

ないものは工夫して作ってみよう

Improvising Items You Lack



食器が割れたり、洗えなかったりするときは、食器にラップを被せて使えば洗う手間が省ける。また、新聞紙や牛乳パックなどの身の回りのものを使って皿を作ることができる。新聞紙は、スリッパや簡易トイレに利用することもできる。清潔なタオルとビニール袋があれば、おむつの替わりにもなる。

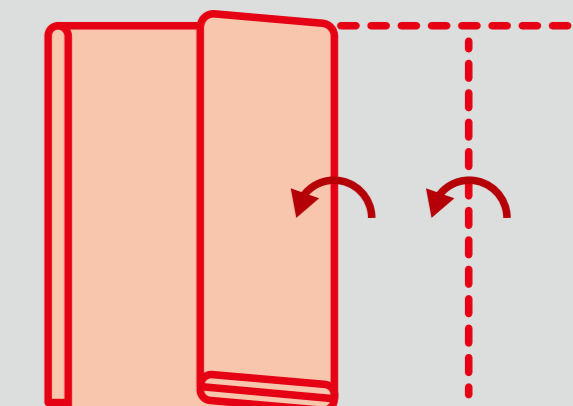
新聞でスリッパを作る

地震が起きたときに履物がなくても新聞紙があればスリッパが作れます。

1 半分に折った新聞紙を用意



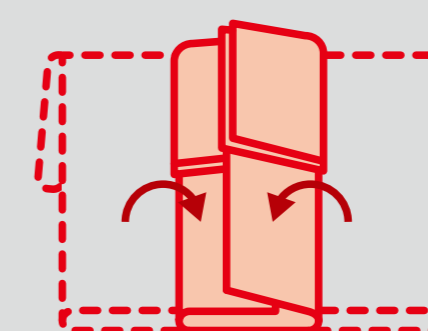
2 真ん中に向かって2回折る



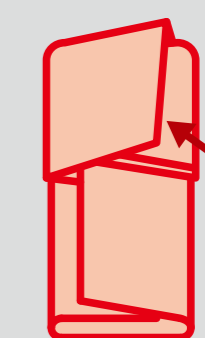
3 折り重なっている方を上にして裏返す



4 3分の1の幅に真ん中に向かって折る



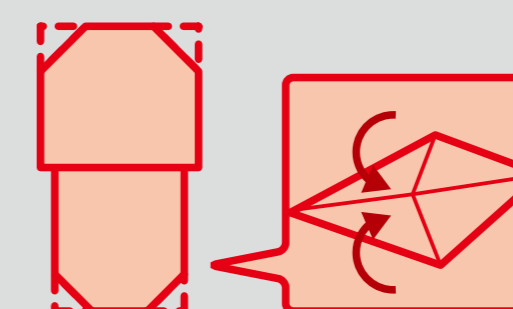
5 片方をもう片側の真ん中に折り込む



6 1番上のヒラヒラした部分を、内側に三角に折り込む



7 裏返して四隅を真ん中に向かって折る



8 ダンボールを差し込むと強度がアップします

