

# 【段ボールベッド】の進め方

## 活動前の準備

- ① 担当職員と打合せを行い、使用する部屋の鍵を借りる
- ② 段ボールベッドを確認する

## 活動の流れ

- ① 集合場所に班ごとに並べる
- ② 防災についての話をする
  - ・気候変動で日本でも災害が増えている
  - ・自分たちの住んでいる場所でもいろいろな災害が起こる可能性がある
  - ・いざというときに備えておく必要がある
  - ・学校なども避難場所になる可能性がある
- ③ 災害発生時、避難所の生活についての話し合い
  - ・避難所での生活には、どんなものが必要か  
(例：食べ物、水、トイレ、寝る場所・・・)

※ 今日は、段ボールベッドを作って実際に寝てみることを伝える
- ④ まず床に寝てみる
  - ・床に寝てみての感想を聞く
- ⑤ 段ボールベッドづくり
  - ・安全に気を付けてベッドを組み立てる  
(ベッドの組み立て方は、段ボール側面に記載)
- ⑥ 段ボールベッド体験
  - ・順番に実際に寝てみる
- ⑦ まとめ・ふりかえり
  - ・段ボールベッドに寝てみての感想を共有する
  - ・段ボールベッドがどんなときに有効か、どんなところがよいか考える  
(例：高齢者や身体の不自由な人に便利、個人の空間が確保される、  
冷え込みやほこりの吸い込み、エコノミー症候群を防ぐ効果等)
- ⑧ 片づけ
  - ・最初と同じようにパーツを段ボールに収納する
- ⑨ 完了報告
  - ・事務室に使用した部屋の鍵を返却し完了報告をする