

防災の日



9月1日に、防災の日のおはなしをしました。
保育園で毎月避難訓練をしていること、
園で備蓄している防災頭巾のこと、避難するとき、
自分の身を守るために、大切なことも伝えました。

“しゃべらない” “かけない” “おさない” “もどらない（前のひとについていく）” “だんごむしのポーズ”
大切なお話をするよ！と言って、防災の話をするよ、みんな、とっても真剣に聞いてくれました。



非常食、食べたことがありますか？
備えてはいるものの、なかなか食べる機会もなく…という方もいるかも
しれません。大人は、“食べるものが限られている”と思うと、苦手な
ものでも多少、我慢をして食べられるかもしれませんが。しかし子どもは
口すら開かないこともあります。

ひまわり乳児保育園では、普段の給食からも、「食べ物を知る」
「食べ物に慣れる」ということを繰り返し、「いろいろなものが食
べられる」ようになっていく姿をたくさん見ます。今回、給食だ
よりも掲載しているのですが、子どもは「初めての出会い」を
繰り返しながら少しずつ食べられるようになります。
災害時、食べ物はあるのに食べられない…ということにならない
ためにも、備えているものを知り、食べて、慣れるという取り組
みを実施しました。

アルファ米は、炊いたお米を乾燥させてあ
ります。普通の生のお米はツルツルした丸
みを帯びた楕円型ですが、アルファ米はす
こしでこぼこしていました。食べる前にみ
んなで観察しました☆



事務所で、お湯を注
いで作りました。
みんなで食べるもの
なので、消毒をして
マスクを着用して…
実際の災害時にも対
応できるように、職
員にとっても、大切
な訓練です。



水やお湯を注いで混ぜるだけの、簡単な工程ですが、
袋の中に何が入っているか、どれくらいの時間がかか
るのかなど、やってみて気づけたことがありました。



袋の下から手で押し出してそのまま口へ入れて食べられるようかんなので、子どもたちにも袋のまま食べてもらいました。少し指先に力を入れて押し上げるので、難しい子は、職員がサポートしました。袋のふちに口を付けて直接ようかんを口へ運ぶのですが、みんな上手に食べていました。中には普段ようかんが苦手な子も食べていて、雰囲気や形状が変わることで挑戦してみようという気持ちになる子もいました。



災害時、身も心も弱ってしまっているときに、「食べる」ことは大きな活力となります。体に栄養も行き渡り、おいしいものを食べると心も満たされています。「食べる」ことがストレスとならないように、おいしく食べられるように、色々な経験を増やしていけると良いなと思います。