



【もしもまきまき小学低学年用とは】

「もしもまきまき」とは、東京大学の目黒教授が考案した災害イメージネーションツール「目黒巻」のキッズ版です。

「小学低学年用」は、「もしもまきまき小学高学年～中高生用」につながる「初心者向けの災害イメージネーションツール」です。

書き順ややり方が分かる「もしまきダンス歌」を聴いたり踊ったりしながら、災害時の自分や周りの人を想像し、深く想像していく事により、災害を自分ごとにし、行動する力を身につける事を目的としています。

ちいきぼうさいすいしんきこう

【地域防災推進機構】

キミの想像力が
キミたちの未来を変える

めぐろきょうじゅ こうあん さいがい
目黒教授が考案した災害イメージネーションツール

目黒巻のキッズ版

めぐろまき ばん

もしもまきまき

小学低学年用

しょうがくていがくねんよう



じゅう かつよう

※ダウンロードし、プリントして、自由にご活用ください。

ていがくねんむ かた

低学年向け「もしもまきまき」のやり方

1. もしもまきまきの作り方 (⇒図1)

- ① ダウンロードしたデータをプリントします。
- ② 2まいの用紙を、線にそってカッターなどで計4まいに切ります。
- ③ のりを「のりしろ」につけ、番号どおりに4まいをはりあわせます。

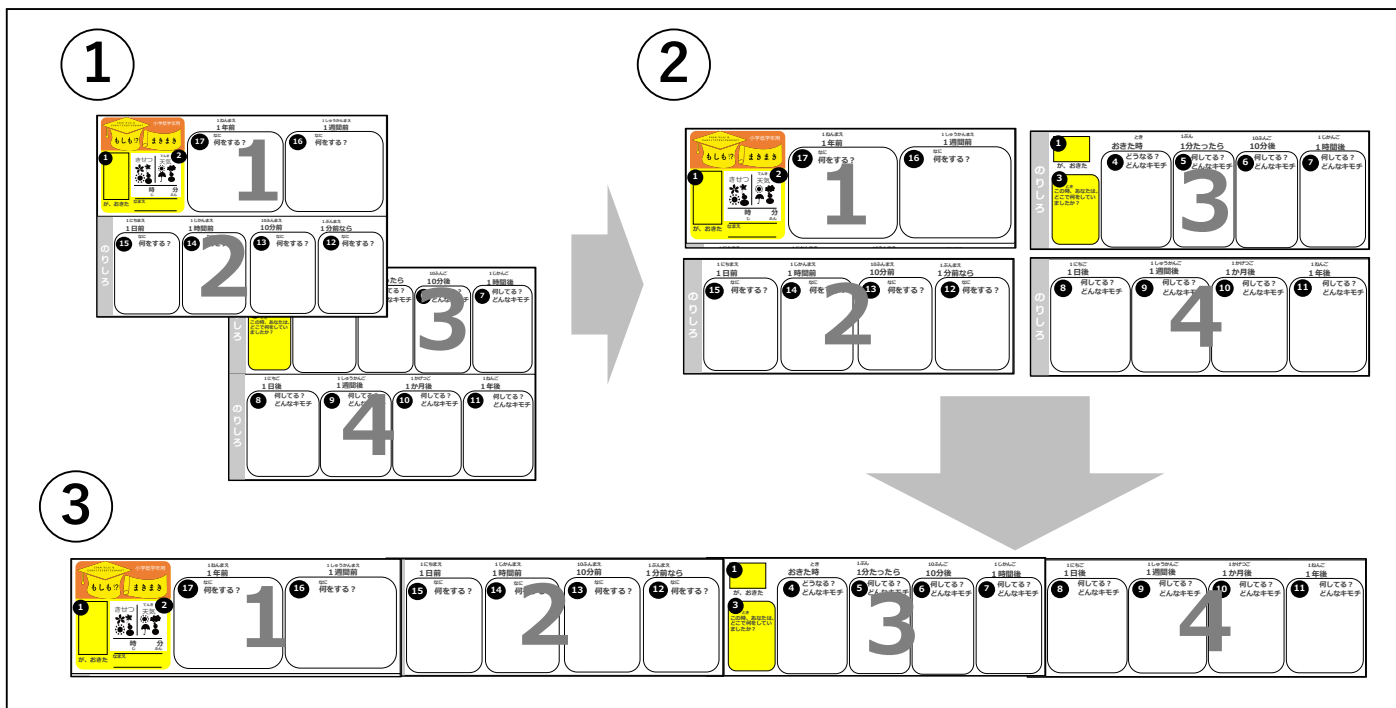


図1 : もしもまきまきの作りかた

2. 災害・天気・きせつを決める

① なにの災害かを決めて「もしもまきまき」の①に書きこみます。

「地震」「火事」「台風」「どろぼうの侵入」など、いろんな災害を設定できます。
（震度や火元を決めたりして、災害のイメージがはっきりするまで詳しく決めるとよいでしょう。その場合、どこかにメモを書いておきます。）

② 発生日時ときせつ、天気も決めて、②に書きこみます。

3. 書きこむ

※ 文章がむずかしいばあいは、絵をかいてもいいでしょう。

① 災害が発生したときに、自分はどこで何をしていたか、まわりはどうだったかを③に書きます。

② いよいよ物語作りです。「災害が発生した後、自分がどのような事になり、何を思い、なにをしてるのか」をイメージしながら、自分を主人公とした物語を④～⑪の番号順に自由に書いていきましょう。物語の他の登場人物には、じぶんの家族や学校の人たち、たまたまいた人などが考えられます。

③そして、ついにタイムトリップです。「災害の前に戻れたらなにをする？」を⑫～⑰の番号順に自由に書いていきましょう。

4. 書いた後

① 「もしもまきまき」を書きながら、思いうかんだギモンや課題を書きます。ギモンは
どうすれば解決できるでしょうか？そして課題はどうすれば解決できるでしょうか？また、
物語を書いたときに、ぬけおちていたことは何かありませんか？状況は、本当に正
しいでしょうか？（たとえば、大地震のあと、かんたんにケータイで連絡を取ったりし
てませんか？）

② 「もしもまきまき」はひとりで書いても楽しめますが、何人かで書いて話しあうと、
もっと良いです。ぜひ、まわりの人と、書いた「もしもまきまき」を見くらべながら感
想やギモン、今の課題をおしゃべりしてください。話しあいによってみんなに同じ考え
が生まれると、そのあとの防災がとてもしやすくなります。

③ もし、物語がハッピーエンドにならなかった場合、どうすればハッピーエンドに変え
られるでしょうか？変える方法としては、「キャラクターを強くする（自分やまわりの
人の防災力をあげる）」、「災害が起きる前に防災に取りくんでおく」があります。物
語を、不自然な流れなしにハッピーエンドにできたらいいですね。

④ もしもまきまきは、決めごとをいろいろ変えて、なんどもやることも大切です。ま
た、ハッピーエンドにならなかった場合、キャラクターを強くしたり（自分の防災力を
高めたり）設定を変えたり（防災をしたり）した後で、もう一回同じ決めごとで「もし
もまきまき」を書いてみると、今度はハッピーエンドになるかもしれません。

⑤ ぜひ、ハッピーエンドな物語が書けるように、「もしもまきまき」でイメージトレ
ーニングして自分の防災力をつけ、身のまわりの防災に取り組んでいってくださいね！

じぶんの「もしも」は
どんなコト? どうなる? どんなキモチ?

小学低学年用

もしも? まきまき

1

2

きせつ	てんき
天気	天気
時	分
じ	ぶん

が、おきた なまえ

1ねんまえ
1年前

なに
何をする?

17

1しゅうかんまえ
1週間前

なに
何をする?

16

のりしろ

1にちまえ
1日前

なに
何をする?

15

1じかんまえ
1時間前

なに
何をする?

14

10ふんまえ
10分前

なに
何をする?

13

1ぷんまえ
1分前なら

なに
何をする?

12

1

が、おきた

1びょう
1秒たったら

4 何してる？
どんなキモチ

1ぷんご
1分後

5 何してる？
どんなキモチ

10ふんご
10分後

6 何してる？
どんなキモチ

1じかんご
1時間後

7 何してる？
どんなキモチ

3 とき
この時、あなたは、どこで何を
していましたか？

1にちご
1日後

8 何してる？
どんなキモチ

1しゅうかんご
1週間後

9 何してる？
どんなキモチ

1かげつご
1か月後

10 何してる？
どんなキモチ

1ねんご
1年後

11 何してる？
どんなキモチ

小学低学年用

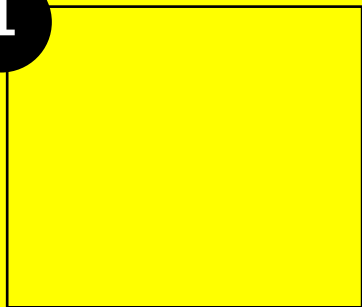
もしも？

じぶんの「もしも」は
どんなコト？
どうなる？
どんなキモチ？

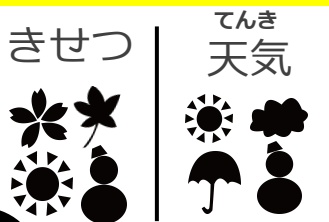
まきまき



1



が、おきた



2

時 分
じ ぶん

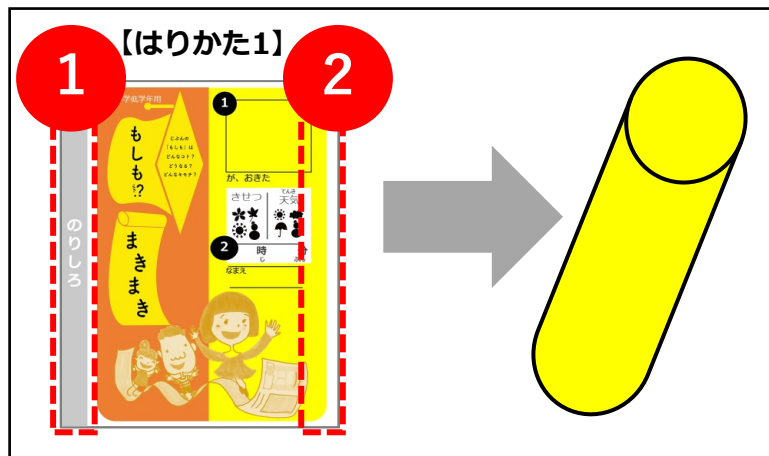
なまえ

「もしもまきまき」

まきものカバーのつくりかた

3

1. まずは、このキリトリせんで、ハサミで切りとります。
2. のりしろにノリをぬります。
3. それを、くるくるまるめて、下の【はりかた1】みたいに、①の「のりしろ」と②のウラがわを、はりあわせませう。
4. カバーができたら、その中に、「もしもまきまき」をまきまきして入れませう。



「もしまき」まきものができたら、
見るところにかざって、
どんどん「もしまき」をふやそう

のりしろ

