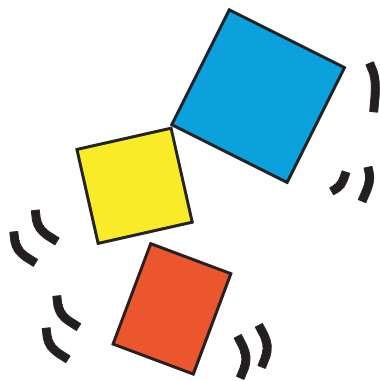


防災ずきんを作ろう！

！ここが変いところも災耐



バスタオル、下着など
身の回りにあるもので
防災ずきんを作りますか？
中に入れるものは。。。



あなたのアイデア次第です。

用意するもの

針、糸、安全ピン（5cmくらいのもの3個）、
風呂敷か綿のひも

中身。。。バスタオル、浴用タオル（2）、下着、
紙おむつ、くつ下、ビニール袋、軍手、小銭、化粧品、
常備薬、マスク、救急用品、簡易カイロ、笛など

自分に必要なものを入れて、枕元において
ください。

万が一のとき頭を保護するためにかぶって
ください。

最低限のものを入れて、安心につなげてく
ださい。

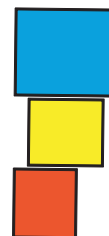
紙おむつ

普段は必要ないと思いがち
ですが、トイレに困ったと
き、ビニール袋を使って簡
易トイレになります。

問い合わせ先

下着

とっさに持ち出せない
ので、用意してあれば、
着替えられます。



防災ずきんの準備物

これがないとダメというものではないので、基本的なものをあげておきました。

中に入れるもの	バスタオル	1枚	外側になるもの
	小タオル	2枚	中にいろいろ入れる
	紙おむつ	1枚～	トイレ用にビニール袋に入れて使用。クッション材になる
	ビニール袋	多数用意	45リットルなどサイズは大中小などジッパー付きの小さめのものも便利
	下着(パンツ、シャツ)		入れる入れないは自由に。出来れば一泊旅行で必要なものがあれば安心ですね
	靴下		
	バンドエイドなど救急用品		かさばらないもの
	10円玉(2～3枚)		171利用のとき用。また小額の紙幣も軍手に入れるとよい
	笛		
	常備薬・処方箋		ビニール袋に入れて中に入れておくと安心。
	防災カード		必要なら、白紙を用意しますので、記入後、ビニール袋に入れて中に入れておくと安心
	軍手・マスク		
材料	綿テープまたは、風呂敷	120cm	綿テープの幅は2cm～3cmくらい
	安全ピン	3個	下記参照
	糸・針・ハサミ		糸は、白以外で赤か黒、仕付け糸でもよいあるもので良いがなるべく太めの糸がよい

安全ピンは4cmくらいの長さのもの、できれば右側のものがよい。



縫うのに問題があるようなら、あらかじめ縫っておいてもいいと思います。

何を入れるか、自分に必要なものは何かを考えることが大切。また、どこに置いておくかも考えてもらう。

*レシピは、裏側を見て順番に折ると防災ずきんの形になります。安全ピンも大体の位置に並べてあります。

防災ずきんを作ろう!

中に入れるもの(自分に必要なものを入れてくださいね)

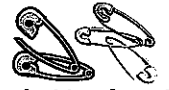
バスタオル 1枚、小タオル 2枚、ごみ袋(45L)、紙おむつ、
下着(パンツ、シャツ)、くつ下、ストッキング、軍手、
使い捨てカイロ、応急ばんそうこう、マスク、小銭、千円
札、笛、小型ナイフ、常備薬、通帳番号控えなど

しつけ糸、綿テープか風呂敷、安全ピン3本

子ども用: 子どもの大きさにあったタオルで作る。

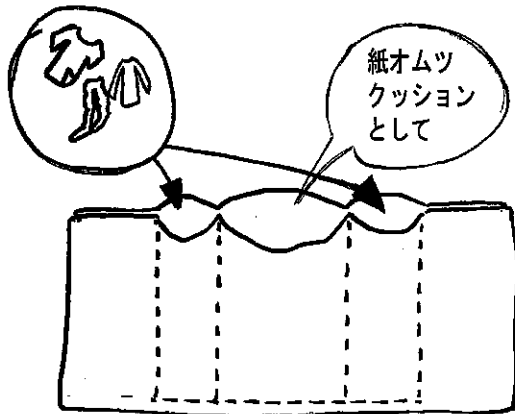


作り方
バージョン3

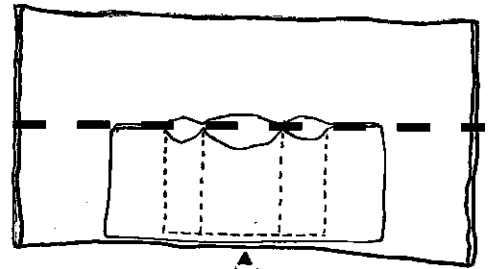


安全ピンを
使って簡単に

①



②

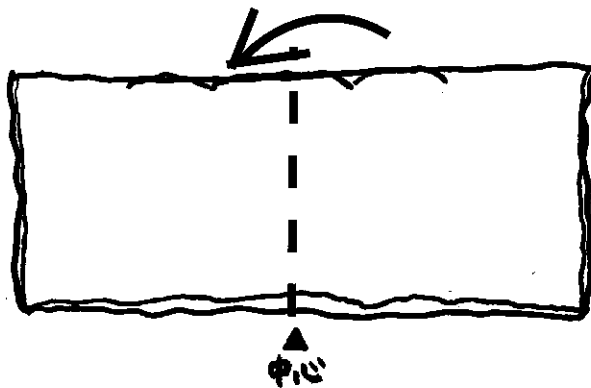


タオル2枚を縫い合わせ、中身を入れたものをバスタオルの上に、中心を揃えておく。点線で折る。

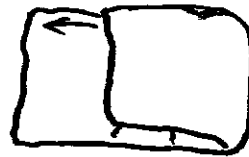
--- やまおり

タオル2枚を合わせて点線のように縫い合わせる。
中に入れるものにあわせてポケットを作る。
一つひとつビニール袋に入れてポケットに入れる。

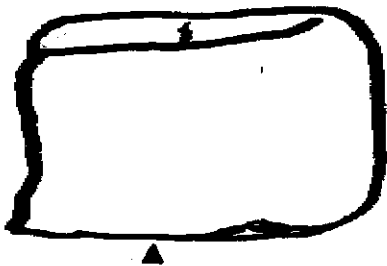
③



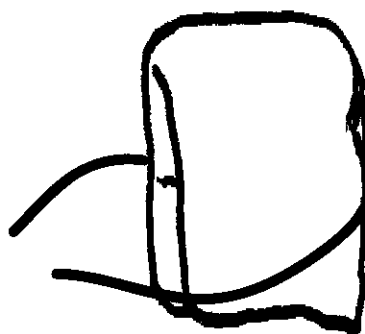
点線で二つ折りにする。



④



半分くらいまで縫い合わせ、
綿テープの中心を一緒に縫う
または、安全ピン(3か所)
でとめる。



綿テープの代わりに風呂敷(中心をとめる)
にすると使わないときに包んでおけるので
good! です。



聞こえづらくなるので、
耳の近くには物を入れない
ほうがいいよ。

ビニール袋に入れて
それぞれ左右のバランス
を考えて入れてね

たにおり

下着類

中心を合わせて
重ねる

紙おむつ
(下着類)

靴下、軍手その他

季節の変わり目には、中身を見直してください。
冬に向かっては、温かい下着を入れ、夏に向かってはTシャツや即乾性のものを！

①