



じゃがいもずきん  
「ききぼう」くん

みなさんは、「自助・共助・公助」という言葉を聞いた事がありますか？**自助**は自分で自分を助けること、**共助**は家族や企業・地域コミュニティで共に助けあうこと、そして、**公助**は行政による救助や支援のことです。

**防災の基本は『自助』です。**何故なら、まずは自分を守ること、家族や友人・隣人を助けにいくことができる『共助』のベースになるからです。『平成30年版防災白書』には、国や行政に頼らずに一人ひとりの「自助」や「共助」に重点を置く人が6割以上という調査結果が掲載されています。

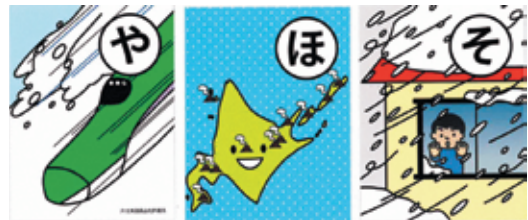
そこで、今回は『防災かるた』を紹介します。五十音を覚えた子供の遊具として活用してもOK。5・7・5調で語呂が良いものが多いので、認知症予防の音読に活用してもOK。読み札と解説を合わせて活用しましょう。単語帳（単語カード）を覚えるような感覚で何度も繰り返し読むことで、いつの間にか防災の知識は高まります。『防災かるた』の種類は盛りだくさん。『防災かるた』は使い方によって大人も子供も楽しめます。『防災かるた』で防災を気軽に学び、防災意識を高め、いざという時にあなたの防災力を発揮しましょう。

## 北海Do防災かるた

『北海Doかるた』は、北海道の子供たちに覚えてほしい防災知識や災害時の心がけなどを、小学校低学年でも理解できる親しみやすい言葉と絵で表現した北海道



ならではの自然災害リスクや防災に関する知識が楽しみながら身につく防災教育教材です。知識が深まる解説も記載しています。



- そ** 外危険 猛吹雪の日 出かけるな
- ほ** 北海道 生きてる火山 いっぱいあるよ
- や** 山の雪 雪崩のスピード 新幹線

『防災かるた』は防災知識の宝庫です。『防災かるた』で防災マスターも夢じゃない！

## 防災かるたいろいろ

あなたも『防災かるた作り』に挑戦してみませんか？

### 『防災かるた【避難所編】』から

- い** いつもより 小さい声で 話そうね
- え** 遠慮して ゲームの音は イヤホンで
- か** 我慢しよう テレビはみんなの 情報源
- け** 掲示板 落書きしては いけません
- る** ルール決め みんなで守ろう 避難所生活

### 神戸カエルキャラバン2005『防災カルタ』から

- あ** あっ危ない 自分の命 まず守ろう！
- い** 家の中 家具の転倒 防止しよう
- く** 靴を履け 裸足は危険 怪我するよ
- こ** ここにいる 命を守る ホイッスル
- す** すっぽりと 頭を守って いざ！避難
- み** 見るからに 古い建物 近づくな
- り** リュックには 入れておこうよ 持ち出し品

### 『あそぼうさいカルタ』から

- ね** 寝る場所に 落ちてくる物 置かないで
- ひ** 避難場所 持って行くのは まず命
- ふ** ブロック塀 地震の時には 離れよう

### 『習志野防災かるた』から

- あ** ありますか？ 懐中電灯 水 ラジオ
- い** いち早く 逃げ出すことが 生きる道
- う** 海から離れて 高台避難
- え** 液状化 水や砂まで 溢れ出る

### 『水防災カルタ』から

- い** いち早く 情報集める ヘリ『ほっかい』
- た** 台風だ！ 進路予報で 早めの準備
- て** 鉄砲水 お相撲さんでも かなわない
- ひ** 日ごろから 備えておこう 防災グッズ

詳しくは、総務課 防災係まで。