



【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。

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
めぐろまき ばん
目黒巻のキッズ版

もしもまきまき

しょうがくていがくねんよう
小学低学年用



※ダウンロードし、プリントして、自由にご活用ください。

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かた (⇒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。

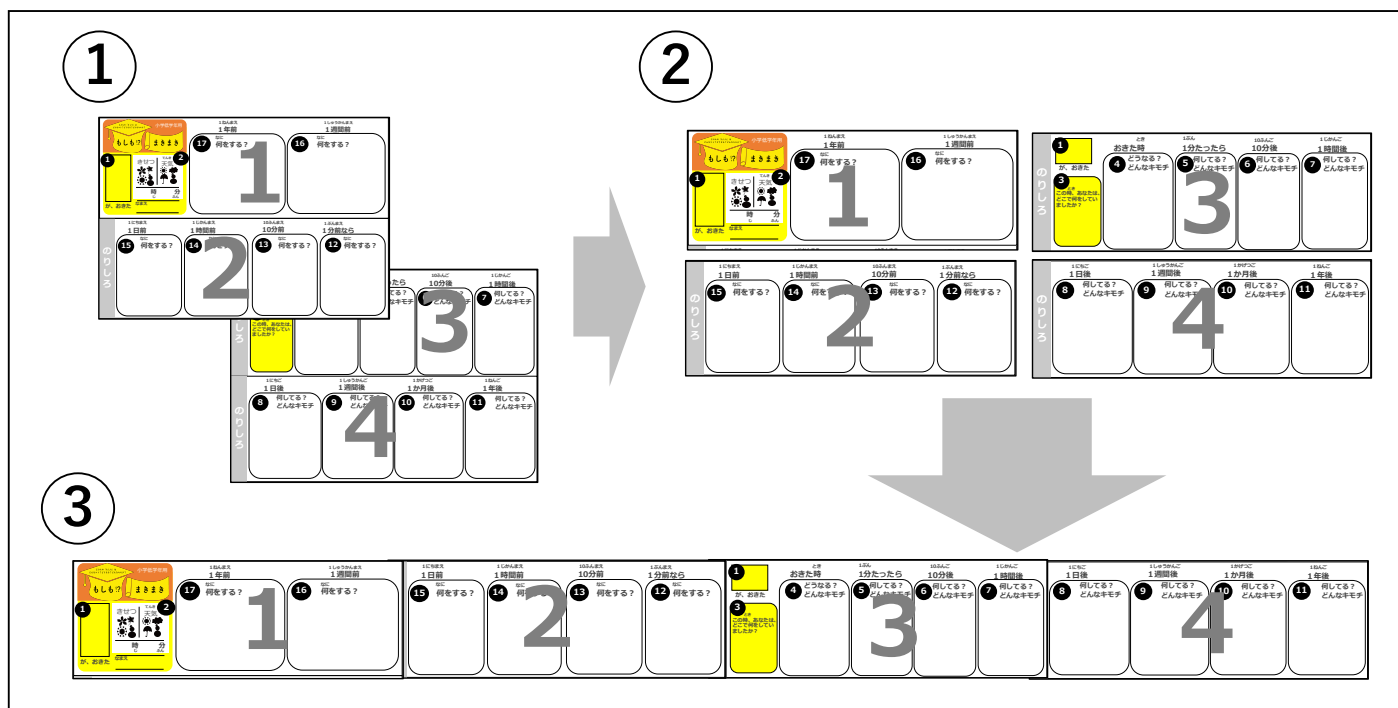


図1：もしもまきまきの作りかた

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
ると良いでしょう。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、絵をかいても良いでしょう。

- ① 災害が発生したときに、自分はどこでなにをしていたか、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、なにを
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、自分の家族や
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なにかありませんか？状況は、本当に正しいでしょうか？（たとえば、大地震のあと、かんたんにケイ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、なん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やりやすくなります。
- 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（自分やまわりの方の防災力をあげる）」、「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付け、身のまわりの防災に取り組んでいってくださいね！

のりしろ

1

が、おきた

3

とき
この時、あなたは、どこでなにをしていましたか？

1びよう
1秒たったら

4

なにしてる？
どんなキモチ

1ぷんご
1分後

5

なにしてる？
どんなキモチ

10ふんご
10分後

6

なにしてる？
どんなキモチ

1じかんご
1時間後

7

なにしてる？
どんなキモチ

のりしろ

1にちご
1日後

8

なにしてる？
どんなキモチ

1しゅうかんご
1週間後

9

なにしてる？
どんなキモチ

1かげつご
1か月後

10

なにしてる？
どんなキモチ

1ねんご
1年後

11

なにしてる？
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



©mogura-save-m2021

1

が、おきた



2

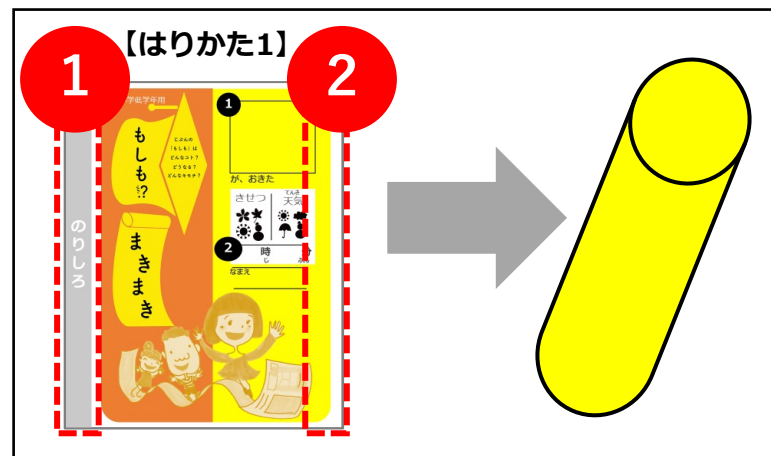
なまえ

「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、はりあわせます。
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しょう。



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



もしまきダンス歌

作曲：堀下 さゆり
作詞：おぐら みどり

1 C# 3 C# 5 F# F#

もしもの まきまき まきまき まきまき

B B 9F# F# B B

まきまき まきまき もしもの まきまき まきまき まきまき

13 F# F# B B

はじめるよ もしもの まきまき そうぞうするのは もしものじぶんお

17 F# F# B B

きたのは **じしん おおめつ なみ たいふう** なにがおきた?

21 F# 4 25 F# F# B B C#

そのあとはどんなことに? いっぶんごはどんなだろう?

29 F# F# B B

じゅっぶんご いちじかんご いちにちたったら **なんにこまる?**

33 F# F# B Bm

もうすこしじかんが たったら? いちねんごはどうだろう?

37 F# F# B Bm

そのときかぞくやおともだちはどんなきもち? どうしてる?

41 F# F# B B C#⁴⁵

いっばいそうぞうしてみよう! とこんそうぞうしよう! できたみんなにみせて! ガヤガヤみんなではなそー、ジャーやるぞ。

49 E♭m E♭m B 53C#

タイムスリップビュンビュンひゅひゅん ひゅーん もしもの1ぶんまえに もどつちゃお

E♭m E♭m B 57C# F#

ビュンビュンひゅひゅん ひゅーん ビュンビュンひゅひゅん ひゅーん わたしはなに

F# B 61Bm F#

を する かな? か ぞく と な に が で き る? い ち じ かん い

F# B 65Bm F#

ち に ち ま え な ら いっしゅうあつたら どう だろう? も し も い ち ねん

F# B 69C# E♭m E♭m

あつたら で き る こ と が いっ ばい ビュンビュンひゅひゅん ひゅーん

B 73C# F# F#

ビュンビュンひゅひゅん ひゅーん や ら な く ちゃ や ら な く ちゃ

B 77Bm F# F#

わたしもしもに で き る こ と **ま た や ろ う** も し も まきまき

B 81B C# F# F#

みつけられる じ ぶんの やく たのしんでかんがえて やっ て み よ も

B 85 B Bm F# F#

しものじぶん みつけよう **たのしんでみらいをまもろう** シュ

B 89Bm F# F# B

ワッチ シュ ワッチ シュ ワーッ も し も の まきまき ま き ま き まきまき

93 B F# F# B 97B

も し も の まきまき ま き ま き まきまき まきまき も し も の

F# F# B 101B F#

ま き ま き まきまき まきまき まきまき

F# B 105C#-F#

ま き ま き まきまき まきまき