

サバイバルメシタキによる防災教育 - サバメシと称した非常時の炊飯体験

Disaster education through the training for survival cooking named 'Saba-meshi'

内山 庄一郎 [1]; 納口 恭明 [2]

Shoichiro Uchiyama[1]; Yasuaki Nohguchi[2]

[1] 防災科研; [2] 防災科研

[1] NIED; [2] National Research Institute for Earth Science and Disaster Prevention

<http://homepage2.nifty.com/sabameshi/>

1. サバメシのねらいと位置づけ

防災教育は、受講者、話題の対象、講義形態の組合せによって多彩に展開されるべきである。サバメシとは一連の簡易な炊飯技術であり、講義および体験複合型の防災教育である。そこでは、災害による生活の障害と非常時の炊飯体験としてのサバメシを行い、日常からの災害の備えの重要性と参加者の防災意識の向上を図ることを目的とする。

2. サバメシの概要と教育効果

サバメシとはサバイバル・メシタキ、略してサバメシである。非常時の炊事体験の類は地域の防災イベントなどでも見受けられるが、サバメシのように「アルミ缶と牛乳パックでご飯を炊こう」というキャッチフレーズを含め、体系化された独自性の強いイベントは多くない。筆者らはサバメシのインストラクターとその体験者によって構成される国際サバメシ研究会と称する団体を組織し、この研究会の名のもとに講義や配布資料の作成を行っている。サバメシの手順や材料、そこで用いるあらゆる小道具にいたるまで全て独自の名称が付されその世界観をさらに強めている。そして、一連の講義、体験の修了者には登録ナンバー入りの「サバメシ技術指導員」認定証を授与し、参加者をサバメシの世界にひきこむと同時に日頃の災害の備えを語りかける。

3. 災害の備えの大切さ: サバメシ体験を通して語りかけること

サバメシ体験の事前講義で伝えるテーマは、災害の物質的な備えの重要性である。具体的には、日常生活における強いインフラ依存度を再確認し、災害によるインフラ障害が復旧するまでの時間と、自治体等の公的救援が行き渡るまでのタイムラグを示し、大規模災害発生後の数日間は個人的な備え無しではシビアな生活困難に陥ることを示す。ここで非常用持ち出し袋等、参加者の災害への備えの実情を挙手で確認し、「わかっているがやっていない」という現実を改めて認識させる。ここで語られることは、概ね以下のとおりである。

災害の備えは自治体などによる公的なものと、家庭による個人的なものとの二通りあると考え、それぞれが独自の役割を果たす。公的な備えとは、広域的な救済や復旧など長期的視野に立ったものであり、家庭での備えは公的救援を受けるまでの数日間を確実に生存するための短期的な備えである。講義の中では個人的な備えについてさらに二通りにわけている。一つは枕元や玄関先などに設置し、緊急避難時に持ち出す軽量小型の非難袋（通称、サバ袋、サバイバル・袋）であり、これは市販の非常持ち出し袋に相当する。もう一つは家族の安全確認後に持ち出す大型の袋またはコンテナ（通称、家族袋）である。家族袋には人数分の3日分の水食料のほか、避難先での生活用品なども含まれる。この実例として、サバ袋と一人分で3日分の水食料をつめた家族袋を示す。この家族袋は一人分でありながら10kgを超え、非常時の備えが2段階である必要性を体感することができる。

4. サバメシの実際

サバメシは、以下の手順に沿って行われる。まず、コンロ、ナベとなる350mlアルミ缶を加工する。それぞれ上フタを取り除き、ナベ側はこれで完成である。コンロ側は、アルミ缶側面に幅3.0cm、高さ1.5cmの穴を上下各2箇所、計4箇所に加工する。下側が吸気口で上側が排気口兼燃料投入口となる。アルミ缶はカッター等で簡単に加工できる。燃料は1L牛乳パックを3パック用いる。パックの折り目に沿って切断し、幅1.5cm程度の短冊状に切り出す。次に炊飯準備である。米・水は0.8合を同体積で用いる。350ml缶ではこの量が最大である。水は貴重なので洗米は行わない。これにアルミホイルでフタをする。以上で準備完了である。炊飯はコンロの上にナベを置いて、約25分間、火を消さないよう、倒さないように燃料を投入する。炊飯時間は3パック分の牛乳パック燃料を使い切った頃が目安である。炊飯完了後、参加者いっせいにフタを開け、想像以上につやつやと立った白米に感銘を覚える。以上がサバメシ体験の概要である。サバメシの火は想像以上に激しく、コンロ転倒などのトラブルもあるが、予想以上に普通のご飯と同等かそれ以上においしく炊き上がるため感激される方が多い。このようにサバメシは非常にインパクトのある体験となる。

5. まとめ

以上のようにサバメシは防災教育の一つのネタである。災害の備えの必要性は認識していても実施している家庭は非常に少ないこと、また、食は生命維持の基本であるためか、非常時の炊飯体験には高い興味を示す人が多いということが過去のイベントを通して次第に明らかになってきた。一連のサバメシ体験を通して災害とその障害を一時でも考えることは、参加者の防災意識の向上に資するものと考えられる。

