



自然災害時に  
必要なのは  
サバイバル術  
だけじゃない

**72H** 災害時に  
生き抜く  
力を学ぶ  
**サバイバル**





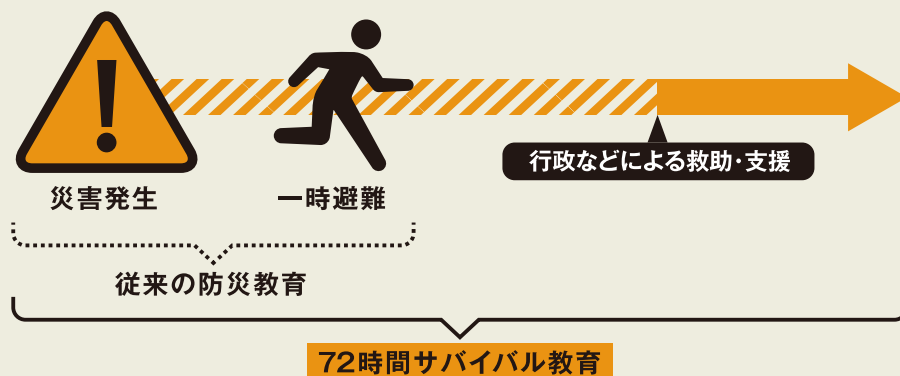
# 災害発生後72時間 生き抜く力を子どもたちに

いつ起こるか分からない災害、  
そのとき子どもたちのそばに大人がいるとは限りません。

災害発生後72時間を超えると、  
生存率は大幅に下がると言われています。

周りに大人がいない状況でも、  
子どもがみずから生き抜けるために必要なのは、  
知識とスキル、そしてマインドです。

「72時間サバイバル教育」は、  
これらを身につけるプログラムです。





# 私たちが実施する 教育プログラムの特徴

災害時に自分を守る（自助）

他人を助ける（共助）を身につけるプログラム

プログラムを受けて終わりではなく、  
自分の地域において、また自分自身のスキルとして  
足りていないことは何かを考え、  
子どもたちが継続して学習していくサポートをしています。



## 1 小学生から参加できる プログラム

プログラムごとに講習を受けると修了証、実技・筆記試験に合格するとワッペンがもらえます。スキルが身についているか？学んだことを理解しているか？が合格の基準。8つのプログラムすべてのワッペンがそろると「サバイバルマスター」として認定されます。



## 2 楽しみながら学び 8割以上がリピーター

答えを教えてもらうのではなく、やってみてトライ&エラーから会得する体験学習プログラム。学習意欲が高まり、8割以上の子どもたちが複数のプログラムにチャレンジしています。



## 3 教育機関や企業と提携し オリジナルのプログラムを実施

これまでに、大阪府立大学をはじめ、小学校などの教育機関や神戸新聞社、ホテル日航関西空港などの企業と共に、体験プログラムを実施してきました。今後もさまざまな機関と提携を進めていきます。





## 目指すのは 防災・減災のその先

自助力を身に付けた子どもたちが、  
率先して避難所を運営できることを目指します。

その過程で、障がいを持った人や乳児を抱えたお母さん、  
お年寄りの存在に気づき日常の中でさまざまな人との  
共助の心が育まれます。  
支えあいを知ることで、地域コミュニティへの意識を高めます。

もしもの災害に備えるだけでなく、  
地域社会で起きているさまざまな問題や課題に意識を持ち、  
行動に移せる人になる。

そんな子どもたちが  
大人の意識をも変えていくことを  
目指しています





## 子どもたちには 生き抜く力を 大人には共育の場を

防災・減災のその先のために、  
主に3つの取り組みを進めています。



### サバイバルマスター育成

8つのプログラムを通じて  
サバイバルマスターを育成



### インストラクター養成

サバイバルマスターを育成する  
指導者を養成



### 講演・講習

さまざまなニーズに合わせた  
コンテンツの提供

# サバイバルマスター育成

## 人の手助けができる サバイバルマスターに

全国の子どもたちにお願ひです。

災害時は、大人たちだけでは対応できないことが  
次々に起こります。

そんな時のために一緒に学び続けてくれませんか？



## 8つのサバイバルプログラム

講習後に行われる検定に合格することで、各プログラムのマスターとして認定され、プログラムごとにデザインの違うワッペンが授与されます。(講習では以下のような形で、子どもたちに投げかけています)



### ファイヤー

たき火が必要な時ってあるかな？必要だとしてら自分一人でも出来るようになってた方がいいよね。



### ウォーター

人は水が無くなると様々な場面で困ることになるよね。確保をするにはどんな方法が有効かな？



### シェルター

簡易的なシェルターがあるといいのはどんな時かな？少しのロープワークで作る方法を覚えておくとう便利だよ。



### フード

食べものの供給が少なくなった場合、限りあるものをおいしく食べられる方法を考えてみよう。



### SOS

自分ではどうにもできない時は助けを呼ぶことも必要かも。そのためにどんな方法があるかな？



### ファーストエイド

ケガをしたり体調が悪くなったりした時に、応急手当を知っておくと、病院に行くまでに悪化を防ぐことができるよ。



### ナイフ

刃物を使えるってどんな便利なことがあるかな？必要な時に使えるようになっておこう。



### チームビルド

人のために自分が役に立てる事は何かがあるかな？チームで役割分担や情報をまとめることで課題が見えてくるかも。

## 「サバイバルマスター」の認定

### 災害時に力を発揮できるように

ワッペンを全8種類集めると、公認「サバイバルマスター」として認定され、マスターワッペンが授与されます。

取得したワッペンを普段使っているカバンや非常用持出袋に縫い付けておくことで、災害時にはサバイバルマスターに、スキルに合わせて活躍するミッションが与えられるという仕組みです。



科目によっては平均合格率30%。マスターワッペン取得は非常に狭き門です。



ついに初めてのジュニアサバイバルマスターが誕生！ワッペン授与の瞬間です。



## 初のジュニアサバイバルマスター認定者の声

### 災害が起こった時には、大人の人たちと一緒に他の人の手助けをしたいです

僕がこの講習を知ったのは、たまたまお母さんがチラシを見つけたことでした。元々アウトドアに興味があったので、すぐに申込みしました。

最初は体験会からでしたが、検定があると知り、何が何でもサバイバルマスターになりたいと思い、毎回参加することになりました。ナイフやシェルターなど、中には難しいプログラムもありましたが、何とか無事2019年の3月に最後のワッペンをゲットし、2年越しでジュニアサバイバルマスターとして認定されま

した。マスターとして認定されたことで、自分にも少し自信が付き、災害が起こった時には、大人の人たちと一緒に他の人の手助けをしたいです。そんな時に備えて、自分自身もっと減災について学び続けたいと思います。

まだまだサバイバルマスターのことを知らない人がたくさんいるので、もっとみんなに知ってもらって、全国各地で災害時に活躍する人が増えていくことを願っています。

吉田純くん(中学2年生)



「何が何でもサバイバルマスターになりたい」という情熱を持ってチャレンジした吉田くん。

## プログラム参加者の声

### ふかく予想をすることも大切 またちょうせんしたいです

水をただ非常持ち出し袋に入れておけばいいと思っていました。でも、水がもしなくなってしまうたらとふかく予想をすることも大切なことです。

ナイフを使ったはしづくりは、最初よりもうまくできました。またちょうせんしたいです。

坂井絆愛さん(小学5年生)

### 子どもが周囲の人の命を 助ける力を身につけられるように

インストラクターさんの「子どもたちの学びの邪魔をしないでください」という言葉がズシッときました。子どもが自身の命、周囲の人の命を助ける力を身につけられるよう、優しく見守る存在になりたいと思いました。ぜひまた参加したいです！

坂井由実さん(お母様)



メッセージを寄せていただいた坂井さん親子



ナイフを使った箸づくりにチャレンジする絆愛さん

## よくいただくご質問

### Q. 何歳から参加できますか？

A. 小学生から講習への参加は可能です。検定は十分なスキルと知識の会得が必要になりますので小学校3年生以上を推奨しています。

### Q. アウトドア経験がなくても大丈夫ですか？

A. はい、未経験者の方も多数参加されています。経験ある、なしにかかわらずご参加いただけます。

### Q. 講習会、体験会の情報はどこで得られますか？

A. ホームページの「イベント・講習会スケジュール」をご覧ください。

72時間サバイバル

検索

<http://72h.jp>



### Q. どのプログラムから参加すればいいですか？

A. プログラムによって難易度は変わりますが、どのプログラムからでもご参加は可能です。スケジュールをご覧くださいご都合に合わせてご参加ください。

# インストラクター養成

## 自ら考えて行動し

## 人を助けることが出来る人を増やしたい

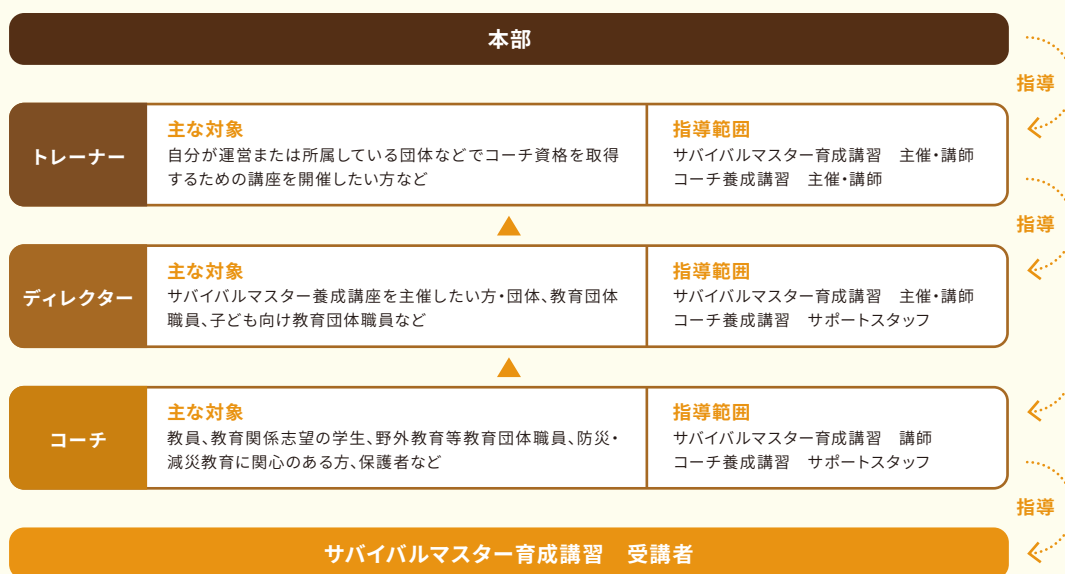
子どもたちの生き抜く力を養う指導者(インストラクター)となって、プロジェクト普及のための講習を主催したり、講師として活躍することが可能になります。

(対象:一般・高校生以上)



## インストラクター制度の流れ

認定資格として「トレーナー」「ディレクター」「コーチ」があります。段階的に資格を取得することで、指導範囲も広がっていきます。



## 参加者の声

### 災害に動じない心の強さが芽生えました

西日本豪雨以来、大雨の度に泣き、震える子があります。災害に負けない心を作りたい。そう思っている時に、このプログラムを知りました。

インストラクター養成講座を体験してみると、実は、自分が災害に恐怖を持っていたのだと気付かされました。講座終了した時に、災害に動じず、なんとかできる。という心の強さが自分に芽生えたのを感じました。自分の根底に根付く生き抜く強さ。これからの時代に必要なものだ と確信しています。

伊達さん(広島県)

### 講師のあり方に衝撃を受けました

日本各地で様々な災害が発生する中、自分に何が出来るだろうかと考えているさなかにこの講座と出会いました。

体験したことのない内容が多く、最後までやり通すことができず不安はありましたが、未知の体験だったからこそ多くのことを学ぶことができたと感じています。

特に、答えを教えられるのではなく受講生自身に考えさせ、さらに正解・不正解をジャッジしない講師のあり方に衝撃を受け、強く感銘を受けました。

酒井さん(京都府)

# 講演・講習

## 「分からない、怖い」から 「こうすればできる、大丈夫」へ

行政、自治体、教育機関、企業などの  
ご要望に応じてアレンジが可能です。

### 講演・講習の例

#### 講演

##### 72時間サバイバル教育について

- ・子どもたちが学び続けたい減災教育とは
- ・減災教育から社会教育に目を向ける
- ・防災ごっこではなく意味のある学習を

その他、ボランティアについて、自然災害についてなどの  
オーダーも可能です。

#### 講習

- ・サバイバルキャンプ(1泊2日/2泊3日/4泊5日)
- ・避難所体験キャンプ(1泊2日)
- ・減災ワークショップ(半日～日帰り)
- ・出張サバイバルマスター講習(1日)
- ・応急手当(メディックファーストエイド®)講習



## 参加者の声

### 床の上で寝ることを体験して、 気づきや学びがありました

今まで被災したことがなく、TVで見る情報しか知りませんでした。実際に水が使えないことを想定したり、床の上で寝ることを体験して、気づきや学びがありました。

寝床の場所や食事のことなど、自分たちのことを第一に考えてしまいがちですが、高齢の方や赤ちゃん、身体のご不自由な方々を思いやれる行動をとりたいと思いました。

田中孝美さん(親子防災キャンプに参加)



「非常用持ち出し袋の中身はこれで大丈夫？」確認しあう田中さん親子。



濾過した泥水の味は...？まずは試して、自分で考える力を身につけます。

## 主催者の声

### 訓練が生きた避難者受け入れ

2018年9月、タンカーの衝突で対岸と結ぶ連絡橋が通れず、孤立状態となった関西国際空港。

空港内にある当ホテルでは、ロビーや宴会場を開放して避難所を開設、行き場を失った空港利用者にテーブルや椅子、毛布、ブルーシートを提供いたしました。

これほど大規模な被災は初めてだったにも関わらず、迅速に行動できたのは、2週間前に親子参加型の「避難所体験キャンプ」のイベントを実施していたからでした。キャンプには私たちホテルスタッフも参加。ホテルが避難所となった場合を想定し、利用者の安全を第一に誘導や限られた空間・備品の中で何ができるかを考える機会を得ていたからこそできた対応でした。

ホテル日航関西空港(大阪府)



ホテル日航関西空港さん主催の避難所体験キャンプでは、ダンボールや長机を使って避難所の設計を参加者同士で話し合います。「もし、お年寄りの方や、障がいを持った方がいたら...」いままで意識していなかった様々な人の存在に気づきます。



よくいただく疑問にお答えします

## このサバイバル講習を受けたら 災害時、本当に生き残れるんですか？

### そんなわけではないですよ

これだけ知ってたら大丈夫などという魔法のツールなんてあるわけではないんです。

災害時だけでなく、何か困った問題が起こった時に必要なのは、的確に判断して行動する問題解決能力ではないでしょうか。

### 便利なものが使えなくなったとしても

問題解決能力を養うには自分の引き出しをまず増やさないといけません。

それが災害時で言うと、ライフラインが止まって、普段当たり前前に使っている便利なものが使えなくなったとしても、何とか工夫して生き抜くための引き出しです。サバイバルマスター講習はその基礎を身につけるためのものです。

### 試してみないとわからない

スキルだけではありません。例えばウォーター講習は、ネットでよく見られるペットボトルろ過装置を作ってみようという体験学習です。ネットで見るだけでは簡単に飲める水が作れるような感覚になる人もいるのではないのでしょうか。だけど、作って試してみたら、あれ？飲めそうにないぞ、ということにもなるかもしれません。

そんな体験の中で、やったことないけど出来ると思ってたことも、試してみないと本当のことはわからないということに気付いてほしいのです。(この裏のねらいは子どもたちにはバレてほしくないですが(笑))

### 本当の「備え」とは何か

そして2の手、3の手になる引き出しを用意しておくためには、有事の前に体験を通して学んで考えておくことが重要です。それが本当の備えというものではないでしょうか。

まだまだ世の中には、適当に備蓄品を備えていて、これだけ用意したら何とかなるでしょうという思考停止状態になっている人が多いように思えます。

自分を守り、人を助けられる人になるために、今の自分が何が足りていなくて、何を学ばばいいのかを、子どもたちが自発的に考えるためのサポートをしていくことが、当協会の最大の役割だと思っています。



代表理事 片山 誠

### プロフィール

2006年5月、アウトドアツアーを企画運営する株式会社ココロ(大阪市)を設立。ガイドをしながら野外教育、体験学習などの研修にも力を入れる。2011年の東日本大震災が起こった時から東北にボランティア活動で通い始める。この先自分に何が出来るのかを考えた時に、災害時に子どもたちが自力で生き抜く力を身につけるサポートをしていこうと決意し、2013年に当協会を仲間と共に設立。2016年に代表理事となる。2018年5月に著書を出版したことをきっかけに全国展開を本格的に始め、仲間を増やし続けている。災害時に限らず、普段から人のつながりを大切にする、固定観念にとらわれずに自ら考えて行動する、世の中で起こっていることを自分ごととして考えられる、そのような人を増やしていくために活動中。  
JOLA(ジャパンアウトドアリーダーズアワード)2019優秀賞受賞。メディア出演多数。

## 書籍



子ども向けの  
サバイバル習得本

**もしときサバイバル術 Jr**  
(太郎次郎社エディタス)



学校・図書館向けの  
サバイバル習得本

**めざせ! 災害サバイバルマスター全4巻**  
(太郎次郎社エディタス)



一般社団法人

**72時間サバイバル教育協会**

〒531-0072 大阪府大阪市北区豊崎5-3-23 (株)ココロ内  
Tel. 050-7112-7177

72時間サバイバル

検索



<http://72h.jp>

