



# ほのぼのの灯りづくり 安心・安全につなげる

所要時間	15 分程度	対象人数	何人でも
必要な物	<ul style="list-style-type: none"><li>・ アルミホイル</li><li>・ ティッシュペーパー</li><li>・ つまようじ（穴あけ用）</li><li>・ 空びん（ふたつき）</li><li>・ 油（使い古しも可）</li><li>・ ライター等</li></ul>		
訓練の効果	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 特別な備えがなくても、家にあるもので手軽に灯り確保することができる。</li><li>・ 手早く複数個作れるようにしておくことで、夜間の安全確保が可能になり、防犯にも使える。</li><li>・ 応用して灯芯を複数つけることで、カセットコンロの代用として調理ができる。</li></ul>		

## 訓練手順

- ①アルミホイルを横 25cm× 縦 3cm の大きさに切り、横半分、縦半分に折る。  
(別紙の台紙の上に置いて折りたたむとわかりやすい)
- ②ティッシュペーパー (2枚重ねは1枚にはがす) を縦4つに折ったあと、5等分に切り、切り分けた1つを手の平で転がし、細く丸めて灯芯をつくる。
- ③①で作ったアルミホイルにつまようじで穴をあけ、②の灯芯を差し込む。芯の周りのアルミホイルを押さえ、芯支えを折る。
- ④油を入れたびんに③をぶら下げ、灯芯にライター等で火をつける。

### 準備や 解説時のポイント

- ・ 灯芯は、油を含ませてから火をつけるのがポイント。
- ・ アルミ缶と複数の灯芯を使い、簡易コンロとして調理することが可能になる。使わない時はビンのふたを閉めて保存することができる。
- ・ 災害時の灯りの確保は大切。被災した女性や高齢者がトイレを我慢した理由の一つに「避難所の屋外トイレにつながる通路に灯りがなかった」「電池が切れていたが交換していなかったため真っ暗で怖く行けなかった」との声も。犯罪の高まる場所をつくらないために防犯・安全の観点から「灯り」を確保する訓練もしよう。
- ・ 小学生以上のお子さんであれば、簡単につくることができる。
- ・ 避難所でも長持ちする灯りの準備できると安心。