

# ハグ HUG(避難所運営ゲーム)

HUGは、避難者の年齢や性別、国籍やそれぞれが抱える事情が書かれたカードを避難所の体育館や教室に見立てた平面図にどれだけ適切に配置できるか、また避難所で起こる様々な出来事（イベントカード）にどう対応していくかを模擬体験するゲームです。

プレイヤーは、このゲームを通して避難者の事情を考慮しながら部屋割りを考え、また炊き出し場や仮設トイレの配置などの生活空間の確保を考えます。自由に意見を述べかつ話し合いながらゲーム感覚で避難所の運営を学ぶことができます。コミュニケーション学習にも役立ちます。

## 1 開会・オリエンテーション (30分)

- ① HUGの進め方の説明
- ② 前提条件の説明
- ③ アイスブレイキング（学級で行う場合は不要）
- ④ 読み上げ係の選出



## 2 ゲーム実施 (60分)

読み上げ係は、避難者カードを1世帯単位で読み上げプレイヤーに渡していきます。プレイヤーは、避難所の通路や地区割りどうするかを相談し（通路や地区名を体育館・教室の用紙に書き込むことも自由）、避難者カードを配置していきます。

## 3 感想・意見交換 (30分)

ゲーム終了後、意見交換の時間を設けます。用意したメモ用紙に各自の感想や他のグループに聞いてみたいことを記入して、グループ内で発表します。そして、他のグループに聞いてみたいことを一つ選びます。その質問を他のグループに投げかけ、回答や意見を求めます。

## 4 閉会

最後に、ゲームの終了を宣言して閉会します。

**準備** 野外教育センターでは学級単位基本として実施しています。  
場所は研修室で、6人以内のグループ編成での実施をお願いします。  
※ただし、3クラス以上の場合は、体育館等で実施します  
施設職員におたずねください。



**料金** 1グループ200円（用紙印刷代）。講師料は無料です。

施設利用料金は、小中学生の学校行事として実施の場合は、無料となります。

# 災害時に役立つパッククッキング

もしもの災害に備える、日常にも役立つ簡単に作れるパッククッキングを紹介します。

パッククッキングとは、ポリ袋に湯せんで火を通す調理法です。

ガスや水道、電気などのライフラインが使えなくなっても、備蓄食材とパッククッキングの備えがあれば、簡単に温かい食事を作って食べることができます。野外学習で実施する薪を使って火を扱うことも大切な技になりますが、野外学習の新しいプログラムとして考えてみたらいかがでしょうか。

## 1 調理に必要なもの

- カセットコンロ（センターでレンタルできます）
- ガスボンベ（持参してください）
- 鍋（センターでレンタルできます）
- 耐熱性ポリ袋（湯せん可とあるもの）（持参してください）
- 水（センターの生水は飲めませんので、ペットボトルで準備しましょう。鍋の水は蛇口の水でも、川の水でも OK です。）
- ごみ等もなるべく出ないような方法を考えましょう。

## 2 パッククッキングのやり方（2 時間）

### 1. 材料を用意する



### 2. 材料と調味料をポリ袋に詰める



※空気を抜いてから、袋の上の方で口を結びましょう

※袋の空気は水に浸けながら抜くと水圧でしっかり抜けます

※鍋の底にお皿や落し蓋をしくと、袋が破れる心配がありません

### 3. 沸騰した鍋に入れて煮る



※ご飯の場合は、火を止めて 10 分ほど蒸らします

### 4. 野菜なら 20 分煮て完成です



※ご飯や煮物だけでなく、スープやパンも作ることができます。ネット等でよく調べ、いろいろな方法を試してみてください。材料や調味料の分量等、レシピもありませんので、下調べをお願いします。

※食材は、(株)Sign（食堂業者）で注文できます。

# ブルーシートを使ってビバークに挑戦

もしもの災害に備えることは大切です。家に戻れないとき。寒さや風雨から逃れる方法の一つにすぐ手に入るブルーシートがあります。野外でいろんな活用の仕方があります。ブルーシートを使ってビバークを体験してみませんか。

- 1 用意するもの（野外教育センターでレンタルできます）
  - ブルーシート 3.6×5.4m（1枚）（施設で貸し出しできるものは10セットまで）
  - ロープ 5m 1本
  - ペグ 5本
- 2 班編成 5人～8人程度
- 3 実習内容（2時間）
  - ① ロープワーク実習（40分）
    - ・もやい結び ・まき結び ・自在結びなどを学びます。
  - ② テント設営（50分）
  - ③ 撤収（20分）
  - ④ まとめ（10分）

※雨天時は、雨天ファイヤー場で行いますが、広さの関係からテントの数が制限されます。

