

めざせ！ 災害サバイバルマスター

監修=片山誠
協力=72時間サバイバル教育協会
発行=太郎次郎社エディタス

Web紹介



NDC369.3

(防災)

全4巻

A4判／図書館対応堅牢製本／32頁／オールカラー／C8075／セット定価=10000円+税(各巻定価=2500円+税)



① 助けを呼ぶ 火起こし

② 安全な水 ナイフと道具

③ シェルター 食べもの

④ 応急手当 チームワーク

災害は、家族や大人といるときに起こるとはかぎらない。

8つのプログラムを体験し、災害時を生き残るために必要なスキルとマインドを習得。

検定をクリアして、自分の身を守り、ほかの人も助けられる「災害サバイバルマスター」になろう！



体験のヒントになるコラム

各分野の第一線で活躍する
スペシャリストが
災害時に役立つ知識を伝授

災害経験者への
インタビュー

ぼくたちサバイバルマスターが
プログラムを案内するよ。
登場人物たちといっしょに、
ステップアップしていこう。



①助けを呼ぶ／火起こし

プログラム①助けを呼ぶ

ステップ①地域の危険を予想する
ステップ②声を出して助けを呼ぶ
ステップ③ものを使って助けを呼ぶ
ステップ④裏声を出して助けを呼ぶ
ステップ⑤非常用持ち出し袋について考える
スペシャリストに聞いてみた▶旅役者・大道芸人 青山郁彦さん
記憶をつなぐ▶東日本大震災で被災 齋藤菜弥乃さん



プログラム②火起こし

火をつける道具と方法
ステップ①マッチで火をつける
ステップ②小枝を燃やして、火をキープする
ステップ③たき火する場所を選ぶ
ステップ④安定したたき火をつくる
ステップ⑤かまどをつくる
スペシャリストに聞いてみた▶世界一の火起師 大西琢也さん
記憶をつなぐ▶平成30年台風第21号で被災 鈴木修予さん



②安全な水／ナイフと道具

プログラム①安全な水

水道以外で水が手に入る場所って、どこ？
ステップ①泥水の不純物をとりのぞく
ステップ②殺菌の方法を知る
ステップ③水の大切さについて考える
スペシャリストに聞いてみた▶体験活動コーディネーター 長江孝さん
記憶をつなぐ▶東日本大震災で被災 小山綾さん



プログラム②ナイフと道具

ステップ①刃物について知る
ステップ②ナイフで小枝を削る
ステップ③ナイフでリンゴとジャガイモの皮をむく
ステップ④ナタや手斧で薪を割る
ステップ⑤竹や小枝を削って、箸をつくる
ステップ⑥刃物の保存方法を知る
スペシャリストに聞いてみた▶包丁職人 實光俊行さん
記憶をつなぐ▶北海道胆振東部地震で被災 齊藤烈さん



③シェルター／食べもの

プログラム①シェルター

シェルターの種類と使い道
ステップ①市販のテントを張る
ステップ②市販のタープを張る
ステップ③ロープについて知る
ステップ④ロープワークをふたつ覚える
ステップ⑤ブルーシートで小さなタープを張る
スペシャリストに聞いてみた▶登山家 戸高雅史さん
記憶をつなぐ▶東日本大震災で被災 白澤良一さん



プログラム②食べもの

ステップ①非常食になるものを知る
ステップ②非常食を食べる
ステップ③空き缶でごはんを炊く
ステップ④おにぎり 1 個で 1 日を過ごしてみる
スペシャリストに聞いてみた▶アドベンチャーランナー 北田雄夫さん
記憶をつなぐ▶北海道胆振東部地震で被災 徳保雄馬さん



④応急手当／チームワーク

プログラム①応急手当

ステップ①応急手当について理解する
ステップ②手袋のつけ方・はずし方を習得する
ステップ③止血の方法を習得する
ステップ④熱中症の予防法と対処法を覚える
ステップ⑤低体温症の予防法と対処法を覚える
スペシャリストに聞いてみた▶MFAインストラクター 宮野由紀子さん
記憶をつなぐ▶平成30年7月豪雨で被災 渡邊光子さん



プログラム②チームワーク

ステップ①避難所生活に必要な情報をシェアする
ステップ②1 人ひとりが活躍できるチームをつくる
ステップ③過ごしやすくするくふうを考える
ステップ④初対面の人たちとチームになる
スペシャリストに聞いてみた▶『石巻復興きずな新聞』編集長 岩元暁子さん
▶チームビルディング・ファシリテーター 波多野貴史さん
記憶をつなぐ▶東日本大震災で被災 武山ひかるさん



監修者プロフィール

片山 誠 (かたやま・まこと)

72時間サバイバル教育協会代表理事。1971年生まれ。
ボーイスカウトで野外活動の基礎を学び、大学時代は数々の冒険の旅に出る。2006年、アウトドア・ツアーガイドとしての活動を開始。
東日本大震災後のボランティア活動で被災者の声を聞かなかで、子どもたち自身が災害時を生き抜く力を身につけることの必要性を感じ、2012年、「72時間サバイバル」プロジェクトを立ちあげる。
協会での活動のほか、国内外で野外活動指導者の養成や研修をこなす。著書に、プロジェクトの公式テキスト『もしときサバイバル術Jr.』（太郎次郎社エディタス）、『車サバイバル!』（博報堂ケトル）がある。

●72時間サバイバル教育協会 <http://72h.jp>

全4巻

めざせ! 災害サバイバルマスター

ISBN978-4-8118-3115-2 C8075

セット定価=10,000 円 + 税



Web紹介
ページへ

A4判／図書館対応堅牢製本／各32ページ／オールカラー
各巻定価=2500円+税

① 助けを呼ぶ／火起こし ② 安全な水／ナイフと道具

978-4-8118-0816-1

978-4-8118-0817-8

③ シェルター／食べもの ④ 応急手当／チームワーク

978-4-8118-0818-5

978-4-8118-0819-2