



しながわ



ぼう さい

防災学校



か てい く みん む
家庭・区民コース（小学生向け）



こう ざ
講座テキスト



しながわ 防災 学校

じ しん 地震について学ぼう

1 時間目

か てい く みん 小 学 生 向 け
家庭・区民（小学生向け）コース

しながわ
防災
学校

はじめに

2

この時間で学ぶこと

◆目ひょう

じ しん
地震のゆれ、ひがい、みのまもり方を学ぼう！

◆内よう

- | | |
|---|--------|
| 1. わたしたちのみのまわりにはどんなきけんがあるの？ | ・・・ 3 |
| 2. 地震 <small>じしん</small> がおきたらどんなひがいがおこるの？ | ・・・ 5 |
| 3. 地震 <small>じしん</small> からみをまもるためにはどうすればいいの？ | ・・・ 9 |
| 4. 地震 <small>じしん</small> からみをまもるためのじゅんびをしよう！ | ・・・ 11 |
| 5. まとめ | ・・・ 14 |



1.

わたしたちのみのまわりには
どんなきけんがあるの？

わたしたちのみのまわりのきけんって？

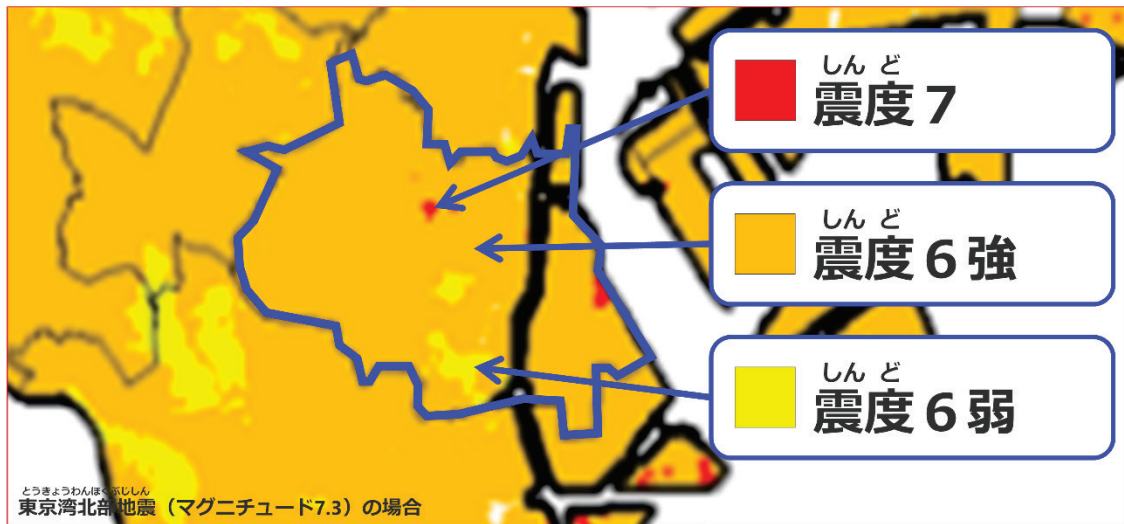


2.

地震^{じしん}がおきたらどんなひがいがおこるの？



品川区でおこる地震のゆれ



参考：東京都「首都直下地震等による東京の被害想定（平成24年4月18日公表）」

地震のゆれってどんなゆれ？

6 強



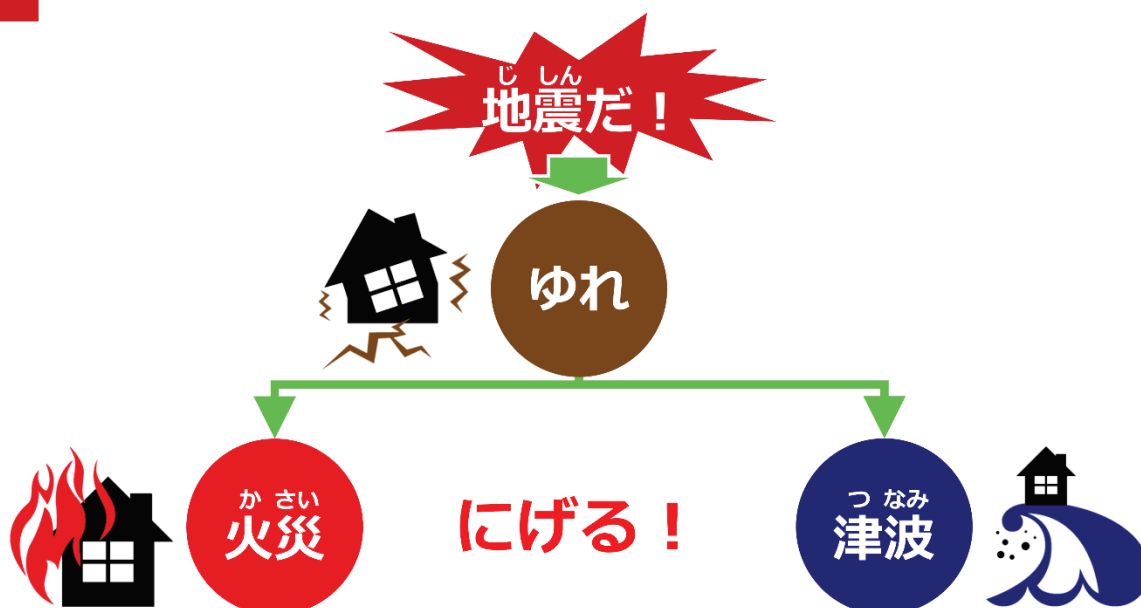
- たてものは、かたむいたり、こわれたりする
- けがをしたり、いのちをおとしたりするひとがいる
- 水やトイレがつかえない
- 電気がつかない
- 電話がつながりにくくなる

参考：気象庁「震度について（<http://www.jma.go.jp/jma/kishou/known/shindo/>）」

3.

じ しん
地震からみをまもるためには
どうすればいいの？

じ しん
地震からみをまもるためには？



4.

体けん
じ しん

地震からみをまもるためのじゅんびをしよう！

3つの体けん

1. 地震^{じ しん}からみをまもるしせいを体けんしてみよう
2. 地震^{じ しん}体けん車で強いゆれを体けんしてみよう
3. 消火器^{しょう か き}のつかい方を体けんしてみよう



緊急地震速報

〇〇県で地震 強い揺れに警戒

東京 神奈川 埼玉 千葉 栃木
群馬 茨城 山梨 静岡 長野

5. まとめ

くりかえしれんしゅうしておぼえよう！



いろいろなくんれんにさん
かして、みのまもり方をみ
につけましょう！

おぼえておこう
じ しん

地震からみをまもるには...？

ゆれているときは...？

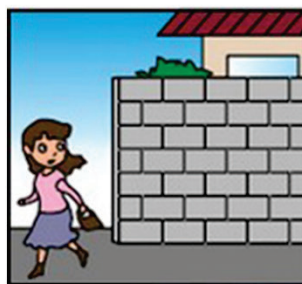
家にいるとき

頭をまもって、じょうぶな
つくえの下などにかくれる！



外にいるとき

ブロックのへいや、たてもの
のそばからはなれる！



「火災」からみをまもるには...？



ハンカチやタオルで
口とはなをおおい、
ひくいしせいでひなんする！

参考：消防庁「防災マニュアル、http://www.fdma.go.jp/bousai_manual/lat/later32.html」

「津波」からみをまもるには...？

高いところににげる！

津波からにげるところ



つなみ ひなん ばしょ
津波避難場所



つなみ ひなん
津波避難ビル



参考：政府広報オンライン「<http://www.gov-online.go.jp/useful/article/201410/4.html#anc02>」

しながわ 防災 学校

みのまわりのきけんをしらべよう

2 時間目

か てい く みん ち ゃう せ い
家庭・区民（小学生向け）コース

しながわ
防災
学校

はじめに

2

この時間で学ぶこと

◆目ひょう

みのまわりのことについて学ぼう！

◆内よう

1. わが家の地震防災マップを作ろう！

..... 3



1.

ワーク

わが家の地震防災マップを作ろう！

1. わが家の地震防災マップを作ろう！

なぜ防災マップを作るの？

さいがい

災害がおこったときは、いつもとちがうことがたくさんある！



どこににげたら
いいの！？

おうちの人に
電話が繋がらない！



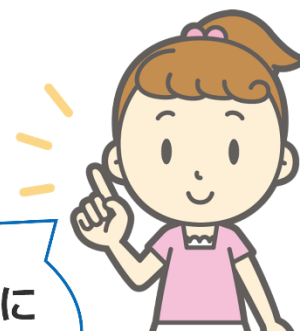
ぼうさい
防災マップがあれば...

さいがい
災害がおこったときに、おちついて行どうすることができる！



あの公園に
にげよう！

親せきのおじさんに
電話をしよう！



ぼうさい
防災マップってどんなもの？



ふだんから、

さいがい
災害がおこったときを考えて、

こまりそうなことや

やくに立ちそうなことを

まとめておくもの

① おうちはどこかさがそう



おうちをさがして、地図に書こう！



このマークを書こう！



地震がおこったときにあつまるところ

おうちの人とあつまるところ

地震がおきたときに、おうちの人とあつまるための

みぢかなところ

おうちの人とそうだんして、地図に書きこんでみましょう！

あつまるところのれい

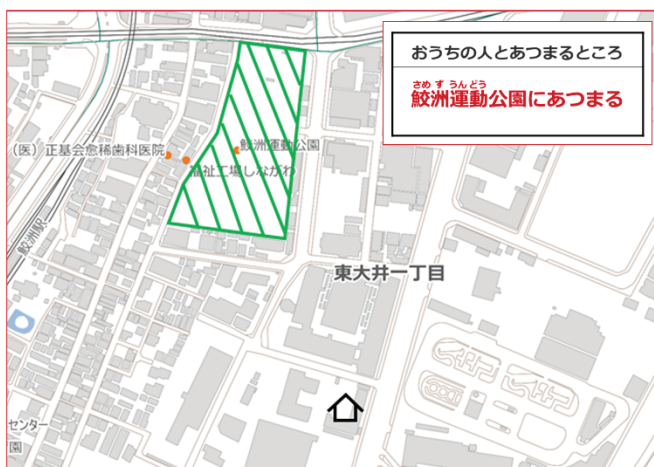
いっときしゅうごう ばしょ 一時集合場所

いったんあつまってようすを見たり、みんなでにげたり
するためのばしょ

く みん ひ なんじょ 区民避難所

おうちがこわれたりたおれたりして、おうちで生活が
できないときに、少しのあいだ生活をするばしょ

② おうちの人とあつまるところをさがそう



じ しん
地震がおきたときに、おうちの人と
あつまるところのみちかなところを
書きましょう！



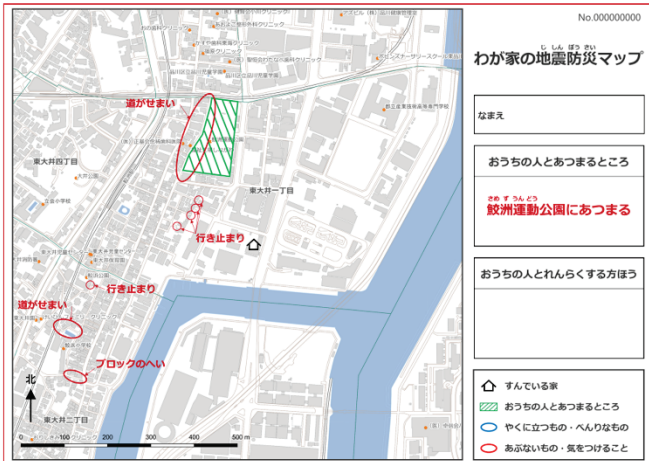
このマークで書こう！



1. わが家の地震防災マップを作ろう！

11

あぶないものやあぶないところさがします



3つのことについて
考えるよ！

- せまいみち
- 行き止まり
- ブロックのへい



③地図に書きましょう



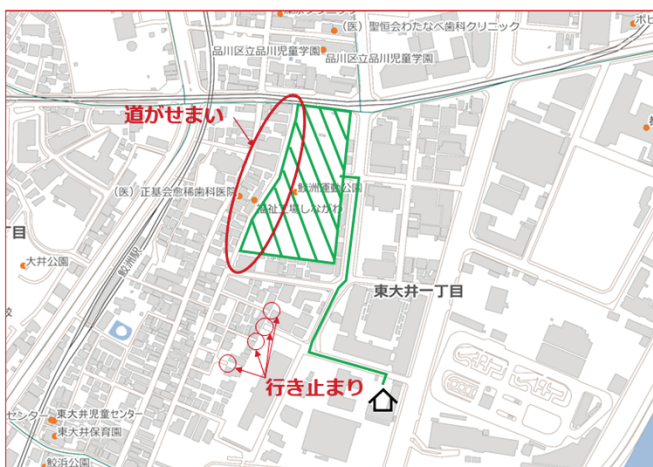
うちのまわりをかくにんして
書きこみましょう



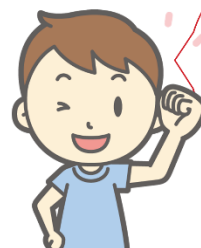
3つのことについて
考えるよ！

- せまいみち
- 行き止まり
- ブロックのへい

④道のりを書こう（うち～うちの人とあつまるところ）



うちから、うちの人とあつまるところ
までの道のりを**みどり色**の**えんぴつ**で書こう



できるだけあぶない
ところを通らないように
道のりをきめよう

まとめ じっさいにまちを歩いてみよう！

- おうちから避難^{ひなん}するところまで **どれくらい時間がかかるか** かくにんしよう
- ^{さいがい}災害がおこったときに **やくに立つものやあぶないもの** をかくにんしよう

やくに立つところ

こうしゅう電話：れんらくをとる方ほう

スーパ一：食べもの・のみものを買う

公園・広場：きけんからにげるところ

あぶないところ

かんばん：^{じしん}地震で落ちてくるかも...

おうちがたくさんあつまっているところ

^{かさい}：火災がおきたときににげ道がなくなるかも...

- **おうちの人とれんらくする方ほう** をきめておきましょう

しながわ 防災 学校

ふだんからじゅんびしよう

3 時間目

か てい く みん む
家庭・区民（小学生向け）コース

この時間で学ぶこと

◆目ひょう

ふだんからじゅんびしておくことについて学ぼう

◆内よう

- | | |
|----------------------------|----------|
| 1. 今日からじゅんびすること | 3 |
| 2. おうちにある食べもの・のみものをしらべてみよう | 6 |
| 3. あるとべんりなものを作ってみよう | 15 |



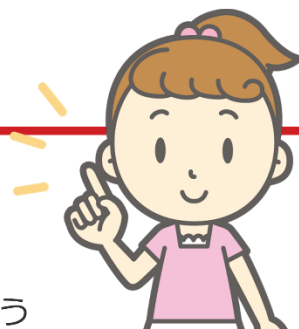
1.

今日からじゅんびすること

みをまもるためにそなえておきたい「3つ」のこと

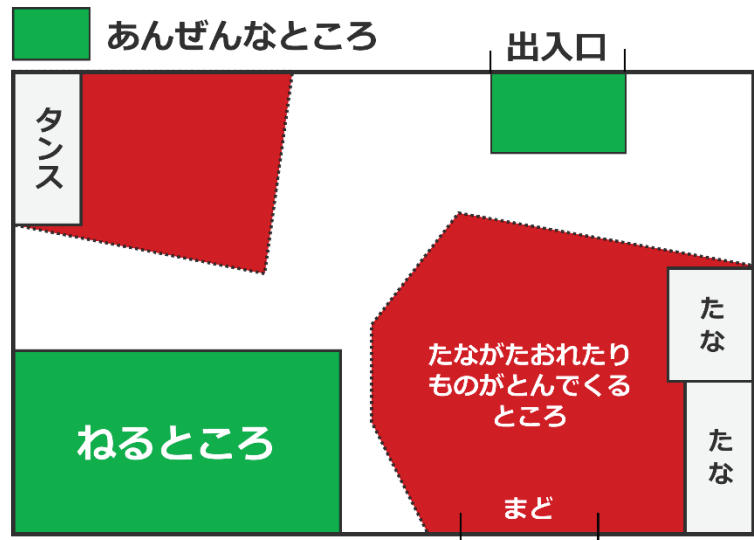
1. 地震^{じしん}からみをまもるには
2. みちかなきけんをしらべよう
3. ふだんからじゅんびをしよう

- あんぜんなおへやにしよう
- おうちにある食べもの・のみものをしらべてみよう
- あるとべんりなものをつくってみよう



おへやのあんぜんはだいじょうぶ？

けがをしないために、
ねるところやおへや
の入口は、ものがと
んできたりしないこ
ろにしよう！



参考：品川区「高層マンション防災対策の手引き（p.18）」

じしん 地震がおこったあと...

- 電気・ガス・水・トイレが
しばらくつかえなくなる
- 食べものやのみものなどが、
手に入りにくくなる



食べものやのみものをもらうために
ひがしにほんだいしんさい
ならんでいるようす（東日本大震災）

しばらくおうちにあるもので生活するひつようがある！

2.

ワーク
 おうちにある食べもの・のみものを
 しらべてみよう

おうちにある食べもの・のみものをしらべてみよう

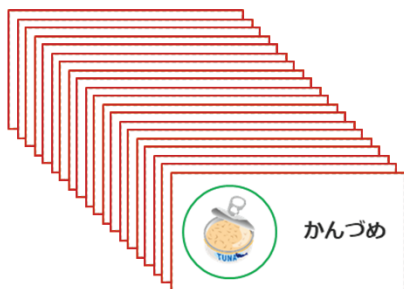
わが家の備蓄かくにんシート		月	日	年
食べもの パン 乾いどうふ くだもの かんづめ レトルト食品 野菜 シリアル お菓子		トイレ トイレットペーパー		
のみもの 水 ジュース		災害の時に足りるかな…? ● ひつような食べもの 3食×3日分×4人分 = 36食分 ● ひつようなのみもの 3リットル×3日分×4人分 = 36リットル ● ひつようなトイレのかず 5回×3日分×4人分 = 60回分		
足りないもの レトルト食品 かんづめ やさしい		お水 かんいトイレ		

おうちにどのくらい食べものやのみもの
 があるかしらべてみましょう！



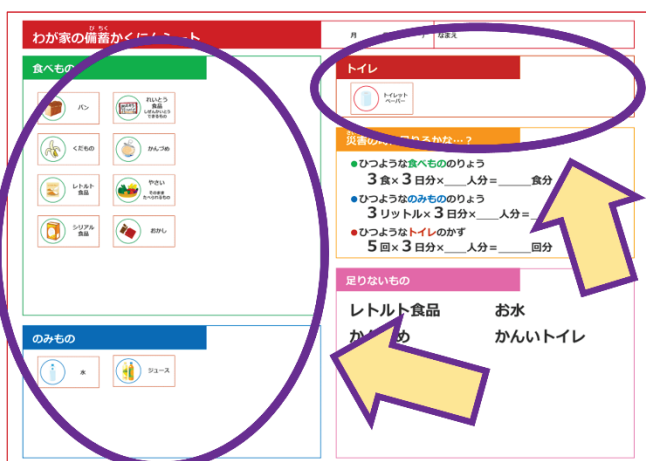
じしん
 地震が起きたとき
 おうちにあるもので
 生活できるかな？

① カードの中からおうちにあるものをえらぼう



おうちの人と話し合いながら、
おうちにあるものが書かれている
カードをえらびましょう

② えらんだカードをはりましょう



① 「食べもの」「のみもの」
「トイレ」の中に、えらんだ
カードをはりましょう

③あるもので足りるかけいさんしてみましょう

わが家の備蓄かくにんシート		月 日 () 年 月 日
食べもの パン 缶詰 カップ麺 レトルト食品 缶詰 缶詰 缶詰 缶詰		トイレ トイレットペーパー
のみもの 水 ジュース		災害の時に足りるかな…? ● ひつような食べもの 3食×3日分×4人分 = 36食分 ● ひつようなのみもの 3リットル×3日分×4人分 = 36リットル ● ひつようなトイレのかず 5回×3日分×4人分 = 60回分
足りないもの 		

おうちにすんでいる人の数を
書いて、ひつような食べものや
のみものがあるか考えてみましょう



さいがい
災害がおこってから
3日間生活できるかな？

④足りないものをえらんではりましょう

わが家の備蓄かくにんシート		月 日 () 年 月 日
食べもの パン 缶詰 カップ麺 レトルト食品 缶詰 缶詰 缶詰 缶詰		トイレ トイレットペーパー
のみもの 水 ジュース		災害の時に足りるかな…? ● ひつような食べもの 3食×3日分×4人分 = 36食分 ● ひつようなのみもの 3リットル×3日分×4人分 = 36リットル ● ひつようなトイレのかず 5回×3日分×4人分 = 60回分
足りないもの レトルト食品 かんづめ やさい		足りないもの お水 かんいトイレ

「食べもの」「のみもの」
「トイレ」で足りないものを
書いてみましょう



何を買って帰ろうかな？

まとめ おうちにほぞんしておく食べもの・のみものについて

ふだんから食べものやのみものなどをほぞんしておくことを
び ちく 備蓄といいます

び ちく 備蓄をするときのポイント

- 食べもの・のみものは、3日～1週間分じゅんびしよう
- のみものは、1人1日3リットルくらいひつようです
- トイレの**び ちく 備蓄**もたいせつです
- ふだんからつかっているものも、3日分あるかかくにんしよう

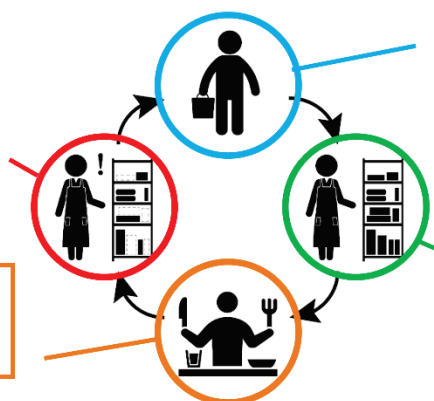
まとめ **じゅんかん び ちく 循環備蓄 (ローリングストック) のススメ**

じゅんかん び ちく 循環備蓄 (ローリングストック) とは？

一定の数をおうちにおいておきながら買い物と、つかうことをくりかえすこと

④ なくならないようにこまめにかくにんする

③ ふだんから、食べたりしてつかう



① 食べもの・のみものなどを多めに買う

② 少し多めにものをほぞんしておく

3.

体けん
あるとべんりなものをつくってみよう

さいがい
災害時にあるとべんりなものを作ってみよう

1. 新聞紙をつかってスリッパを作ってみよう！
2. アルファ化^か米を食べてみよう！
3. かんたんランタンを作ってみよう！

新聞紙をつかってスリッパを作ってみよう！

- よういするのは、新聞紙だけ！
- スリッパがないときはかわりに
つかってみましょう
- きんきゅう時のスリッパなので、
ふだんから、うんどうぐつを
じゅんびしましょう



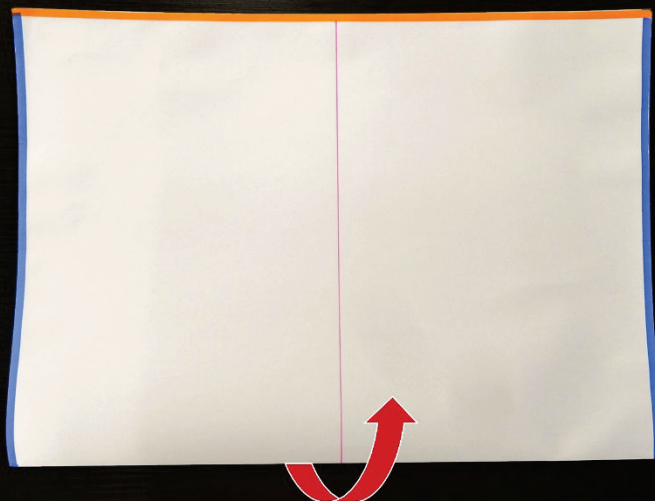
今日は、作り方を
おぼえてかえりま
しょう！

出典：NHK富山放送局「新聞スリッパの作り方、<http://www.nhk.or.jp/toyama-blog/300/236516.html>」

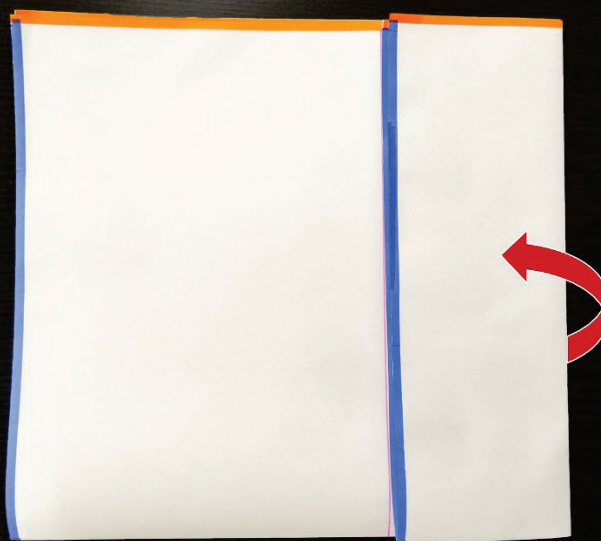
新聞紙をたてに
おきます



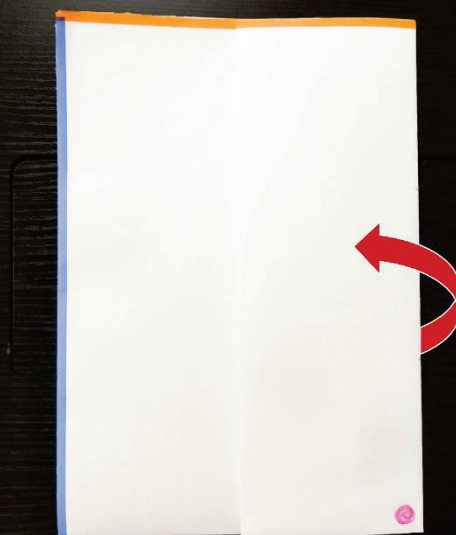
下から上におる



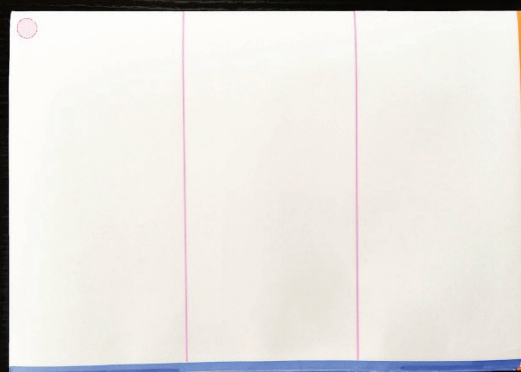
まん中にむけて
右から左に1回
おる



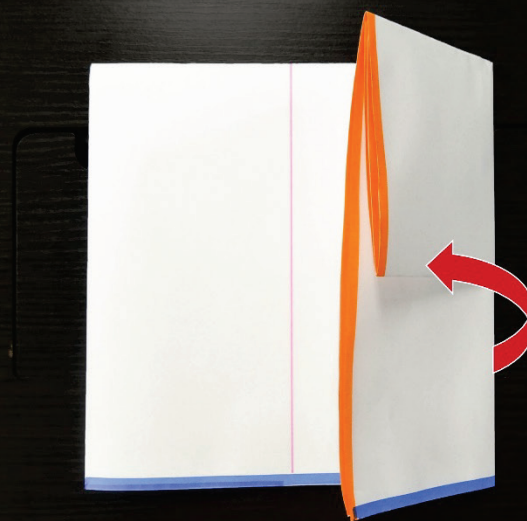
もう1回右から
左におる



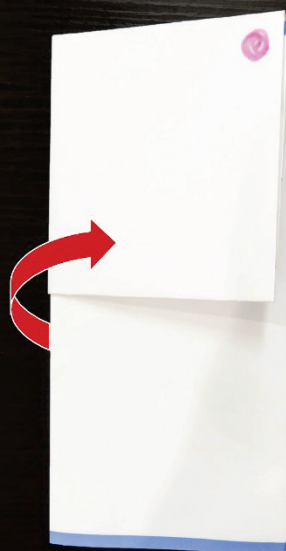
新聞紙をうらにか
えす
(右下の●が左上
のうらになる)



3分の1のはばで
右から左におる



左から右におる



左から右におった
方を中に入れる



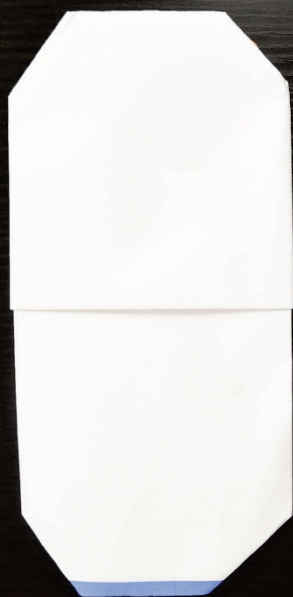
一番上のひらひら
しているところを
内がわにおる



4つの角におり目
をつけて内がわに
おる



かんせい！



アルファ^か化米ってどんな食べもの？

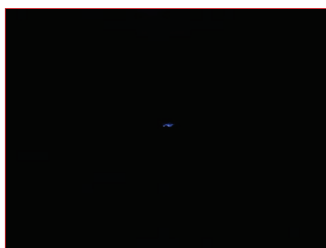


アルファ^か化米とは、たきたてのごはんを
かんそうさせたものです

- 賞味期限が^{しょうみ きげん}とても長い（5年くらい）
- おゆだけでなくお水でも作れる

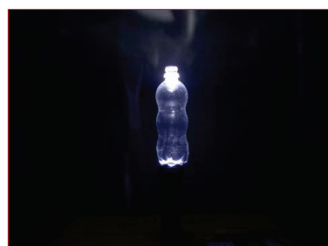
出典：尾西食品株式会社「アルファ米、<http://www.onisifoods.co.jp/products/alpharice.html>」

かんたんランタンを作ってみよう！



かいちゅう電とうのみ

かいちゅう電とう+ペットボトル



^{さいがい}
災害時のあかりに！

- かいちゅう電とうでは1つの方だけしか明るくならないので、まわりをてらすには少しふべん...
- ペットボトルをかいちゅう電とうの上にのせて明るさのちがいをかんさつしてみよう！

