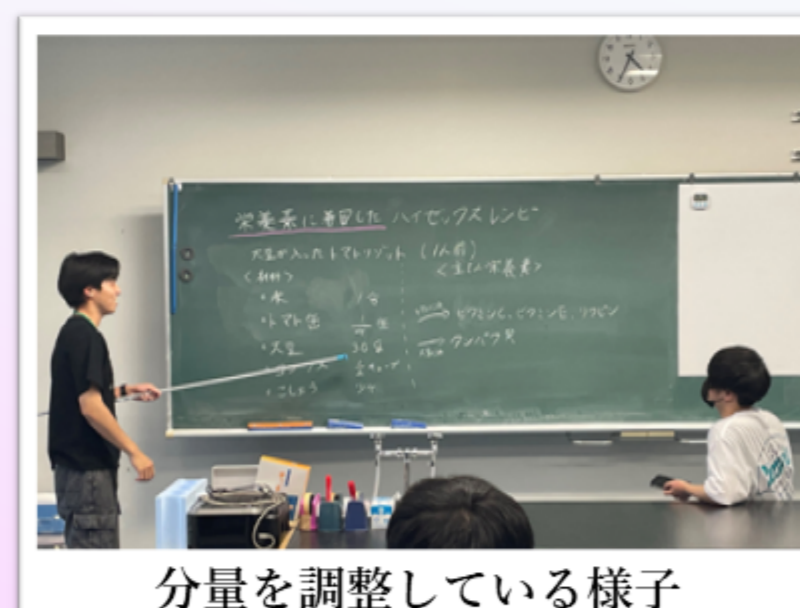


#### 栄養を考えた非常食

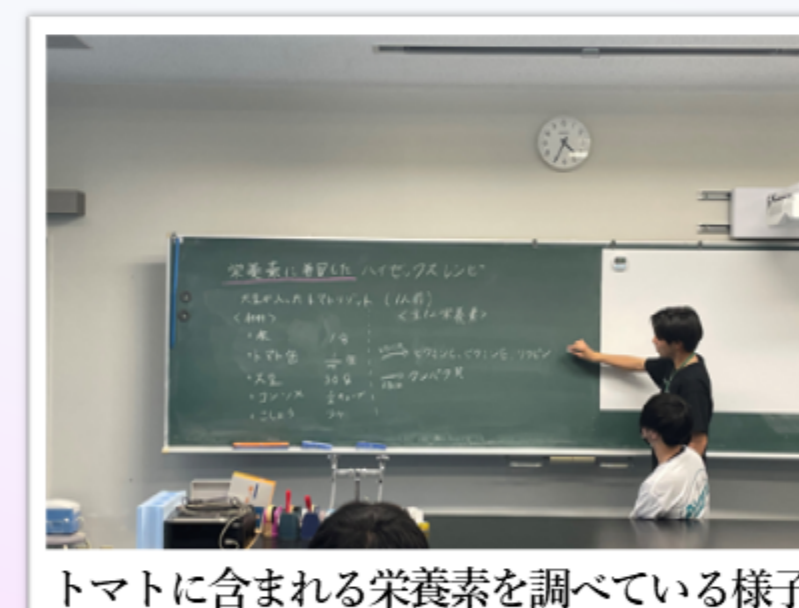
4年前から続けているハイゼックス（★）を用いた非常食の研究。災害時の食を豊かにするために、子どもからお年寄りまで美味しく・食べやすい非常食の考案に取り組んできました。今年度は今まで考案してきた非常食レシピに改良を加え、避難時でも栄養が偏らないために、**栄養バランスを考慮した非常食**の研究に取り組みました。



改良するレシピを選考



分量を調整している様子



トマトに含まれる栄養素を調べている様子



発行した非常食レシピ本

##### ★ハイゼックスとは？

強化ポリエチレン製で熱に強く、お米と水を袋に入れ、沸騰したお湯の中に入れて、高齢者・幼児向けにも柔らかいご飯を炊くことができる炊飯袋です。

#### これからの活動「伝える」を繋ぐ

- 防災に対する意識が薄れつつある今、これからも災害へ備えることの大切さを広める防災啓発活動を継続していく。
- 地域の方々に学校にお迎えした防災講座を開催し、学校、そして町全体の防災意識の向上を図る。
- 防災知識を学んだ人が家族や他の人にも伝えられるよう、本やDVDなどを作成し配布する。



栃木県立学悠館高等学校は、単位制の定時制高校です。JRC部は、創立時に創部され、今年で19年目を迎えます。

平成19年度から防災活動に取り組み、東日本大震災発生時には、被災地ボランティアも行いました。また、平成20年から地域の方々をお迎えして、JRC部主催の防災講座を実施しています。※コロナ禍で現在は中止。