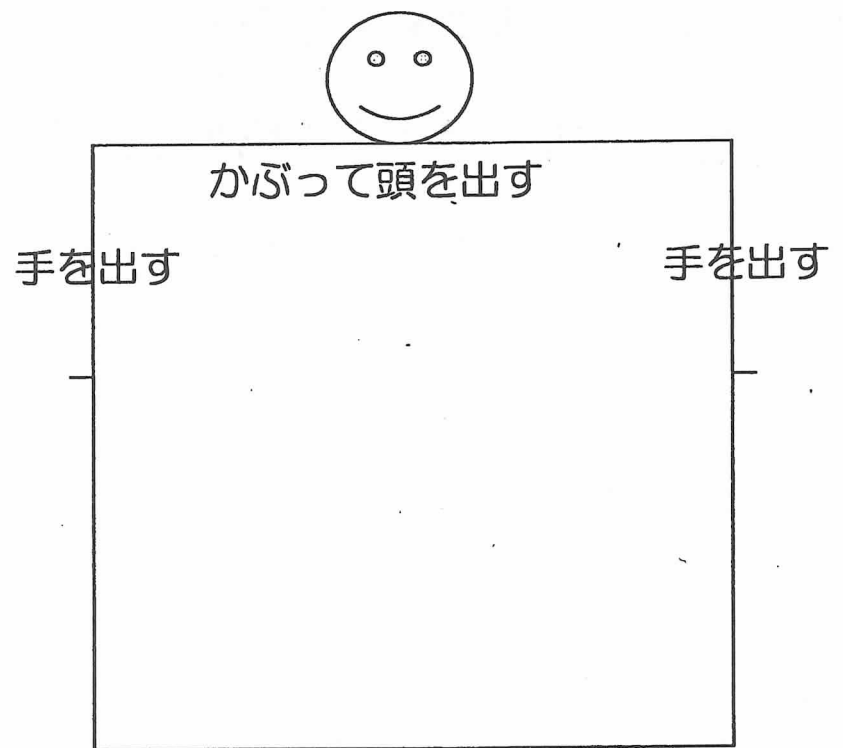
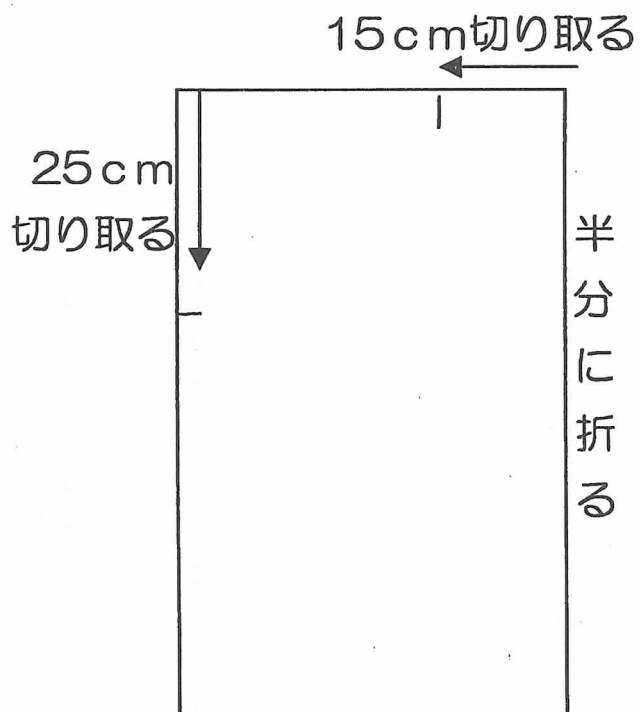


ごみ袋で作るレインコート（45リットルのごみ袋）

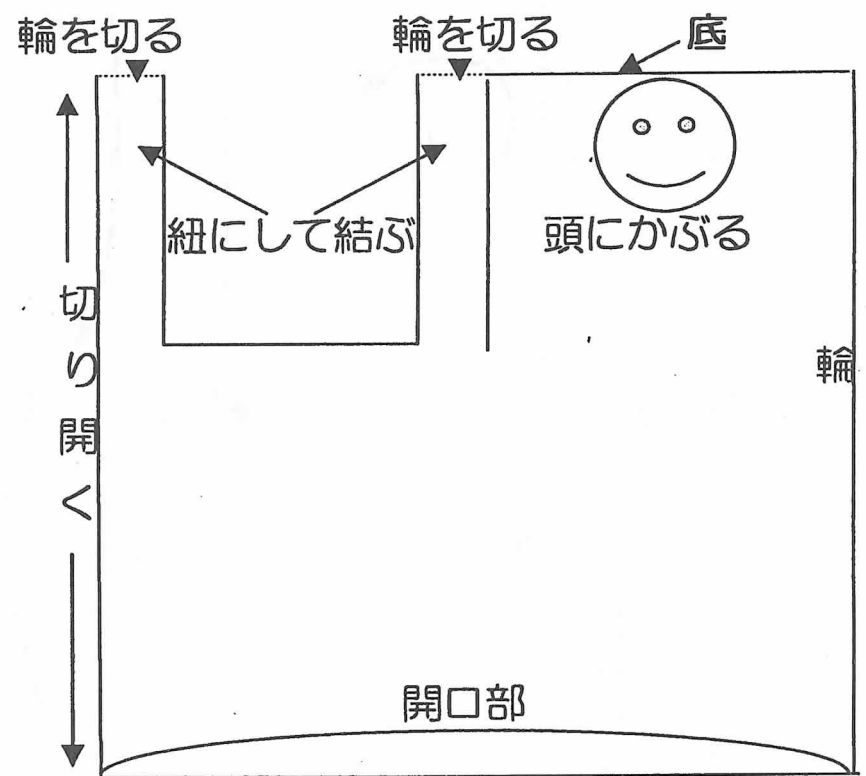
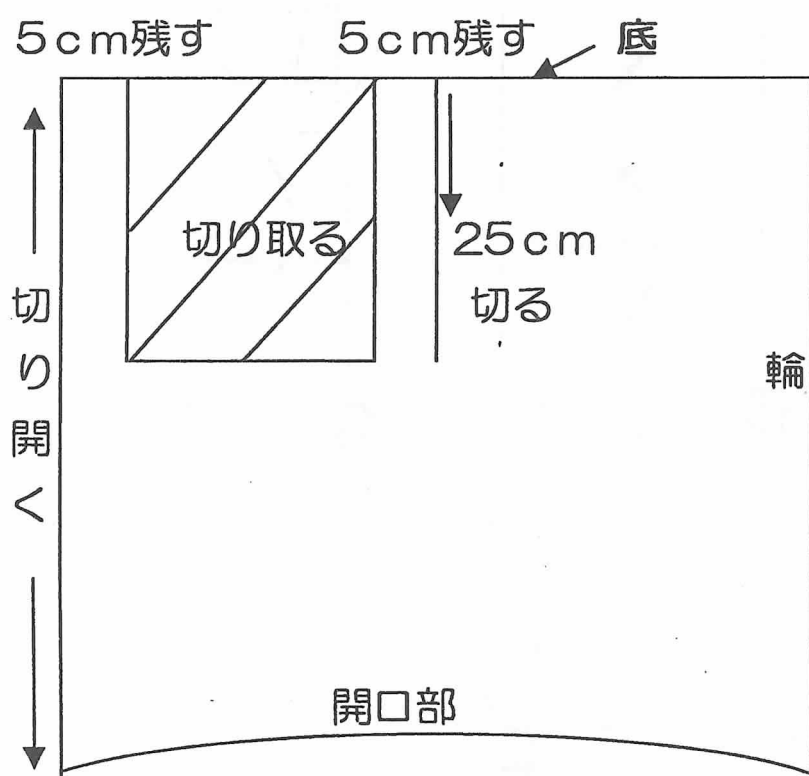
災害時などに風雨、寒さ、ほこりから身を守るために、手時かなビニール袋で簡単にカッパを作ってみましょう。

① 頭と手を出すタイプ

ごみ袋の底を上にしてたて半分に折り輪の中心から15cm位を切る。（頭が入る位）



② 帽子の付いたレインコート（カッパ式）



ストッキングで包帯の替りを

洗ってあれば古いストッキングが包帯の替りになります。

足首を落として適当な長さに切って患部にはかせたり、片方を結んで頭にかぶる。

腹帯のようにもなる。大きさ太さは怪我の部分により適宜工夫する。

○患部には必ずきれいな布（ガーゼ・ハンカチなど）を当てる。（ハンカチなどはライターなどの火であぶって消毒してから患部に当てる）新しいラップを当ててもよい。