

平成27年度 財団せせらぎ 助成金使用報告書

所属	NPO法人札幌オオドリ大学		職名	理事長	助成金額	300,000円
氏名	猪熊梨恵	印	メール アドレス	inokuma@univnet.jp		
研究課題（申請書に記入した内容を記入すること。）						
札幌市民を対象とした厳冬期防災キャンプの実験的実施						
助成金使用実績の概要（日本語で記入すること。図・グラフ等の記載は必須ではない。）						
<p>1. 雪かき授業</p> <p>【目的】積雪寒冷地下における災害現場では自身の活動範囲を確保したり、生き埋めや積雪で家屋から出られない他者を救出したりするためには、長期間でかつ大量の除雪作業が必要となってくる。そこで、本授業では作業者の身体負担を軽減する除雪作業のレクチャーを行う。</p> <p>【内容】ボディーメイクトレーナーによる運動トレーナーによる雪かき授業の実施</p> <p>【実施日時】2015年1月18日 【場所】スタジオベガ（札幌市内）【参加人数】10名</p> <p>体の使い方をエクササイズを通して学び、その都度雪かきスコップを持って変化を体感しながら授業が進んだ。人間は肋骨と骨盤との間に骨を持っておらず、その間を筋肉が支えています。その筋肉を上手に使えるようになると、下腹が引き締まったり、くびれができたりという効果に付け加えて、腰痛改善にも効果があるということを実践。</p> <p>つまり、雪かきにおいて腰が痛くなってしまったり、普段から腰痛がある人には、持ってこい体の使い方を頭で理解していった。雪かきで必要な筋肉の動きを把握し、雪かき自体が自分の身体を整理しボディーメイクしていくことを日々できることを参加者は知ったようだった。</p> <p>2. 厳冬期防災イベント</p> <p>【目的】防災イベント空白世代の20～40代をターゲットに、厳冬期における被災状況を実験的に体験することで、避難行動から避難所運営における「冬ならではの」課題を抽出し、実践を通じた課題解決の知見を蓄積する。</p> <p>【内容】厳冬期における模擬的防災キャンプの実施（DIG、避難所運営訓練、落雪埋没者の救助訓練など）／断水時における積雪の飲料利用等、冬の地震に関するレクチャー、非常用保存食による夕食、三吉神社集会場での宿泊（寝袋は主催者側が準備）、朝食（炊き出し訓練）、冬の避難訓練（街歩き）</p> <p>【実施日時】2015年3月13日～14日 【場所】三吉神社（札幌市内）【参加人数】15名</p> <p>2014年9月6日、ドリ大では札幌で地震が起きたことを想定して、テレビ塔の下でキャンプをしました。その時参加した方からは、「大変だった」「勉強になった」とか、「寒い冬に地震が起きたらどうなるの?」という声が寄せられました。冬に地震が起きたらどうなるのか?を実際に体感。</p> <p>「3月13日（金）18時 札幌市直下を震源とするマグニチュード7.3の地震が発生する。」</p> <p>今度の防災キャンプはここから始まりました。仕事や用事で街に出ている皆さん（参加者の想定として）は、地下鉄もバスも電車も止まり家に帰ることすらできません。不安な気持ちで歩き出すと、停電で真っ暗な街の神社に明かりが見えます。着のみ着のまま集まった皆さんが、助け合って三吉神社の集会場で1夜を過ごします。ちょっと大変だけど、その時自分にできる何かをみつめる時間となりました。</p>						
助成金を使用した成果に関する発表（インターネットに公表されている場合はURLを記載すること。）						
<雪かき授業> http://odori.univnet.jp/subjects/detail/229						
<防災授業>授業の流れなどはFBの記事内で随時更新していきました。また実施後は北海道内の防災情報などを中心に配信しています。 https://www.facebook.com/SAPPOROCAMP/?fref=nf						
発表者氏名 (著者・講演者)	発表課題名 (著書名・演題)	発表学術誌名 (著書発行所・講演学会)	学術誌発行年月 (著書発行年月・講演年月)			

