



ひなんじょ　こころが  
[避難所で心掛けること]

た　もの　わ　あ  
食　べ　物　を　分　け　合　う

- ▶ さいがいちよくご 災害直後は、た 食もの べ物が 不足ふそく する
- ▶ もちよ 持ち寄った食た べ物もの を分わ け合あ って 乗の り切き る



## 食べ物を分け合う

### ■ 状況シートの説明



#### ▶ 場面ごとの説明

- ① 小学校に避難して、ようやく落ち着いたみなとくとみさきちゃん。夕方4時になっていましたが、朝ごはんを食べてから何も食べていないことに気がきました。みさきちゃんのおなかグーとなりました。「おなかすいた」
- ② みなとくんがリュックの中から、「パン、ひとつならあるけど」と出してきました。それを見て、「食べたい」とつぶやくみさきちゃん。
- ③ でも、ふと周りを見回すと、「おなかすいた」と泣いている赤ちゃん、「何か食べたいよ」とぐずっている小さな男の子、何も食べ物がない女の子などがいます。みさきちゃんはそれをみて「けど、どうしよう」と困っています。そんなみさきちゃんに対してみなとくんは「〇〇〇〇〇」

#### ▶ セリフの例 (行動)

「ひとつしかないんだけど、どうしよう」  
 「みんなで分けられるかな」

#### ▶ 発問例

- ・ みなとくんの立場だったら、どうしますか？
- ・ ひとつのパンをどのように分けますか？

### ■ 教訓シートの説明



#### ▶ 災害直後は、食べ物が不足する

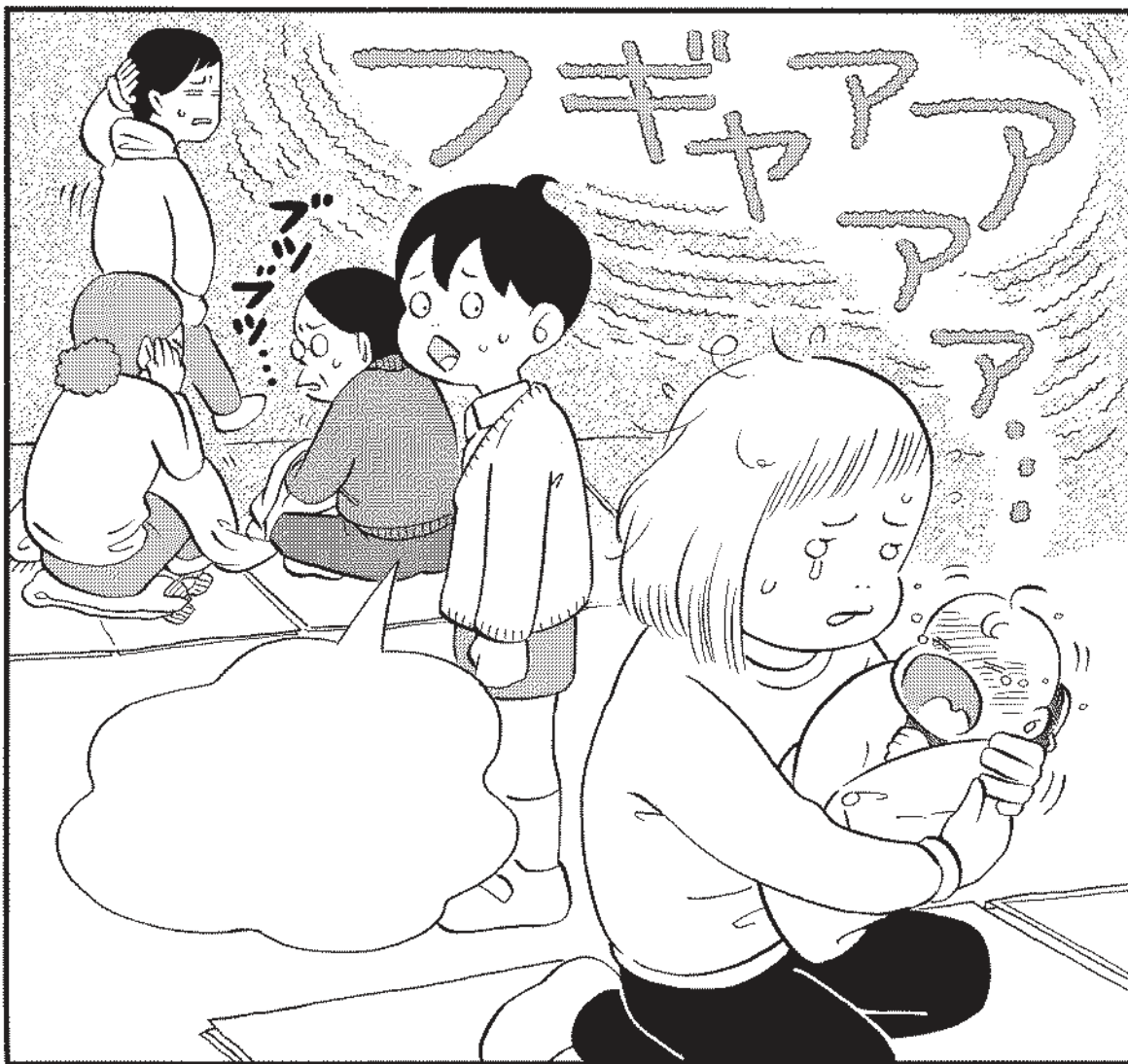
- ・ 地震や津波で道路や橋が壊れると、物を運ぶことが困難になります。
- ・ 避難所によっては、最初の支援物資が届くまで何日もかかる場合があります。その間、避難している人たちは、持っている食べ物を分け合って、しのがなければなりません。

#### ▶ 持ち寄った食べ物を分け合って乗り切る

- ・ 誰もが、のどが渇き、おなかですいています。そんな時、自分だけおなかがいっぱいなら、他の人はどうでもいいと思うでしょうか。
- ・ 災害時はみんながたいへんな時です。自分のことだけでなく、他の人のことも考えて、分け合うという気持ちをもちましょう。

### ■ 東日本大震災の教訓

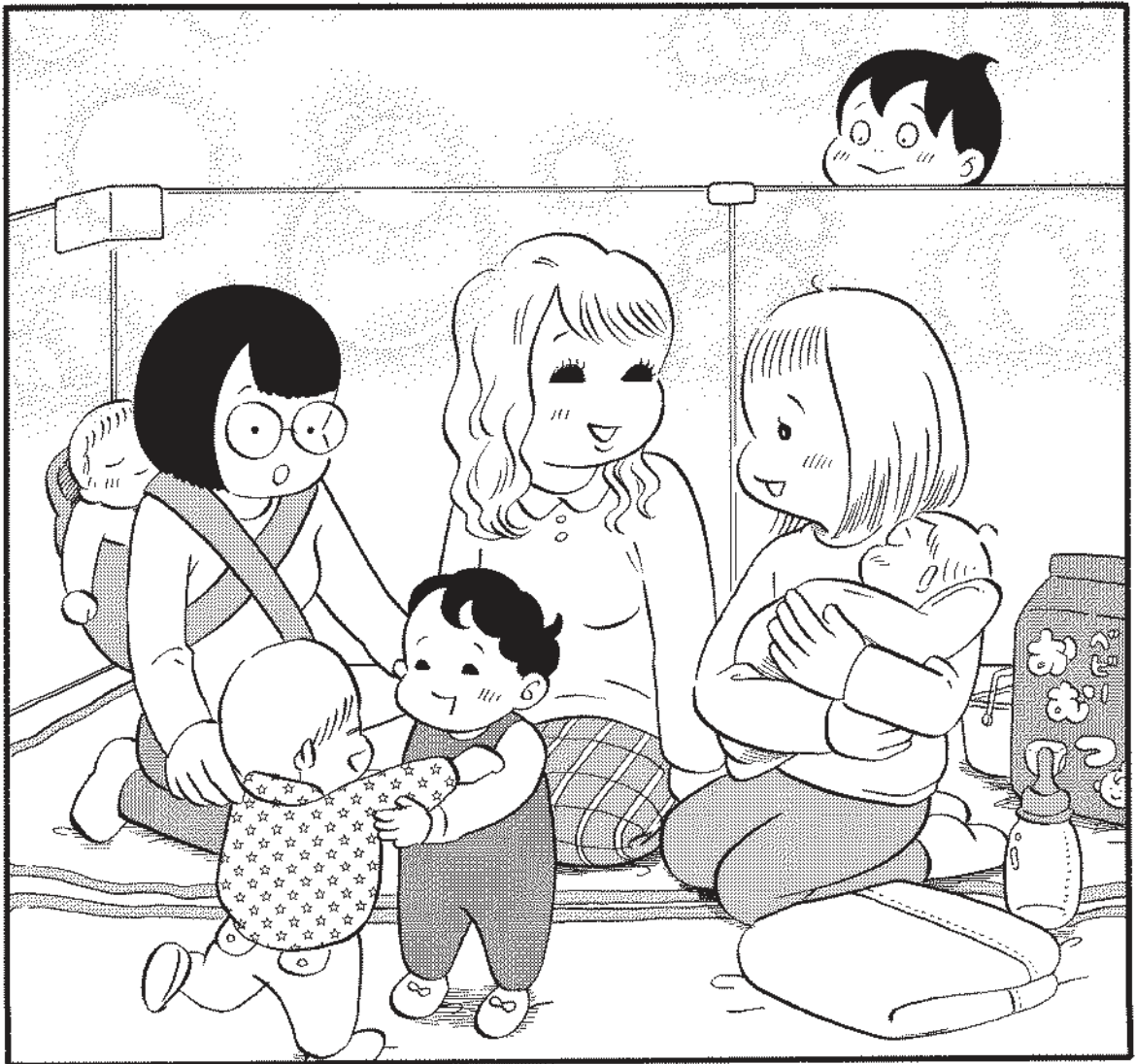
被災した範囲が非常に広がったということもあり、支援物資が届くまで何日もかかった地域がありました。そのような中、「持っていた水をひと口ずつ回し飲みした」「パンを4分の1切れずつ食べた」「お菓子を細かく分けて食べた」「おにぎりを雑炊にした」などして、飢えや渇きをしのいだ人たちもいました。また、「比較的被害の少ない地域の人が食べ物を持ってきてくれた」「周りの人に話して、乳児とお母さんに優先的に配った」など、みんなで協力したという話もありました。



ひなんじょこころが  
[避難所で心掛けること]

あか かんが  
赤ちゃんのことを考える

▶ あか 赤ちゃんのための部屋をつくる



## 赤ちゃんのことを考える

### ■ 状況シートの説明



#### ▶ 場面ごとの説明

- ① 避難所で赤ちゃんが泣いています。「よしよし、泣かないで」と、お母さんがあやしています。でも、赤ちゃんは泣きやみません。
- ② 「フギャー、フギャー」。ますます、大きな声で泣く赤ちゃんに対して、周りの人たちはいらいらしてきました。「うるさいなあ」「どこか他の所へ行ってくれないかしら」。
- ③ ブツブツ文句を言っている人。一方、赤ちゃんが泣きやまず困っているお母さん。それを見たみなとくんは、「〇〇〇〇」

#### ▶ セリフの例 (気持ち)

- 「赤ちゃん、どうして泣きやまないんだろう」  
 「赤ちゃん、かわいそうだな」  
 「何とかしてあげたいな」

#### ▶ 発問例

- ・ 赤ちゃんはどうして泣いているのですか？
- ・ 赤ちゃんが泣きやむためには、どうすればいいですか？
- ・ 赤ちゃんもお母さんも、周りの人に遠慮しないで避難所で過ごすためには、どうすればいいですか？

### ■ 教訓シートの説明



#### ▶ 赤ちゃんのための部屋をつくる

- ・ 赤ちゃんは言葉が話せないので、泣くことによって「おなかがすいた」「頭が痛い」「おむつが濡れている」などを知らせます。赤ちゃんが何をしてほしいのかを考えて、対応しなくてはなりません。いろいろと試してみても、どうしても泣きやまない時もあります。
- ・ 一方、避難所には、さまざまな人が集まって来ます。間仕切りのない体育館で、まったく知らない人と隣同士で過ごすということもあります。
- ・ 災害によって大人も子どももショックを受け、情緒が不安定になりがちです。ふだんなら気にならないような物音をとてもうるさく感じる時もあります。
- ・ 泣いている赤ちゃん、困っているお母さんやお父さん、泣き声をうるさく感じる人。みんなが、気持ちよく過ごせる避難所にするため、赤ちゃんがいる家族を同じ部屋にするなどが考えられます。

### ■ 東日本大震災の教訓

避難所では、「顔見知りの人と一緒に過ごせるように、住んでいる地区ごとに部屋を割り当てる」「ペットは体育館の中に入れず、外につないでおく」など、さまざまな配慮をして、みんなが過ごしやすくなるようにしました。