

ACTION! 防災・減災

命のために今うごく

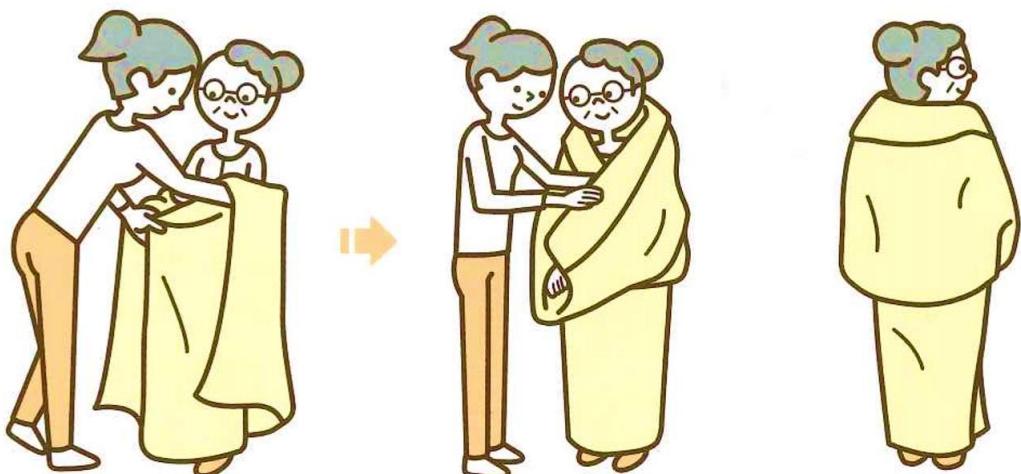
避難所生活で役立つ 「毛布ガウン」

避難所では、毛布が配られることが多いですが、そのまま羽織るとすきまができるので、屋外や冬場は特に寒いと思います。

毛布をガウン状に羽織ると、体に密着して温かく動きやすくなります。
タオルケットでも可能です。



毛布ガウンの作り方



① 毛布を横にして山折にたたみ、山の部分を上にして着物を着つけるように腰のあたりで後ろから前へ巻きつけ、山の内側をひもなどで止めます。

② 布をまくり上半身をおおい肩にかけます。着物のようにえりをつくりそこで口を整え、できあがります。

仕上がり(後ろ姿)

- ・特別な資材を必要としない!
- ・簡単で誰もが実践できる!
- ・動きが容易になる!
- ・両手が使える!
- ・足元も暖かくできる!



出典:地震減災BOOK(埼玉県支部発行)