



お薦め防災エコグッズのつくり方

# 簡易サンダルをつくる

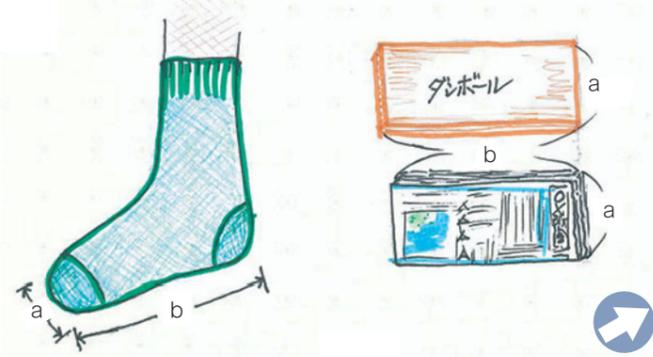
## ① 材料

- ◎ダンボール適量
- ◎新聞紙数枚
- ◎レジ袋 (3枚程度)



## ②

はじめに足の大きさに切ったダンボールを2枚もしくは3枚用意し、次にダンボールの上に数枚の新聞紙を重ね合わせて切って靴底にする。



## ③

レジ袋を3枚程度重ねて、その中に靴底にするダンボールと新聞紙をセットし、足をレジ袋に入れて足首の後ろで結ぶ。

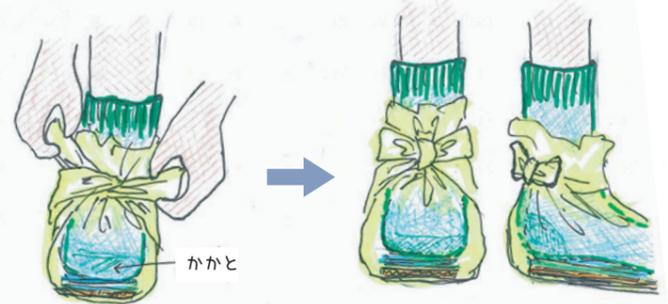
3枚程度重ねる



完成!

## ④

はき方……レジ袋を帯状にしたものでかかとの部分と足の甲の部分を括って結ぶ。



# ゴミ袋で簡易防寒着をつくる

## ① 材料

- ◎厚手の大型ゴミ袋 (45L)



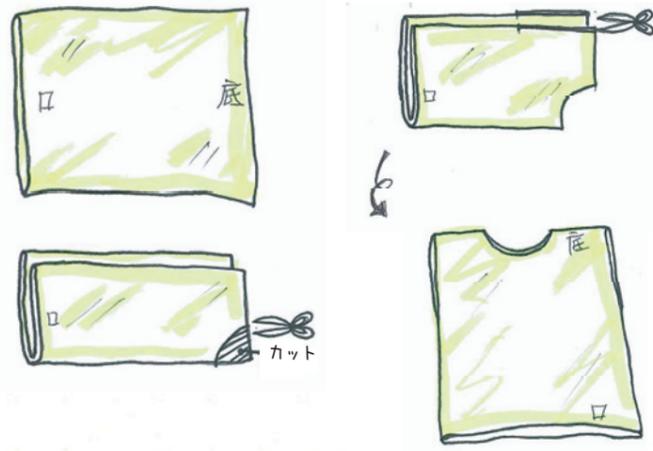
## ②

頭が出るように(穴が空いているほうを下にして)縦方向に二つ折にして円形にハサミで切り取る。



## ③

腕が出るように肩に切り込みを入れる。



## ④

頭から被って腕を通してできあがり。

完成!