

国語豊かで災害に負けない久重校をしよう

取り組み内容

<国際チーム>

- 国際遊び交流会
- 国際食試レシピ作り

<防災チーム>

- 逃げ地図作り
- 防災食試食会



国際遊び交流会

2月1日(木)に国際遊び交流会を開きました。この交流会の目的は、日本の遊びや、外国の遊びを知ってもらい、楽しく遊んでもらうことです。



めんこ (日本)

自分達で、めんこに絵をかくて裏返しました。

<遊び方>

- 1, 一人1枚めんこを用意します。
- 2, 投げる人以外のめんこをゆかにならべます。
- 3, 自分のめんこをなげ、ゆかのめんこを裏返せばそのめんこをもらえます。裏返せなかったら投げためんこをそのまま置いておきます。
- 4, 自分のめんこが裏返されたら負けです。最後に残っている人の勝ちです。

感想 めんこを裏返せなくてくやしかったけどまたやりたい。



ゴーフッシュ (アメリカ)

3~4人でトランプゲームをして遊びました。

<遊び方>

- 1, 一人6枚ずつトランプを配り、残りのカードを真ん中におきます。
- 2, 同じ数のカードを捨てます。
- 3, じゃんけんで勝った人から右回りにゲームを進めます。
- 4, 右どなりの人に「□のカードありますか?」と聞きます。
- 5, 聞かれた人はそのカードがあったらわたします。なかったら「ゴーフッシュ」といって、聞いた人に残りのカードから1枚引かせます。
- ※引いた時カードがそろったら捨てていいです。
- 6, 4~5を繰り返し、先にカードがなくなった人の勝ちです。

感想 だれが何のカードを持っているか覚えるのがたいへんだった。
家族と一緒に遊びたい。

ダイスゲーム (アメリカ)

用意する物 (1人分) ・サイコロ 5個 ・紙コップ 1個

ルール

- 1, まずサイコロを1人5個用意します。
- 2, サイコロを紙コップに入れて、手でふたをしてふります。
- 3, コップをひっくり返して、出た目が2~5ならコップにもどして、1ならサイコロをのけて、6ならサイコロを相手にわたします。
- 4, これを何回かくり返し、先にサイコロがなくなった方の勝ちです。



アクセルフットボール (スウェーデン)

用意する物 ボール

ルール

- 1, まず全員で円になります。
- 2, 足と足の間にボールが入らないように手で守ります。その時に手は足の後ろにまわして手を足と足の間にし出します。
- 3, 一人がボールを転がして自分の場所にボールが来たら手で他の人の場所にボールを転がします。
- 4, ボールが足と足の間に入ったらその人は円の中からぬけます。
- 5, 最後まで残った人の勝ちです。

ぜひ遊んでみてください。

作った料理 久重風オーブンステッド・エープレフレスカン (デンマーク×久重)



パンプキンナチョス (アメリカ×久重)



地域に住む外国人のトービアンさんとダグラスさんに教えてもらった外国料理をもとに、ぼくたちが久重の食材でアレンジしました。

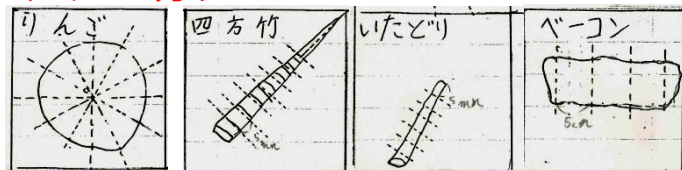
久重風オーブンステッド・エープレフレスカン

材料（4人分）

四方竹…5本
いたどり…皮を向いて2本
りんご…小さめ3個
ベーコン…厚さ5mm×8枚
バター…30g
パセリかタイム…適量
塩コショウ…適量

<作り方>

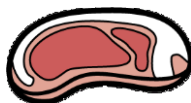
1. 材料を切る
りんご…12等分にくし切り
四方竹…厚さ5mmに輪切り
いたどり…厚さ5mmに輪切り
ベーコン…はば5cmに切る
2. フライパンにバター10gをとかし、りんごを中火でいためる。いためたりんごを耐熱皿に入れる。
3. フライパンにバター10gをとかし、ベーコンを中火でいためる。いためたベーコンを2の耐熱皿に入れる。
4. フライパンにバター5gをとかし、四方竹を入れて中火でいためる。その後、いたどりも同じようにいためる。いためた四方竹といたどりを3の耐熱皿に入れる。
5. 180度に予熱したオーブンで15分焼く。
6. お皿に盛りつけ、塩コショウとパセリかタイムのをせたら



完成！

アレンジした部分

- ①えのきを加える。
- ②タマネギを四方竹に変える



感想 作り方、切り方が分かりやすかった。
りんごが入っている意外性が新鮮。
四方竹のシャキシャキ感がとてもおいしかった。



パンプキンナチョス

材料（1皿4人分）

トルティーヤチップス…1ふくら
カボチャ…半分
四方竹…2本
いたどり…30g
バター…10g
牛乳…200cc
パルメザン粉チーズ…適量
塩コショウ…適量
オニオンソルト…適量
パプリカパウダー…適量
サワークリーム…お好みで

<作り方>

1. カボチャをつぶす。むすどつぶしやすい。
2. いたどりをこま切りにする。
3. 四方竹をこま切りにする。
4. カボチャ、いたどり、四方竹、温めた牛乳、バターをボウルに入れてまぜる。パルメザン粉チーズ、オニオンソルト、パプリカパウダー、塩コショウ、サワークリームで味付けをする。
5. 耐熱皿にトルティーヤチップスをしき、4とチーズをたっぷりのせる。
6. 5を2、3回繰り返す。
7. 200度に予熱したオーブンに入れて10分ほど焼く。
8. チーズがとけたら

完成！

アレンジした部分

カボチャ、四方竹、イタドリを加える



感想 カボチャがかたいので注意が必要ですが、子供達でも作れる料理だと思います。

四方竹やイタドリと合うのかな？と疑問でしたが、ナイスな組み合わせでしたよ。

カボチャのディップがとてもおいしかったです。



にげ地図作り

災害時、できるだけ安全に避難するためのルートを知るためのにげ地図を作りました。緑ヶ丘団地、重倉地区、久礼野地区の3つの地域に分けました。各地域に

くわしい人に教えてもらいながらにげ地図の作成をしました。昔使われていた道などを教えていただきながら各地域のにげ地図を作りました。3分間にお年寄りが進めるきよりで色分けをして道をぬりました。

災害時には土砂くずれで通れない所にバツマークをつけて分かりやすくしたりしました。出来上がったにげ地図を見て思ったことをふせんに書いて地図の空いたスペースにはりました。最後に他の地域のチームと発表しあいました。

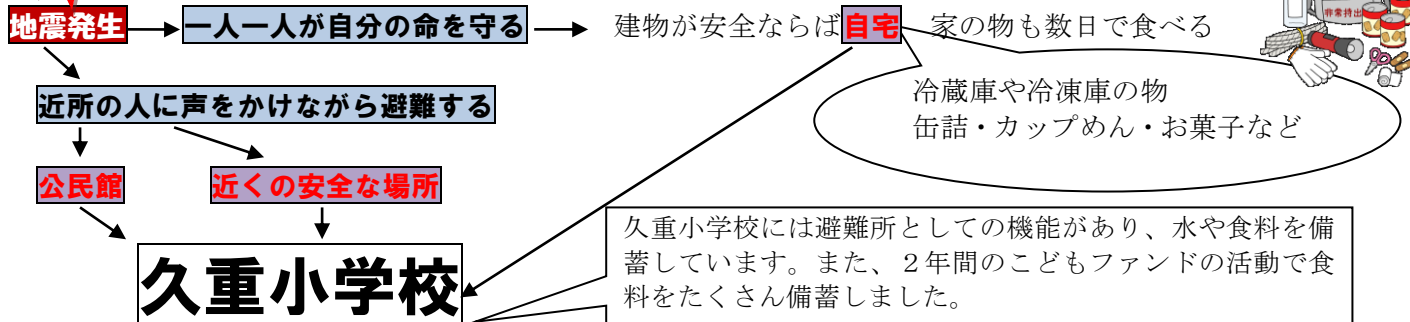


大事なことは、できるだけ安全な道を通してにげることだね。

久重小学校まで来ることができればみんなもいるし心強いね。



久重地区で地震が起こったら...



いろいろなご飯（わかめご飯など）缶詰のパン、カンパン、ビスケット、水などがあります。



力を合わせて乗り切りましょう

地域探検

災害時、安全に避難するためのにげ地図作りに続いて、緑ヶ丘団地、重倉地区、久礼野地区の実際に避難する道を歩き、どのような状態か確認しました。

緑ヶ丘団地

・**団地の下に住む人**

→ ゴルフ場の方（一時避難場所）に避難



〈注意〉
・高齢者や小さい子供は道が通りにくい。
・足場が悪い。

・**団地の上の方に住む人**

→ 険しい道を通り避難

〈注意〉

・とがった植物があって危険。



公民館の横から登る。

道が舗装されていない。

この様な場所につきます。

重倉地域

- 川にかかる橋がたくさんある。
橋がくずれるおそれがある。
橋が水ぼつすることもある。
- ブロックがくずれて、道をふさぐおそれがある。



- ・車の通る大きな道が、土砂くずれなどで通れない時
↓
- ・農道を歩いて公民館や学校に避難する
(ぬけ道がたくさんある)

久礼地域

- 高知市街地から久重地区への大きな道路が土砂くずれのため通れなくなった場合、一宮・薊野地区から「四国の道」をあがって来ることができる。
- 土佐神社からブリタニアまでおよそ2.5キロ。登ってくるのも、下るのも楽ではない。



注意

- 道に落ち葉があるのですべりやすい。
- 道が険しいので小さな子供やお年寄りには難しい。(2.5キロのほとんどが険しい道)

← このような物を目印に、登ったり下ったりできます。



防災試食会

この試食会は、災害が起きたとき小学校にある非常食がたりないので、よりおいしいものを備蓄するために行いました。
食べてもらったのはこちらです。



**かんパン・マフィンパン・チョコチップパン・
牛飯・青菜ご飯・炒飯**

備蓄するようになったのは、**かんパンとマフィンパン、牛飯**です。
これは、食べてもらった方にアンケートを書いてもらった結果をもとに決めました。



クイズ (答えは、このページの下にあります。)

- 第1問 おやつについて 「かしパン・ポテトチップス・かんパン」非常食に合っているものは、どれでしょう。
- 第2問 主食について 「おにぎり・アルファ米・カップめん」非常食に合っているものは、どれでしょう。
- 第3問 飲み物について 「水・ジュース」非常食に合っているものは、どれでしょう。
- 第4問 賞味期限について 賞味期限が過ぎた物は、「食べられない・食べられる」どちらでしょう。

備蓄するポイントは、**賞味期限**の長さと**実用性**、そして**安さ**です。

**みなさん災害が起こったときのために、
非常食を備蓄しておきましょう。**

かんパン	理由	ほかの食べ物は、賞味期限が短いのでかんパンです。
アルファ米・カップめん	理由	アルファ米は賞味期限が長く、カップめんは賞味期限はあまり長くないですが、安く食べては買えるので買えるからです。
水	理由	飲料水としても使えますし、傷口を洗ったりしても大丈夫です。
ジュース	理由	風味や味は落ちますが、食べるかは色、におい、味、ぬめりで決めます。

協力：久重地域連携協議会・久重自主防災連合会の皆さん、久重地域の皆さん、畠中洋行さん、畠中智子さん
製作：H29年度高知市立久重小学校6年生（国際チーム：橋詰倭奈・武林青空・上村美咲・伊與木心杏・川村歩大）
（防災チーム：和田拓真・山本薪之介・今久保琴音・土居健人・中原未来・野中一秀）