



# 吾妻学園

当日配布版



# 防災キャンプ

2017年8月5日(土)～6日(日)



防災教育センターシブサン  
認定事業

## - キャンプスケジュール(予定) -

8 月 5 日 (土)	10:00	テント設置 (参加保護者有志)
	13:00	【体育館】集合 (受付 12:30～)
	13:00-13:05	【体育館】オリエンテーション、班分けの発表
	13:05-13:45	【体育館】アイスブレイク・レクリエーション
	13:45-14:45	【体育館】1～2年生: もしもの救命講座 (協力: 人の命を守る会)
		【体育館】3～7年生: ロープ結び講座 (協力: (株)モンベル)
	14:45-15:45	【7学年オフンスペース】 火災煙体験 (協力: つくば市消防本部中央消防署) 火事の実験 (協力: 国土技術政策総合研究所)
	15:45-16:30	【校庭】かき氷作り 寝場所の確認 (テント設置と荷物の移動)
	16:30-18:00	【昇降口前】夕食準備および夕食 (サバメシ)
		食事後、シャワーなど
19:00-20:30	【美術室】防災工作	
20:30-21:30	【体育館】レクリエーション	
22:00	電気を消して寝よう	
6 日 (日)	6:00	起きる時間
	6:30	【校庭】ラジオ体操～テントサイト片づけ
	7:00	【昇降口前】朝食 (防災食)
	8:00-9:00	解散

はん	なまえ

## － おうちのかたへ－

### ① 宿泊 《テント》

- 子どもたちは、校庭にテントを張って宿泊します。
- テントサイトの設営
  - ・テントは、キャンプ当日の10時より設営します。お時間のある方はご協力ください。
  - ・宿泊する保護者の方は、各自ご持参のテントを午前の設営時もしくは子ども達のレクリエーションの時間帯に張ってください。
- 子どもたちが泊まるテントには、銀マットを配布して床に敷きます。ご自分の寝袋もしくは毛布を持ち込んでください。テント内には、明かりがありませんので、ヘッドライトや懐中電灯を持ってきてください。
- テント内には、ガスランタン、蚊取り線香など、火災の原因となるものは、絶対に持ちこまない様にお子さんにお伝え下さい。
- テントサイトの撤営
  - ・テントなどは、ラジオ体操終了後に撤去します。朝食後の朝の片付けにご協力をお願いします。
  - ・ドームタイプテントですので、撤去前に反転させて床面を乾燥させてください。

天候にもよりますが、朝、夜は冷え込むこともありますので、温かい服装も準備してください。

### ② キャンプ中の行動

- 13:00までに吾妻中学校体育館に集合してください。12:30より吾妻中学校昇降口で受付を開始します。
- 防災キャンプでは参加者全員を班分けして、基本的に班単位で活動していただきます。  
(班は男女混合ですが、就寝は男女別となります。)
- レクリエーションや食事の準備(サバメシ)などでは、適宜フォローをしていただくようお願い致します。
- 班分けは当日に発表します。

### ③ 夕食準備

- 夕食は、子ども達はサバメシで炊いたご飯におかず(カレー)をかけて食べます。
- 保護者の皆さんは別途炊飯器で炊いたお米を召し上がっていただきます。
- 子ども達のレクリエーションからサバメシをしている間に調理などを行いますので、ご協力をお願いします
- 食事場所は昇降口前とし、皆さんより持ち寄って頂くピクニックテーブルを設置します。

### ④ レクリエーションについて

- 1日目の集合後(13:00から)オリエンテーション、アイスブレイクレクリエーションを行います。集合時間に遅れないよう注意してください。

### ⑤ 夜の子どもの管理

- 安全管理に十分注意をしたいと考えており、保護者の方にもグラウンドにテントを張って、一緒に過ごしていただければ幸いです。
- それぞれお子さんがどのテントに泊まっているか把握してください。また、夜間に子ども達のテントサイトを時々に見回ってください。

### ⑥ けがや事故等の対応

- けがや事故等が発生した場合は、まずは各グループの上級生もしくは大人に連絡してください。
- 簡単な救護用品は、学校で準備しています。

### ⑦ 服装について

- 学校周辺に蜂などがいます。黒い服や帽子は蜂を興奮させるおそれがあるので、着用を控えてください。

### ⑧ 当日までの連絡について

- キャンプについて連絡や質問がある場合は、メールで連絡してください。  
連絡先：2017president@azumajh.sakura.ne.jp (吾妻学園おやじの会：長屋)
- 荒天の場合の対応は、メールにてご連絡をします。
- 緊急の連絡先 090-8105-0342 (長屋携帯電話)**

## — お 約 束 —

- 一人で勝手に出歩いては、いけません。
- 他の人に、めいわくをかけないようにしよう。
- スケジュールをよく見て時間を守ろう
- けがや、事故にあったら、すぐに近くのおとなにしらせよう。
- ごみは、決められたごみ入れに捨てよう。
- 校庭のテントや物を、大切にしよう。
- キャンプには、ゲームを持ってきてはいけません。
- 他の人のテントには、入らないようにしよう。
- 他の人のテントをかい中でんとうで、てらさないようにしよう。
- テントでは、夜は静かにしよう。

### ぼうさい 防災キャンプでのトイレの使い方

防災キャンプ期間中、体育館横のトイレを使います。

じしん  
地震などが発生したときは、水道から水が出ないことがあります。

ぼうさい  
防災キャンプでは、水が使えない時を練習するため、**トイレの水は流れません。**

トイレには水を入れたバケツが置いてあります。使用後はこの水を使って流しましょう。

下級生がトイレに行くときは、上級生が手伝ってあげてください。

夜に使用するプール横のトイレは、水が流れるようにします。

## － 持ち物 －

小学生、中学生の持ちもの ※持ちものには かならず名前をかくこと!

- 水とう（飲み物を入れてきてください）
- 褌袋もしくは毛布とタオルケット
- 着がえ（パンツ、シャツ、短いズボン、スカート、半そで、くつ下）  
（寒い時のために、長そで、長ズボン）
- トレーニングウェア（ねまきのかわり。パジャマでも）
- ぼうし
- 水着（シャワーを浴びるときに使います。）
- せんめんどうぐ（歯ブラシ）
- タオル（あせふきよう、プール用）
- ハンカチ、ティッシュ
- ビニールぶくろ（着がえを入れたり、ごみを入れたりします）
- 虫よけスプレー（芳香タイプはハチをよぶことがあります。）
- えんぴつ（防災レクレーションとかんそうぶんをかくのに使います。）
- 軍手（サバメシでもつかいます）
- かい中でんとう、または、ヘッドライト（夜に外を歩く時に使います）
- かさ、かっぱ
- サバメシで使うもの（1日目よるごはん）
  - ◇ からの牛乳パック 2本（洗ってかわかしてきてください。）
  - ◇ 350mlのアルミのあきカン 1本ん
  - ◇ うちわ
  - ◇ ハサミ
  - ◇ カン切り
- 防災工作で使うもの
  - ◇ 500mlの空のペットボトル（円形のもの） 2つ（洗ってかわかしてきてください。）

大人のもちものは、子どもたちの持ち物を適宜変更してください。

- ※ サバメシは子ども達が行いますが、大人の参加者も体験できます。ご興味のある方は、上記持ち物をご用意ください。
- ※ 屋外用のテーブル、いす（ピクニックテーブル）がありましたらお持ちください。

あれば便利なもの

- ・目ざまし時計、カメラ。
- ・おりたたみイス（運動会で使ったもの）

参加費

700円（大人、子ども同額）

受付で集金します。



## あきカンでサバメシ（サバイバルメシタキ）をしよう （2人1組でごはんを炊きます）

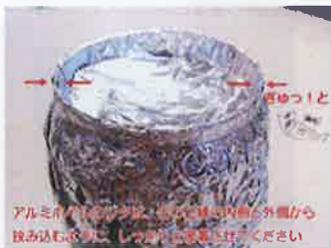
### ●準備

- あきカンのフタをカン切りで切り取る。（ごはんをつくるナベです。）
- 牛乳パックをに折り目にそって切る。次に1cmくらいの棒のよう  
に切ります。（ごはんを炊く燃料です。）



### ●お米の準備

- お米は準備ができた人に配ります。（無洗米を使います。）
- ナベと燃料の準備ができたなら、実行委員まで見せに来てください。
- キッチンと準備ができたなら、お米とコンロをわたします。
- お米と水をナベに入れます。
- アルミホイルでキッチリフタをします。



### ●火をつけるぞ！！

- 軍手をしよう！！
- コンロの上にナベをのせます。（とてもたおれやすいので気をつけて。）
- 細く切った牛乳パックに火をつけてコンロに入れます。
- 火が消えないように、どんどん入れよう！！  
（このとき、たおさないように注意！！）
- 牛乳パックを1枚ずつ、全部無くなるまで続けよう。



### ●できあがり

- 紙が全部無くなったなら、ナベをおろして、ひっくり返します。
- 5分くらいそのままのまま。

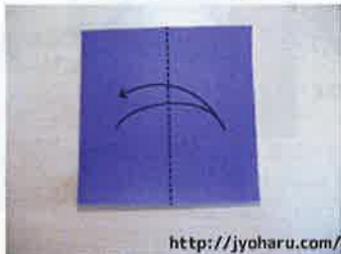
美味しくできたかな?? みんなで食べよう!!



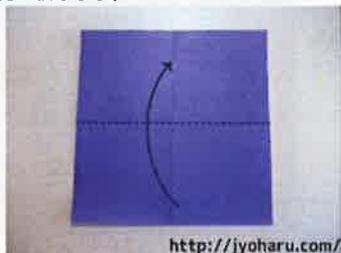
## お皿を折ろう (サバメシでは、食器は配りません)

お皿を折るときは、白い面を内側にします。

1. 半分に折って折りあとをつけて、もどします。



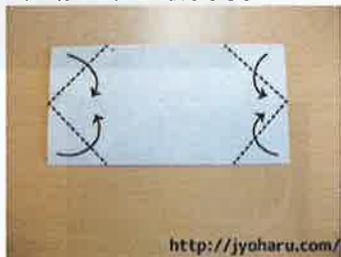
2. 半分に折ります。



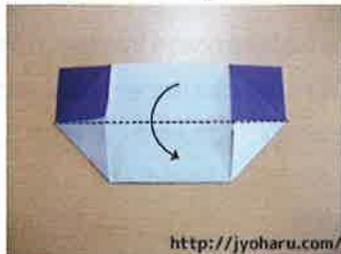
3. 半分に折って折りあとをつけてもどします。



4. 上の角は上の一まいだけを真ん中の線に合わせて折ります。



5. 上の一まいを下へ折ります。



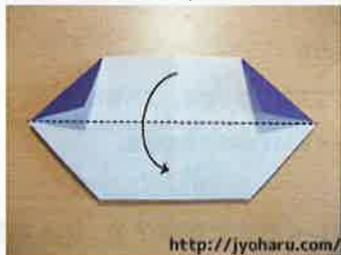
6. ウラ返します。



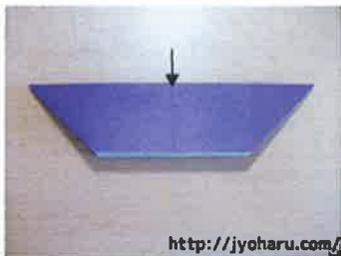
7. ウラも同じように角を折ります。



8. 真ん中から下へ折ります。



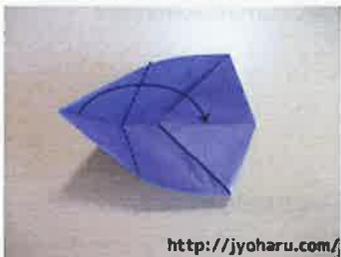
9. 間を開きます。



10. 左右の角を中へ向けてたおします。



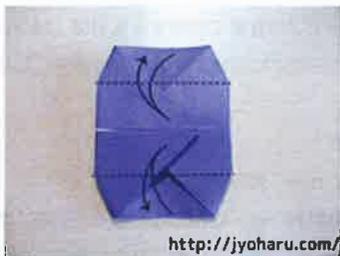
11. 右をたおしたところ。  
左も重ねるようにたおします。



12. 左右の角をウラへ少し折ります。



13. 真ん中に合わせて折りあとをつけて  
もどします。



14. 左右を開きます。



15. できあがりです。



両側の三角の部分は折り曲げます。

使う時はビニール<sup>ビニール</sup>袋をかぶせます。

— 食事について —

防災キャンプの食事で使用する食材は 以下の通りです。

アレルギーなどに注意が必要な人は参考にしてください。

●夕食

メニュー：カレーライス

使用材料：米、にんじん、じゃがいも、たまねぎ、豚肉、

カレールウ（ハウス食品 パーメントカレー甘口を使用する予定です。）

アレルギー情報：

卵	特定原材料						特定原材料に準ずるもの														他							
	乳成分	小麦	そば	落花生	えび	かに	牛肉	鶏肉	豚肉	ゼラチン	大豆	まつたけ	やまいも	シューナツ	オレンジ	キウイ	くるみ	バナナ	もも	ごま		りんご	あわび	いか	さくら	さけ	さば	魚介類
	●	●						●	●	●							●		●	●								

備考：ハウス食品ウェブサイトも併せて御確認下さい。

[http://housefoods.jp/products/catalog/cd\\_1,085390,curry,roux,vmt.html](http://housefoods.jp/products/catalog/cd_1,085390,curry,roux,vmt.html)

●朝食

メニュー：防災用非常食もしくは類似食の予定

具体的な使用食材、アレルギー等の使用材料については、メールでお知らせします。

## 参加者リスト

班	No.	F-No	P-No	S-No	年 組		性別	氏名
2	1	1		1	1	1	女	
	2	1	1			保護者	男	
1	3	2		2	1	1	男	
	4	2	7			保護者	男	
2	5	3		3	1	1	男	
2	6	3		21	6	1	男	
	7	3	8			保護者	男	
	8	4				幼児	男	
3	9	4		4	1	1	男	
4	10	4		16	4	1	男	
	11	4	25			保護者	女	
3	12	5		5	1	2	女	
	13	5	10			保護者	女	
4	14	6		6	1	3	女	
	15	6	4			保護者	男	
1	16	7		7	1	3	女	
	17	7	20			保護者	男	
2	18	8		8	2	1	女	
	19	8	9			保護者	女	
3	20	9		9	2	1	女	
	21	9	17			保護者	女	
	22	9	18			保護者	男	
4	23	10		10	2	2	男	
3	24	10		19	5	1	女	
	25	10	3			保護者	男	
1	26	11		11	2	2	男	
	27	11	11			保護者	女	
2	28	12		12	2	2	男	
1	29	12		18	4	2	男	
	30	12	21			保護者	女	
3	31	13		13	2	3	男	
	32	13	12			保護者	男	
4	33	14		14	3	3	女	
	34	14	6			保護者	女	
1	35	15		15	3	3	女	
4	36	15		24	7	2	男	
	37	15	19			保護者	女	
2	38	16		17	4	2	女	
3	39	16		23	7	1	男	
	40	16	5			保護者	男	
4	41	17		20	5	2	女	
	42	17	24			保護者	女	
2	43	18		22	6	3	女	
	44	18	16			保護者	男	
1	45	19		25	7	2	男	
	46	20	2			保護者	男	
	47	21	13			保護者	男	
	48	22	14			保護者	女	
	49	23	15			保護者	女	
	50	24	22			保護者	男	
	51	24	23			保護者	女	
	52	25	26			保護者	男	
	53	26	27			保護者	女	
	54	27	28			保護者	男	
	55	28	29			保護者	男	

班分計

班	年	組	性別	氏名
1	1	1	男	
	1	3	女	
	2	2	男	
	3	3	女	
	4	2	男	
	7	2	男	
2	1	1	女	
	1	1	男	
	2	1	女	
	2	2	男	
	4	2	女	
	6	1	男	
	6	3	女	
3	1	1	男	
	1	2	女	
	2	1	女	
	2	3	男	
	5	1	女	
	7	1	男	
4	1	3	女	
	2	2	男	
	3	3	女	
	4	1	男	
	5	2	女	
	7	2	男	

## 緊急連絡先

吾妻学園中学校： 029-

古澤校長先生： 090-

酒井教頭先生： 090-

吾妻学園小学校： 029-

栗山教頭先生： 090-

おやじの会 会長 津田さん：

080-

吾妻中PTA 長屋（キャンプ実行委員長）：

090-

人の命を守る会 小島さん

090-

(株)モンベル 福本店長

029-

(つくば店)

国総研 水上主研 080-

井上さん 090-

小沢さん 090-

谷川さん 029-

感想文（絵日記）を書こう

絵を描こう

A rectangular box with horizontal dashed lines, intended for writing a感想文 (reflection essay) or 絵日記 (picture diary).

サバメシがうまく焼けたらハンコをもらおう！ 名前は自分で書いてね。

