



ひ さい せい かつ く ふう  
[被災生活の工夫]

み ず せ っ や く  
水を節約する

- ▶ バケツに水をためて洗い物をする
- ▶ お皿にラップを敷く
- ▶ トイレは手おけで少しずつ流す



## 水を節約する

### ■ 状況シートの説明



#### ▶ 場面ごとの説明

- ① 段ボール箱をテーブルがわりにして、食事が終わりました。「ごちそうさまでした」と、みなとくとみさきちゃん。お母さんが「はい」と答えました。
- ② 食事が終わったら、洗い物です。「ペットボトルの水、食器を洗うのに使うわね」と、お母さんが言いました。「えっ!」みなとくんは驚きました。
- ③ ペットボトルの水を使って食器を洗おうとしているお母さんの手を押さえながら、みなとくんは「○○○○○」

#### ▶ セリフの例 (行動)

「だめだよ」「飲み水に残しておこうよ」  
「ペットボトルの水を洗い物に使うのはもったいないよ」

#### ▶ 発問例

- ・ どうしてみなとくんはお母さんを止めたのですか？
- ・ ペットボトルの水を使わずに、お皿をきれいにする方法はありますか？
- ・ どの家にもある物で、お皿を汚さずに使うためには、どうすればいいですか？
- ・ 他にも、お水を節約する方法はありますか？

### ■ 教訓シートの説明



- ・ 災害時には水道が止まってしまうことがあります。水を節約して使わなくてはなりません。
- ・ いろいろな場所から取ってきた水用途に分けて、効率的に使いましょう。例えば、給水車やペットボトルのきれいな水は飲み水や料理に、プールの水はトイレを流したり、洗濯に使えます。
- ・ 日頃から水を大切に使うように心掛けましょう。

#### ▶ バケツに水をためて洗い物をする

- ・ 使ったお皿を洗う前に、キッチンペーパー、ティッシュペーパー、布で汚れを拭き取ります。
- ・ バケツに水を入れ、少量の洗剤を入れ、バケツの中でお皿を洗います。きれいな水をバケツに入れて、すすぎます。

#### ▶ お皿にラップを敷く

- ・ お皿にラップを敷いて使えば、お皿は汚れません。
- ・ 食べ終わった後は、汚れたラップを捨てれば、そのままお皿を使えます。

#### ▶ トイレは手おけで少しずつ流す

- ・ トイレの水を流すのに、1回でだいたい10リットル、大きいペットボトル5本分ほど必要です。
- ・ トイレはレバーを使って水を流さず、手おけで少しずつ流しましょう。
- ・ トイレトペーパーは、小便の場合トイレに流さず、ごみ箱に入れましょう。

### ■ 東日本大震災の教訓

東日本大震災のように大きな地震があると、水道が復旧するのに何カ月もかかる地域があります。その間、水は給水車にもらいに行き、運んでくるしかありません。「飲み水として使える給水車の水やペットボトルの水はもったいなくて食器を洗うのに使えなかった」と、多くの人が語っています。



ひ さいせい かつ くふう  
【被災生活の工夫】

み ぢか もの さむ  
身近な物で寒さをしのぐ

▶ <sup>しんぶん し</sup>新聞紙、<sup>カーテン</sup>カーテン、<sup>だん</sup>段ボールなどが<sup>つか</sup>使える



Save the Children  
JAPAN



+arts

NPO法人プラス・アーツ

## 身近な物で寒さをしのぐ

### ■ 状況シートの説明



#### ▶ 場面ごとの説明

- ① 「雪だ」。だいちくんが避難所の外に出てみると、雪が降っていました。
- ② 扉を開けて人が出入りするたびに、冷たい風がピューピュー吹き込んできます。避難所の中では、みなとくん、しんたろうくん、みさきちゃんがとても寒そうです。
- ③ 寒さに凍えながら、みなとくんは「〇〇〇〇〇」

#### ▶ セリフの例 (気持ち)

- 「さむーい」  
 「寒くて、がまんできない」  
 「ストーブがほしいな」

#### ▶ 発問例

- ・寒くてたまらない時、どのようにして体を温めることができますか？
- ・身の周りの物を使って、寒さをしのぐ方法がありますか？

### ■ 教訓シートの説明



### ■ 解説

#### ▶ 新聞紙、カーテン、段ボールなどが使える

- ・地震や津波で電気やガスが止まったら、エアコンやガストーブは使えなくなります。
- ・暖房設備がない避難所もあります。冬の体育館はとても寒く、夜になるとさらに冷え込みます。
- ・着の身着のままであわてて避難し、コートやジャンパーを着ていない人もいます。
- ・寒さをしのぐために身近な物を活用しましょう。
- ・毛布や布団がなくても、新聞、段ボール、大きなビニール袋、パスタオルなどにくるまると温かくなります。
- ・アルミブランケット（シート）や暖がとれそうなものを非常持ち出し袋に入れておきましょう。

### ■ 東日本大震災の教訓

カーテン、暗幕、マット、体操服など、学校にある物や身近な物を活用して寒さを乗り切りました。足先にトイレットペーパーをぐるぐる巻きにしてビニール袋をかぶせたり、ジャージは伸びるので子ども用の物を着た大人もいました。