

# 中リード 光ジュニア 通信

Vol.06  
2025.2.20

「はたちの集い」ボランティア

1月11日(土)12日(日)実施

会場:光市民ホール

最高の笑顔(>~  
のための大活躍!



昨年に続き、今年も「光市はたちの集い」の前日準備と当日の運営ボランティアに参加しました。

前日準備では、ステージに出る代表者用のうちわづくりや、写真撮影時に使うフォトプロップスづくり、パネルやバルーンの設置などの飾り付けを行いました。当日は、昨年の受付やフォトプロップス配付業務に加え、スクリーンの切り替えやステージのセッティング等の運営補助なども行うなど、昨年よりバージョンアップして、二十歳を迎えるみなさんが充実した時間を過ごせるようにと活躍しました。

Thank  
You!



中学生リーダー養成講座・光ジュニアクラブ事務局

# 「忘れる間もなくやってくる」 自然災害に備えて 防災キャンプ

2月1日(土)実施

会場:周防の森ロッジ

近年、地震や豪雨災害などの自然災害の発生が続く中、いざという時に自分や家族、友達、地域の人たちを守るために行動する意欲を高めるために実施されました。



前半はVRゴーグルを使った疑似体験をした後、自然災害による被害状況や防災・減災のための備えなどについて光市防災危機管理課の職員の方にお話していただきました。また職員の方の指導の下、避難所用のテントや段ボールベッドを実際に組み立てました。プライバシーを守るためにの取組や、少しでも健康に過ごすための工夫について学びました。

後半は非常食(お湯で戻して食べるα米)を試食し、非常食や支援物資だけだと、栄養が炭水化物や脂質・糖質に偏りがちだということを学びました。

防災クッキングでは、缶詰などの保存食や、玉ねぎや魚肉ソーセージなど常温保管できる食材を使って、ポリ袋調理をしました。限られた水や食材、道具での調理ということで、いつもよりかなり時間がかかりましたが、初めて使う缶切りの扱いなどにも次第に慣れ、準備から片付けまで、お互いに助け合いながらやり遂げることができ、協力することの大切さを改めて感じることができました。



## 参加者の声 \*アンケートより一部抜粋

- VR体験が怖かった。本当に災害が起きたときはもっと怖いと思った。
- 避難した人たちの大変さがわかった。
- 南海トラフなどの大きな災害が起きる前に準備をすることの大切さを学んだ。
- 家族と話し合い、どうするべきかを明確にし、いつ災害が起きても大丈夫なようにしたい。
- 避難後の生活で必要になるテントや段ボールベッドの作り方、防災クッキング、アイテムの作り方を知ることが出来てよかったです。今回学んだことを活用して、みんなで生き延びられるように協力したいと思った。
- 以前よりも火をうまく扱えるようになった。
- 少しの工夫で命が救われたり、日常に近い生活を送れるようになりすることが分かった。
- 実際に炊き出しをやってみて、大変さが分かった(缶切りの使い方など)。特に外でやるから、雨も降っていたり、寒かったりしてとても時間がかかった。
- 防災食を作るのに、水などを節約しながら作らないといけないので大変だった。
- 非常食のカップラーメンはうれしいと思っていたけど、栄養や毎日ということを考えると楽ではないと気付いた。
- 防災グッズ作り(紹介)では、いろいろな物が、いろいろな形に変化していくびっくりした。



## 途中加入も随时受付中

申込は各中学校の担当の先生  
または 右側の QR コードから

地域部活動移行

中リー・光 Jr クラブ

WEB サイト



ホームページ



講座の情報や活動の様子などを

写真 や動画 で紹介しています