

南街公民館・市民企画運営講座 街づくり懇談会

「先取り！ 子育て情報」

● 第一回「災害から子どもを守るには？」

市民企画運営委員

2024年1月30日

2023年度第一回講座が、1月30日に南街公民館202号室で開催されました。これから連続5回にわたり、保育付きの子育て情報講座が開催されます。夫婦や単発での参加も可能です。第一回の本日は、講師や運営委員を含め16名の参加者となりました。講座内容は以下の通りです。



1. 「災害から子どもをまもるには？」（10:00～11:30）

講 師：宮丸みゆき氏（NPO 法人ママプラグ理事）

内 容：災害から子どもを守る為の防災知識や備えについて知る。



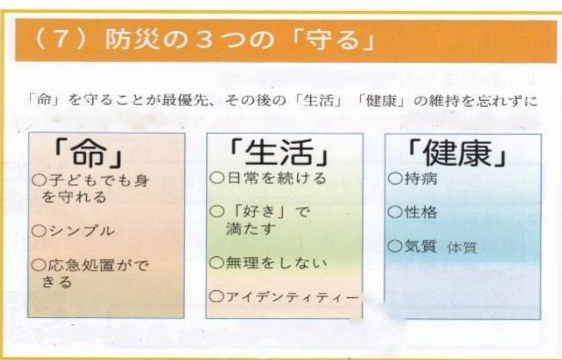
東京都



東京都

ハザードマップなどを利用して、お迎えの道筋を確認しましょう。

南街地区の地域危険度(建物倒壊・火災)は、レベル3の地区があります。(1～5の中で)



東京都

「命」救急救命を学びましょう。

「生活」のどあめは大切。歯磨き用品も。子どものプライドを気づけけない様に(例：おむつをさせてしまう。)

「健康」胃腸薬必要

考えてみましょう！「わが家の特徴」(例)				
	私	夫	娘(15歳)	息子(8歳)
食べ物 ・好きなもの ・毎日なくてはならないもの	甘いもの お酒 コーヒー	白飯 お酒 大食い	白飯 牛乳 野菜類	白飯 納豆 牛乳 おかし
習慣 ・毎日欠かさないこと	ストレッチ スマホ	高血圧の薬 メガネ 夜磨の薬	スマホ 漫画 受験勉強	スマホ YOUTUBE レゴ SWITCH
性格・特徴 ・身体的なこと ・精神的なこと ・得意なこと ・苦手なこと	睡眠 頭痛 生理痛	匂い 近視 不眠	生理 思春期 人見知り	怖がり ママっ子 喘息
生活スタイル ・自己 ・仕事 ・趣味 ・娯楽	オンライン 音楽 Netflix	健身熱狂 スマホゲーム 深夜帰宅	アニメ KPOP 韓国ドラマ ダンス	外遊び 面白い事 ポケモン

東京都

家族の個性でオーダーメイド防災を考えましょう。

(家族)アレルギー・持病・妊婦・潔癖性・生理痛・眼鏡・偏食など
(家族全体)住んでいる場所の特徴・働いている場所と自宅の距離・ペット・家の広さなど

(4) 非常用持ち出しバッグの考え方②

<ママ・パパバッグ>を活用しましょう

定番アイテム

おむつ
おしり拭き
授乳グッズ
お着替え
おくるみ
おもちゃ
おやつ など

防災アイテム

モバイルバッテリー
携帯用ライト
救急セット
アルミブランケット
大人用の飲料
大人用の食料 など

非常用持ち出しバッグに！

東京都

(4) 非常用持ち出しバッグの考え方④

<ニーズに合わせた備え>

乳幼児

・おむつ
・授乳セット
・おしり拭き
・おくるみ
・お気に入りのおもちゃ
・離乳食 など

妊産婦

・折りたたみ椅子
・防寒具
・サプリメント
・母子手帳 など

アレルギーや持病のある方

・常備薬
・エビペン
・アレルギーサイン
・お薬手帳 など

基本のグッズにプラスして持ち出しバッグを作ってみましょう

東京都

(5) 災害時行動のポイント

まずは、命を守り、慌てずに次の行動へ

NG行動

①単独行動
②ベビーカー・自転車行動
③危険箇所の自撮り・撮影
④SNSのデマ情報を信じる
⑤「災害時だから」と我慢する
⑥子供のことを全部やっけてあげる

オススメ行動

①集団行動
②抱っこ・おんぶひも使用
③「危険」を周囲にも声かけ
④ラジオ・自治体などからの情報収集
⑤ライフラインの整った被災地外への避難
⑥子供自身が自分でできることを増やす

東京都

ベビーカーは使わない(荷物運搬としては可)。
2次非難(被災地外)も考慮。

(7) 災害の後の心のケア

「命」が守られるのは当たり前のこと。
「心」を守らないと「健康」な生活とは言えません。

<大人にできる心のケア>

話をはっきり聞く時間をもつ
スキンシップを増やす
共感してあげる
今したいことを一緒に探す

いつもと違って当然です。
不安な時は周囲に相談しましょう。

<こんな事があります>

傷口になる
お風呂になる
体調不良になる
外傷
泣き続ける など

東京都

災害遊びは止めない様に
(PTSD の恐れあり)。

参考：今日からできる防災

- 01 外出先では非常口を確認
- 02 カーテンは閉めておく
- 03 食器の重ね方を覚えておく
- 04 包丁は使ったらずきしまう
- 05 寝転んで危険を避けてみる
- 06 日用品は多めに買い置きする
- 07 行けるときにトイレは済ませておく
- 08 生理用品はもう1週間分買っておく
- 09 災害時の集合場所を決めておく
- 10 公衆電話の使い方を子どもにも教える
- 11 地域の行事に参加して
- 12 災害時のペットの預け先を決めておく
- 13 ママバッグは使った分だけ足しておく
- 14 チョコやキャラメルをカバンに入れておく
- 15 防災の本や情報を読んでみる

東京都

2. 「みんなの部屋」を考える会について(11:30~12:00)

講師：鈴木智史氏(東大和リビングテラス「みんなの部屋」準備室)

内容：東大和市清原地区に開業予定の複合施設「東大和リビングテラス」内の、地域交流・多世代交流の場である「みんなの部屋」のお話。



「みんなの部屋」は、公民館的使い方・くつろぎの場所・小商い場所などに利用できます。現在「事業部会」と称して、出入り自由の検討会を行っています。

「東大和リビングテラス」は
3/31(日)見学会
4月か5月 OPEN(ヤオコーは3月)

以上

保育付き

東大和市立南街公民館 市民企画 街づくり懇談会

先取り!

子育て情報



子どもの成長はホント早い!
今、何を知っておけばいいのか…。
子育て情報満載の講座を作りました。夫婦での参加歓迎です。
保育付でない方は単発で参加できます。



場 所：南街公民館 202号室
2/27 はバスで現地へ移動

定 員：25人（申込み多数の場合は保育室利用者優先の上抽選）

時 間：午前10時～正午（毎回火曜日 全5回）



回	日時	テーマ	内容	講師
1	1/30（火）	災害から子どもを守るには？	災害から子どもを守るための防災知識や備えについて知る。	みやまる 宮丸みゆき氏（NPO 法人ママプラグ理事）
2	2/6（火）	幼児期の子育てって？	保育園・幼稚園・公園・遊び・習い事について知る	こまつあゆみ 小松歩氏（白梅学園短期大学保育科教授）
3	2/13（火）	小学生の子育てって？	学校・学童・放課後子ども教室・ランドセル来館・かるがも・一時預かり・病児保育・児童館について知る	
4	2/20（火）	子どもの第3の居場所	いろいろな安心のために知っておきたい第3の居場所について知る	
5	2/27（火）	第3の居場所「しいのみハウス」(三鷹市)を見学	見学会（バス・弁当持参） 集合時間 午前9時 解 散 午後1時	かくまきさこ 角間雅子氏（しいのみハウススタッフ）、小松歩氏

保育について：定員12人（0歳児は3人まで）

令和5年9月23日以前生まれ（満4か月以上）の首がすわっている乳幼児
（定員を超えた場合は、保育室未経験者優先で抽選）



1月23日（火）午前10時～11時30分 慣らし保育・オリエンテーション

3月5日（火）午前10時～正午 保育懇談会・3月12日（火）記録集制作

申込み期間：12/1（金）～（保育のみ1/13（土）期限）

窓口と電話：午前8時30分～午後5時（除く日・月・祝日）



☒申し込み可 nangaikominkan@city.higashiyamato.lg.jp

申込み・問合せ：南街公民館 TEL 042-564-2771

みやまる

宮丸みゆき氏（NPO 法人ママプラグ理事）

【NPO 法人ママプラグ】

子育ての当事者が直面する社会問題について、クリエイティブな視点から解決に向けた取り組みを行っている。東日本大震災以降、「家族の“生きる力”を高める」ことを目標に、「賢く学び、楽しく備える防災」をモットーにアクティブ防災®を推進している。

【講師】

自治会での防災専任委員や、幼稚園での PTA 防災委員長を経て、アクティブ防災®事業の活動を開始。東日本大震災での被災者支援をきっかけに防災事業を手掛ける NPO 法人ママプラグのファシリテーターとして、全国の自治体・企業・教育機関で防災講座を行うほか、防災関連記事（新聞、雑誌等）監修、執筆、メディア出演、防災関連商品の企画開発、コンサルティング・アドバイス等、防災に関する様々な活動を行う。

3 人の娘の母。防災士。赤十字救急法救急員。

こまつあゆみ

小松 歩 氏（白梅学園短期大学保育科教授）

1987 年東北大学教育学部卒業、1994 年東北大学大学院教育学研究科単位取得退学、1994 年白梅学園短期大学保育科に勤務、現在に至る。立川市委嘱「夢育て・たちかわ 子ども 21 プラン 推進委員会委員長」（2005 年 4 月～2015 年 7 月）、立川市委嘱「第 1 期夢育て・たちかわ子ども 21 プラン推進会議 会長」（2015 年 9 月～2017 年 9 月）

『発達の理解と保育の課題』保育・教育ネオシリーズ 5（第二版）（共著：同文書院 2010）

『白梅子育て広場 10 年の成果と課題』、白梅学園大学短期大学教育・福祉研究センター研究年報 No.21、P62-82、2016

『遊び観・遊び心と保育・子育て—東京都下における保護者及び保育者への調査研究から』、白梅学園大学短期大学教育・福祉研究センター研究年報 No.24、P3-11、2019

『遊び心でコミュニティの再生を ～世代を超えて子どもの発想に学ぶ地域づくり』（編著：新読書社 2021）、P15～33、P101～113、P114～122

『発達の理解と保育の課題』保育・教育ネオシリーズ 5（第三版）（共著：同文書院 2023）

かくままさこ

角間雅子氏（しいのみハウス）

しいのみハウスは、「みんなが、みんなで、みんなの子どもを育てる社会」を目指して、多世代交流・多文化交流による子どもの居場所として、椎の実子どもの家に 2022 年 11 月 1 日にオープンしました。

小中学生が気軽に立ち寄り、さまざまな学びや遊び、体験を通して、人と関わる力、好奇心、学習意欲、自己肯定感を高めます。この事業は、日本財団の「子どもの第三の居場所」助成事業です。

しいのみハウスでは子どもたちと相談をして遊びを決めています。遊びに来た子どもたちの希望や様子によって、遊びの内容や日程が変わる事があります。詳しくは SNS でご確認ください。

小さいお子さん向けのおもちゃも常備していますので、ぜひ遊びにいらしてくださいね！