

2日目

8月8日(日)

| 時間 | 項目 | 内容 |
|-------|---------|---|
| 6:00 | 起床 | 起床促し、おはようあいさつ |
| 6:30 | 体操 | 全員でラジオ体操 |
| 7:00 | 朝食 | ハイゼックスでご飯作りを体験 * ガスコンロまたは薪でお湯を沸かす * 配給を体験する 味噌汁など |
| 8:45 | | |
| 9:00 | 野外・屋外活動 | 身の回りの整理、テント撤収、 校庭体育館の清掃 消火訓練(水消火器) 煙ドーム体験 * 班に分け、ローテーションする 消防署の方のお話(全員) プール |
| 11:20 | | |
| 12:00 | 閉会式 | あいさつ 感想発表(班ごとに) |
| 12:30 | 解散 | パン・タオル等配布 解 散 |

災害時一口メモ

備えあれば憂いなし・・・こんなものを備えておく
といざと言う時、とても役に立ちます。

備蓄品チェックリスト(例)

- 飲料水
- 食料品
- 衣類
- 卓上コンロ(ボンベ)
- ロープ
- ビニールシート(敷いたり雨よけ)
- 布製ガムテープなど
- 簡易トイレ

一人あたり1日
3リットルの水を3日分

7日分うち調理不要の
非常食3日分程度

季節に応じ
ジャンパーなど

持ち物



忘れ物がないように、
もう一度 確かめて!!

| 名称 | 数量 | 備考 | チェック |
|----------------|------|---------|------|
| 飯ごう(用意できる人のみ) | 1 | | |
| 寝袋又は毛布等 | 1 | | |
| 米(無洗米は不可) | 1合 | 洗わずに | |
| 軍手 | 1 | | |
| 箸、スプーン、フォーク | 各1 | | |
| 皿(カレー、朝のご飯用) | 1~2 | | |
| みそ汁用おわん類 | 1 | | |
| タオル、フキン | 2~3 | | |
| 懐中電灯 | 1 | | |
| 着替え(下着、靴下等) | 各自 | | |
| 水着セット | 各自 | | |
| 洗面用具 | 各自 | | |
| 上ばき | 各自 | | |
| 水とう | 各自 | | |
| 参加費(おつりのないように) | 700円 | 当日受付で集金 | |
| 健康カード | 1 | 当日受付で回収 | |
| しおり | 1 | | |