

しん 地震と安全

小学校4年生～6年生

大地震しんが起こったら…

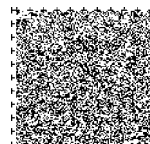
どのような危険きけんがあるでしょうか。

自分の命を守るために、あなたは何をしますか。

地震時



地震後



東京都教育委員会

1 地震が起こると？

地震が起こると、どのような被害が出るでしょうか。

土砂くずれが起こる (新島・神津島近海の地震)



家がくずれる (阪神・淡路大震災)



ビルがくずれる



道路がわれる (阪神・淡路大震災)



高速道路がたおれる (阪神・淡路大震災)

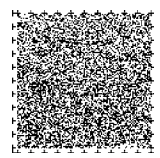
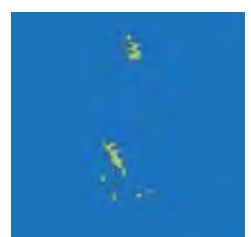


津波で流された船

平成23年3月11日に、東北地方太平洋沖で起こった地震では、とても大きな被害が出て、たくさんの方が亡くなりました。いつか東京に大きな地震が来ても、自分の身を守るできるように、地震が起こったときにどうすればよいか、しっかり学びましょう。



あなたが住んでいる地域では、大地震が起こったとき、どのような被害が出るでしょうか。



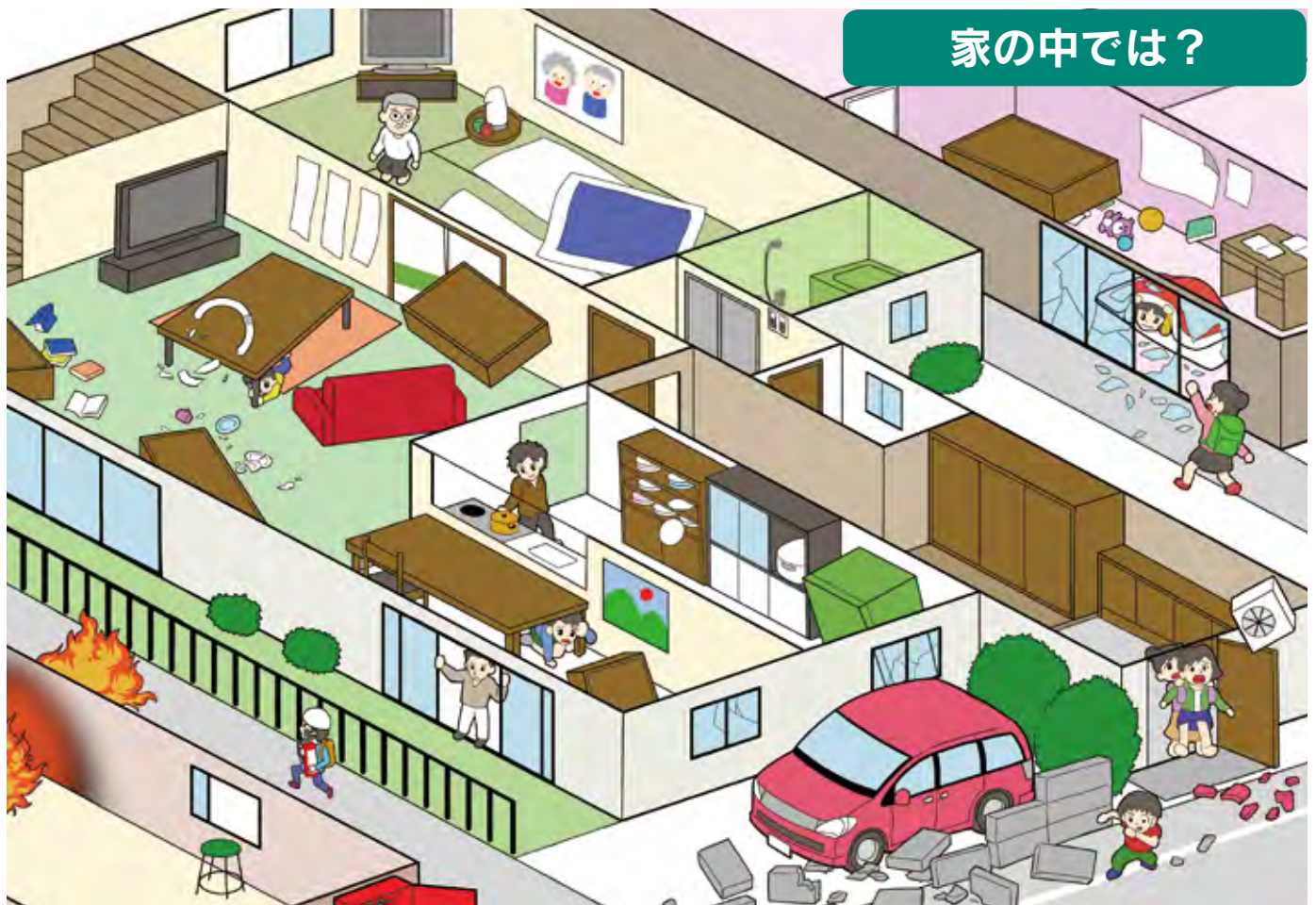
2 地震だ！ そのとき、どうする？

地震でゆれている最中や避難するとき、それぞれどのようなことに気を付けたらよいでしょうか。

学校の中では？



家の中では？



地震時、地震後、それぞれどうする？

学校では

家や町の中などでは

ものが

グラツときたら（緊急地震速報が出たら）



落ちてこない



たおれてこない



移動してこない

場所で頭を守る

地震だ！まず身の安全

- ・揺れを感じたり、緊急地震速報を受けた時は、身の安全を最優先に行動する。
- ・丈夫なテーブルの下や、物が「落ちてこない」「倒れてこない」「移動してこない」空間に身を寄せ、揺れがおさまるまで様子を見る。



地震時

集団での避難が必要なときは



おさない



かけない



しゃべらない



もどらない

落ちついて
火の元確認 初期消火

- ・火を使っている時は、揺れがおさまってから、あわてずに火の始末をする。
- ・出火した時は、落ちついて消火する。



あわてた行動
けがのもと

- ・屋内で転倒・落下した家具類やガラスの破片などに注意する。
- ・瓦、窓ガラス、看板などが落ちてくるので外に飛び出さない。



窓や戸を開け
出口を確保

揺れがおさまった時に、避難ができるよう出口を確保する。



門や塀には
近寄らない

屋外で揺れを感じたら、ブロック塀などには近寄らない。



地震直後

火災や津波
確かな避難



正しい情報
確かな行動



確かめ合おう
わが家の安全 隣の安否



協力し合って
救出・救護



避難の前に
安全確認 電気・ガス



地震後



けむりの中の避難

地震で火災が起こることがあります。火事によって出てくるけむりには有毒なガスがふくまれているため、けむりがたいへん熱くなっている場合があります。

そのためけむりの中では呼吸ができなくなったり、前が見えなくなったりします。

「おかしも」の約束を守り、けむりを吸わないようにハンカチを口や鼻に当てて、低い姿勢で避難します。

電車やバスに乗っているときは？

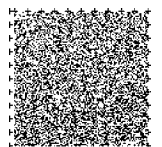
- ・駅員や運転手の指示にしたがって、しっかりと身を守り、落ち着いて避難しましょう。
- ・近くにいる大人に声をかけ、一時集合場所となっている学校などに避難しましょう。
- ・地下にいるときは、あわてずに一列になって、出口に移動しましょう。



避難するときに、これから自分が特に気を付けたいことは何ですか。

【学校で】

【家で】



3 地震に備えて、何を？

① 避難袋

準備しておくもの	
飲み水	
食べもの	
薬	
ラジオ	
懐中電灯	
お金	
メモ帳	
下着	
ティッシュペーパー	
タオル	
くつ	



このほかにどのようなものがあると、よいでしょうか。

② 家具などへの備え

家具固定金具

飛散防止フィルム

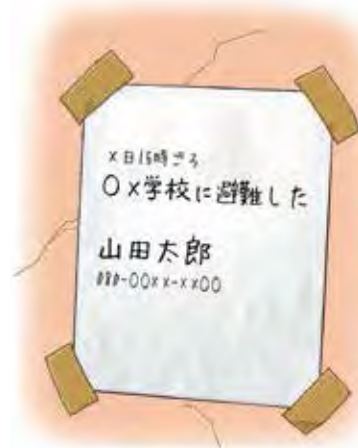


家が停電してしまって、夜はまっ暗だった。



一人で家にいてこわかったから、学校に避難をした。

④ 避難所で何ができるかな？



小学生が避難所でできることには、次のようなことがあります。

避難所のゴミの分別を進んで行う。

避難所のそうじや整理整とんを進んで手伝える。

幼児の世話をしたり、高齢者の手伝いをしたりする。

自分にできることを考え、みんなのために働けるようにすることが大切です。

③ 家の人と確かめよう

れんらくさき 連絡先	名前	電話番号
1		
2		
3		
いつとき 一時集合場所	(近くの公園や学校など)	
ひなん 避難場所	(指定されている場所)	



飛び出し
防止金具

落下防止
金具

食器だなからお皿が
たくさん落ちてきた。

家の人と電話が
つながらなかった。

電車が止まってし
まって、家の人帰って
こなかった。



駅構内の混雑の様子 (上野駅)

東日本大震災のとき、
東京では、電車が止まっ
たことにより、帰宅で
きない人が数多くいま
した。地震の後、町はど
のように変化するでし
ょうか。考えてみまし
ょう。

⑤ 緊急地震速報が出たら?

緊急地震速報は、
震源 (地震が起こっ
た場所) の近くでゆ
れがあったときに、
もっと遠くの場所
にいる人たちに、地
面がゆれるよりも早
く地震がくることを
知らせる仕組みです。
緊急地震速報が出
たら、あわてずに地
震に備え、自分の身
を守りましょう。



緊急地震速報サンプル画像

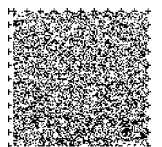
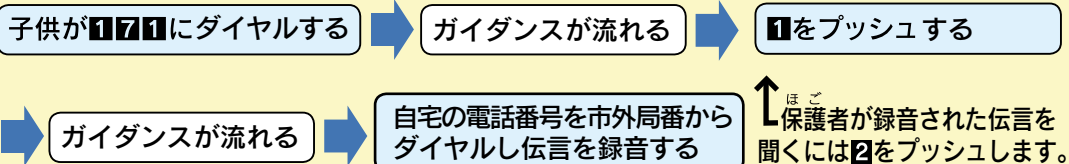
自分の家の備えを見直してみよう

心配なこと	そのために取り組むこと
例) 避難袋がない。	家の人に呼びかけ、いっしょに用意する

7

キトリ

「171 (災害用伝言ダイヤル)」の利用方法



※切り取って常に携帯しましょう。詳しく知りたい場合は、<http://www.ntt.co.jp/saitai/171.html>

チャレンジ！避難マップを作ろう



《作るポイント》

- ① 自宅を地図の真ん中にかきましょう。
- ② 学校や目印となる大きな建物、道路をかきましょう。
- ③ 一時集合場所、避難場所を確認しましょう。
- ④ 災害が起こったときに危険が予測される場所はどこか、なぜ危険なのかを考え、吹き出しにして書きこみましょう。
- ⑤ 危険な場所を通らずに、一時集合場所や避難場所まで行く道筋を考え、家族といっしょに歩いてみましょう。
- ⑥ 電話が使えないときに家族と連絡をとる方法を決めておきましょう。
- ⑦ 災害用伝言ダイヤルの使い方も確認しておきましょう。

地震が起こったとき、あなたの通学路で特に気を付ける場所はどこですか。

危険な場所	理由	どうしたらよいか

御家族・地域の皆さんへ

平成23年3月11日に起こった東日本大震災の地震は、日本の観測史上最も大規模な地震で、多くの尊い人命が失われ、地域社会にも大きな傷跡を残しました。東京でも大きな揺れを観測し、交通機関の停止により、多くの住民が帰宅困難になりました。また、通信手段の過剰集中による電話等の長時間にわたる不通、電力の供給不足による計画停電や物資の不足など、首都東京の都市機能が一時停止するほどの影響がありました。さらに、保護者が帰宅できなかったために、余震の続く中、児童や生徒が一人で不安な時間を過ごさなければならなかったことなど、児童・生徒の安全確保にも課題を残しました。

南関東地域では、大正12年（1923年）の関東地震（関東大震災）から90年余りが経過し、関東地震以降のプレート運動によって地震エネルギーがある程度蓄積されています。そのため、次の巨大地震に先立って、その一部がM7級の地震として発生する時期に差し掛かっていると推定されています。国の地震調査研究推進本部は平成24年2月、このような地震（M6.7～7.2程度）が発生する確率について、これまで同様に「今後30年以内に70%程度」と予測しています。この地震は、兵庫県南部地震（阪神・淡路大震災）のように都市の直下で起こる可能性もあります。

今後、東京が大きな地震に見舞われた場合、自分の身の安全を守るために、まず一時集合場所等を集まりますが、地震発生後、家族と連絡が取れないことが考えられます。また、災害によって建物や道路が破壊され、通常どおりに一時集合場所に行くことができないことも想定されます。

そこで、日頃から、家族で集まる一時集合場所を確認し、一時集合場所への移動方法や連絡方法を決めておくことが必要です。さらに、家族で実際に歩いて危険箇所を見るなどして、いつ災害が起こったとしても、落ち着いて行動できるように備えておきましょう。

【平成28年度版「地震と安全」作成委員会】

監修 阿部 勝征 東京大学名誉教授
 作成委員 松崎 康一 板橋区立弥生小学校長
 松尾 成美 東京都立大泉特別支援学校副校長
 早川 大介 板橋区立高島第五小学校主任教諭
 芳賀奈保子 台東区立金竜小学校教諭
 協力 跡部 勇 警視庁警備部災害対策課地域防災係長
 小暮 和弘 東京消防庁防災安全課総合防災教育係長
 山中 圭子 東京都総務局総合防災部防災管理課課長代理（防災普及担当）

※所属は平成28年3月31日現在のもの。なお、本書は28年度版を基に、修正を加え増刷したものである。

【平成29年度版「地震と安全」】

担当 藤江 敏郎 教育庁指導部主任指導主事
 大村 賢治 教育庁指導部指導企画課統括指導主事
 会田健太郎 教育庁指導部指導企画課課長代理（課務担当）
 中村 伸也 教育庁指導部指導企画課指導主事

絵 坂本デザイン事務所
 写真提供 気象庁 東京消防庁 警視庁 神戸市
 東京都生活文化局広報広聴部広報課
 ビクトグラム提供 東京消防庁防災部震災対策課

平成29年度版 地震と安全

東京都教育委員会印刷物登録
 平成29年度 第4号
 東京都教育委員会主要刊行物
 平成29年7月

編集・発行 東京都教育庁指導部指導企画課
 所在地 東京都新宿区西新宿二丁目8番1号
 電話番号 03-5320-6836
 印刷会社名 株式会社アイネット

年 組 名前

8

キリトリ

御家族の皆さんへ「171（災害用伝言ダイヤル）」について

地震など大災害発生後に、安否確認などの対応としてNTTが設置する「声の伝言板」（伝言メール）です。このシステムを使えば、例えば、子供が被災後の状況を録音し、その録音した伝言を保護者が電話で聞き、子供の安否を確認することができます。

子供（伝言の録音）

〇〇です。△△に避難しています。

保護者（伝言の再生）

録音

171

再生

※利用方法は裏面です。

携帯電話各社の「災害用伝言板」で安否を登録・確認することができます（震度6弱以上のとき等）。

