

桜もち
クレープ状の
長命寺と
もちもちの
道明寺
どっちが好き?



はぐ便り

2026年
3月号
【第127号】

「東日本大震災から15年、寒い時期の自然災害に備えて」

2011年3月11日、生まれていたお子さんも、まだ生まれていなかったお子さんも、今年、何歳になりましたか？災害が起きた瞬間は無事でも、その後、数日、数週間、数ヶ月とライフラインが止まったり、避難が続いたりすることを経験したのが東日本大震災でした。大きな災害に遭わないことが一番ですが、大切な命を守るために、今一度、自然災害を振り返り、防災対策について考えてみましょう。

＜直近の冬の自然災害＞

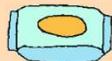
2024年1月1日能登半島地震、2025年は12月の青森県東方沖地震など年間を通して地震が起きました。また昨年2月26日の大船渡市山林火災、今年は豪雪に見舞われるなど、冬にも自然災害が毎年発生しています。盛岡では雪が降っても除雪をすれば生活できましたが、豪雪地では、自宅から出られないほどの大雪で、保育園が休みになり、仕事に行けない方もいましたし、車が自宅から出せず買い物に行くのも一苦労だったようです。常に自然災害は私たちの身近にあります。季節に応じて防災グッズを見直し、万が一に備えましょう。

＜冬の防災グッズ＞

- * カイロ・湯たんぽ(小さなお子さんの布団やコタツの保温に) 
- * 車のガソリン給油やEV車の充電(急な移動に備えて、メモリの半分以上は入れましょう)
- * 段ボール・レジャーシート(段ボールは布団の下に敷くと断熱効果があります)
- * タオル・毛布(様々な用途で使えます)
- * 防寒着・機能性インナーや厚手の靴下
- * 電池・ラジオ・モバイルバッテリー 
- ※ 冬は感染症対策や加湿もしましょう。



＜お子さんがいる家庭の準備リスト＞

- ★ 保険証・医療費受給者証・母子手帳・お薬手帳 
- ★ おもちゃや絵本、タオルなど(お子さんの安心できるもの)
- ★ お子さんが好きな食品のストック(アレルギーや保存期間を考慮する)
消費と購入を繰り返しながら常に一定量の食品を備蓄する
「ローリングストック」という方法もおすすめです。 
- ★ おむつやおしりふき、ウェットティッシュなど衛生面の対策 
- ★ ホイッスル(緊急時用にリュックのバックルが笛になっているものもあります)
- ※ この他にも、季節を問わず必要な防災グッズもまだまだあります。 
- 使用期限や経年劣化していないか改めて確認しましょう。

＜避難場所を親子で確認しましょう＞

- ・もし、お子さんが登下校中に地震が来たら？それが冬の大雪の日だったら？という想定の一時的避難の場所(学校が近いなら引き返す、公園や公共の施設が近ければそこに向かう、慎重に自宅へ帰る)を相談しましょう。
- ・盛岡市公式のXのフォローやLINEの受信設定をすると、災害・防災情報が配信されます。
- ・2026年2月下旬から「盛岡市防災マップ」が新しくなりました。
市HPや各家庭へ配布されるマップで最新の情報を御確認ください。



4月から盛岡市子ども科学館や公民館などの施設の利用料金が変わります。お出かけ前にHPで確認してくださいね！

盛岡市家庭教育情報通信『はぐ便り』2026年3月号
【第127号】 令和8年3月6日発行
発行者・問合せ：盛岡市教育委員会 生涯学習課
住所：盛岡市津志田14-37-2 TEL:019-639-9046
E-mail:edu.sgs@city.morioka.iwate.jp

