

家族（子ども）と一緒に災害に備える

災害時に出くわす状況は、一人一人、ひと家族ごとに異なります。災害に備える上で大切なことは「もしもの時」をしっかり想像できるかです。

普段から想像・体験しておきましょう

災害発生後は、「慣れない状況」となることがありますので、大人も子どもも慌ててしまいます。

しかし、「慣れない状況」にうまく対処できないのは当たり前のことです。

普段から野外ですごすなどの経験を、家族で積んでおき、少しずつ「慣れない状況」に対処できるようにしておきましょう。

①キャンプでの経験

災害時には、停電となるケースが多く、建物によっては水道も使えなくなることがあります。まさに、電気・ガス・水道などをほとんど使わずに一晩過ごす「キャンプ」と似た状況です。

家族でキャンプを経験したことがあるご家庭は、その経験が災害時に大いに役立ちます。また、キャンプをしたことがないご家庭や、お子さんが小さい場合は、**家の中で疑似キャンプを行う「家キャン」を試してみましょう。**

電気を付けずに過ごしてみたり、家に保管している保存食を食べてみたりするなど、実際に試してみることで細かい点に気付くことができます。



②暗闇に慣れておく

暗闇が苦手な子は、暗闇に慣れておくことも大切です。キャンプに使用するミニライトやろうそくなどの明かりのもとで過ごすなど経験を重ねていきましょう。

また、ライトなど、停電時に必要となる物をすぐ取り出せるよう、日頃から決まった場所に配置しておきましょう。

③和式トイレを子どもに使わせておく

災害時は和式トイレしか用意できない場合も考えられます。最近は、洋式トイレが多いため、和式トイレの使用方法を知らない、または使用するのが苦手な子も多くいることでしょう。

子どもと出掛けた先に、和式トイレがあった場合には、積極的に使わせてみましょう。