

楽しんで、競い合って、身体で覚える

火災時の避難やけが人の搬送など、災害時に役立つ行動をスポーツとして体験する「防災スポーツ」が、楽しみながら災害への備えるができるとして、全国に広がりつつあります。

常総市防災の日にあわせて例年開催している防災シンポジウム。今年度は、防災教育に防災スポーツ競技（防リーグ）を取り入れた体験型イベントとして、茨城県内の自治体で初めて開催をしました。

このイベントは、楽しみながらも災害時に役立つノウハウを提供し、参加者の防災意識の向上を図り、いざという時の防災行動に繋げることを目的に開催をしたものです。

防災スポーツについて、詳しく知りたい場合は、防災危機管理課までお問い合わせください。

◆問い合わせ＝☎防災危機管理課（内線2210）

※「防災スポーツ」と「防リーグ」は株式会社シンクの登録商標です。

企画・運営：株式会社シンク

「もしも」の時に備え、スポーツで防災を学ぶ

集中豪雨や大型台風・地震など、大規模な自然災害が今年も全国各地で発生しています。

こうした大規模自然災害は、テレビや新聞の中だけの出来事ではなく、いつ自分の身に起こるかわかりません。

そのため、災害発生時に自分の身を守るだけでなく、家族など身の回りの人を助けるために必要となる行動について、知識だけでなく実際に行動に移せるように、繰り返し身体を使って覚えることが重要となります。

災害時は防災に関する知識に加えて、体力・スピードといったスポーツが持つ特性が重要になります。

例えば、避難所に届くたくさんの物資を運搬し、効率よく限られたスペースに収納するには、知識に基づく判断力だけでなく、物資を目的の場所に運ぶための体力の両方が求められます。

そこで、防災教育にスポーツの持つ親しみやすさを取り入れることで、楽しみながら、競い合い、繰り返し身体を動かすことで、災害時に必要な動作を身体で覚えることが期待できます。

DISASTER PREVENTION×SPORTS



防リーグ（防災スポーツ競技）紹介

キャタピラエスケープ



Caterpillar Escape

〔キャタピラ煙避難競争〕

火災時の煙の中や低所など、姿勢を低くして行動する速さを競うレースです。



災害が起きたら

煙の広がる
速さは
想像以上に速い



身につけるスキル

低い姿勢で煙を
吸い込まないように
避難する



提供：株式会社シンク

VOICE 参加者の声



色々な運動が出来て、とても楽しかったです。

人を助けたり、避難する体験が出来たので、災害があった時に役立つと思います。火事の時に姿勢を低くすることがわかったから(実際に火災が起きたら)低くして避難したいです。

宮地 悠可 ちゃん

VOICE 担当者の声



今年は子どもから大人まで幅広い層に楽しみながら防災を学んでもらえるように、体験イベント型にしました。今後は、防災スポーツを多くの人に体験してもらえるように、学校の防災学習にも取り入れていければと考えています。

防災危機管理課 寺田 優希