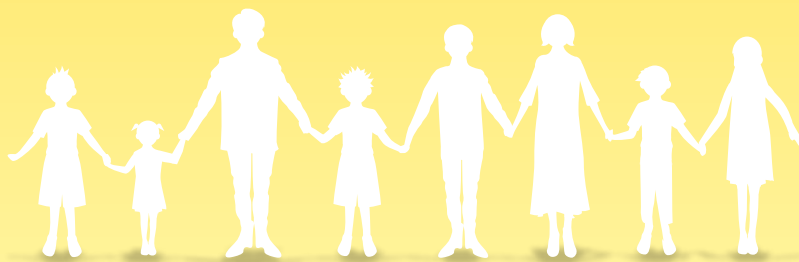


# 防ぼう災さい ノート

小学生(低学年)版

さいがい  
～災害からいのちをまもる～



みえけんきょういくいいんかい



# もくじ



<b>1.学校で 休みじかんに 大地震が おこったら</b>	
(1) きょうしつ <small>なか</small> の 中で きけんなこと	3
(2) きょうしつ <small>おおじしん</small> の そとで 大地震が おこったら	4
<b>2.学校からの 帰りみちで 大地震が おこったら</b>	
(1) 帰りみちで きけんなこと	5
(2) 帰りみちで 大地震 <small>おおじしん</small> が おこったら	6
<b>3.いえに いるときに 大地震が おこったら</b>	
(1) いえ <small>なか</small> の 中で きけんな こと	7
(2) いえ <small>なか</small> の 中で 大地震 <small>おおじしん</small> が おこったら	8
<b>4.そとに 出かけているときに 大地震が おこったら</b>	
(1) 出かけているときに きけんなこと	9
(2) 出かけているときに 大地震 <small>おおじしん</small> が おこったら	10
<b>5.台風が ちかづいてきたら</b>	
(1) 台風 <small>たいふう</small> で きけんなこと	11
(2) 台風 <small>たいふう</small> に おそわれたら	12
<b>6.とつぜん おそう 風水害</b>	
(1) たつまきで きけんなこと	13
(2) とつぜんの 大雨 <small>おおあめ</small> で きけんなこと	14
(3) かみなりで きけんなこと	14
<b>7.ひなんしよで すごすことになったら</b>	
(1) ひなんしよって どんなところ	15
(2) ひなんしよで きをつけることは	16
(3) ひなんしよに もっていくものは	16
<b>しりょうへん</b>	
(1) 津波 <small>つなみ</small> について しておこう	17
(2) えきじょうかについて しておこう	18
(3) 土砂 <small>どしゃ</small> さいがいについて しておこう	18

## ワークシート (別紙)

- ①じぶんの みの まもりかたを しろう
- ②ひなんマップをつくろう
- ③災害用伝言ダイヤル(171)の つかいかたを しろう

# 1

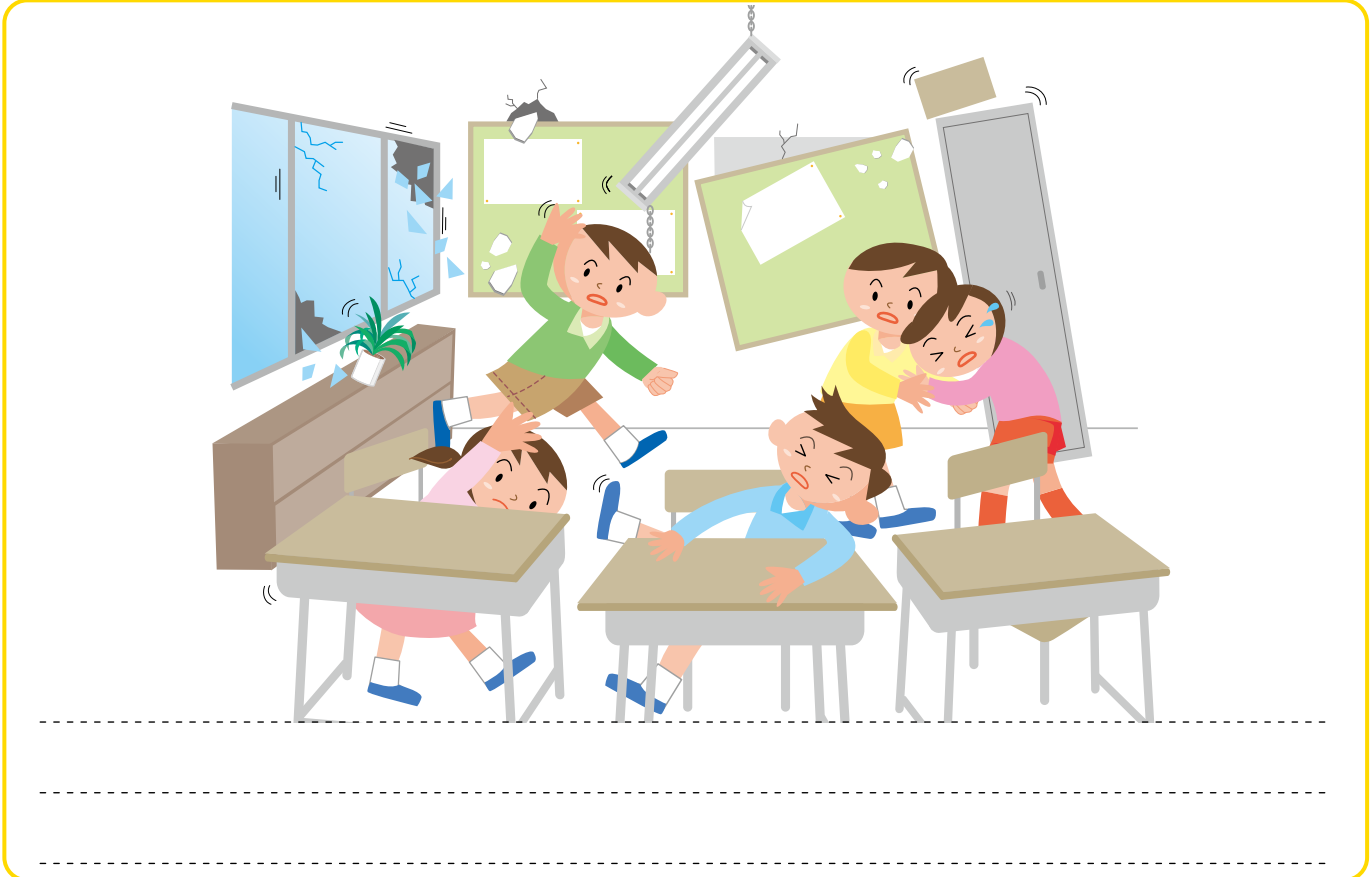
# 学校で 休みじかんに 大地震が おこったら



▲ 360度動画で地震を  
たい 体けんしてみよう

## (1) きょうしつの中なかで きげんなこと

きょうしつで 地震じしんが おこったら、どんな きげんな ことが おこるでしょうか？  
した 下の えとしゃしんをみて かんがえて みましょう。



### 【地震じしんで こわれたもの】

はがれた かべ



写真提供：文部科学省

おちてきた けいこうとう



写真提供：文部科学省

たおれた としょしつほんの本ほんだな



写真提供：文部科学省

❓ きょうしつなかの そとでは、どんな きげんな ことが おこるでしょうか？

「おちてこない・たおれてこない・いどうしてこない」ばしょに。

## (2) きょうしつおおじしんのそとで大地震おおじしんがおこったら

休みやすじかんに大地震おおじしんがおこったら、どうしたらよいでしょうか？  
 下したのえをみてかんがえたことをかいてみましょう。

### こうしゃのそば



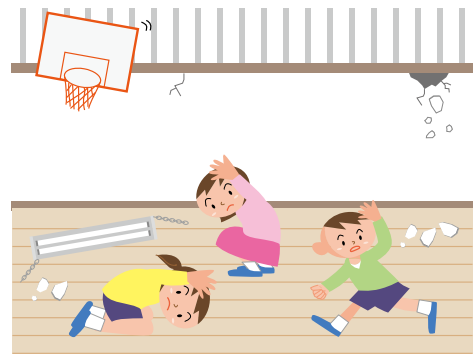
### ろうか、かいだん



### げたばこ(くつばこ)のそば

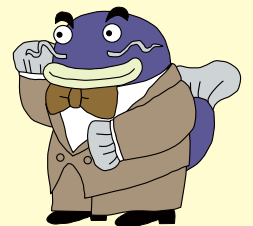


### たいいくかん



## ゆれが おさまって、ひなんするときは...

- 校内放送こうないほうそうがあつたら、しずかに きこう。
- ろうかや かいだんでは、おさない。はしらない。しゃべらない。
- ひなんするときは、われた ガラスきに 気をつけよう。
- 津波つなみが きそうなときは、いそいで 高いたかところへ ひなんしよう。
- あんぜんな ところに ひなんしたら、もどらない。



がっ こう  
学校からの かえりみちで  
おお じ しん  
大地震が おこったら

どとうが  
360度動画で  
じしん たい  
地震を体けん  
してみよう▶



### (1) かえりみちで きけんなこと

がっ こう じしん  
学校の かえりみちで 地震が おこったら、どんな きけんな ことが おこるでしょうか？  
した  
下の えとしゃしんをみて かんがえて みましょう。



じしん  
【地震で こわれたもの】

たおれた ブロックべい



つぶれた いえ



いし  
くずれた 石がき



がっ こう  
❓ 学校の そとの ほかの ばしょでは  
どんな きけんな ことが おこるでしょうか？

「おちてこない・たおれてこない・いどうしてこない」ばしょに。

## (2) かえりみちで おおじしん 大地震が おこったら

きけんな ばしょを とおっているときに じしん 地震が おこったら、どうしたら よいでしょうか？  
した 下の えを みて かんがえたことを かいて みましょう。

こうさてん



がけの そば



かわ 川や はしの ちかく



うみの ちかく



### ゆれが おさまって、ひなんするときは...

- ほうそう 放送が あったら、しずかに きこう。
- その ときに いる ばしょで おこる きけんな ことを かんがえて ひなん しよう。
- つなみ 津波が きそうなときは、いそいで たか 高いところへ ひなん しよう。
- きけんな ところへは ちかづかない。



## 3

# いえに いるときに 大地震が おこったら

どうが  
360度動画で  
じしん たい  
地震を体けん  
してみよう▶



## (1) いえの なか で きけん なこと

いえに いるときに 地震が おこったら、どんな きけん な ことが おこる でしょう か？  
下の えをみて かんがえて みましょ う。



### 【火事から ひなんする ときは】

- 火事かじのときは、ゆうどくなガスがはっせいするので、けむりの なか を ひなんするときは、ハンカチなどをくち口、はなにあてて、できるだけ ひくい しせいで ひなんしよ う。
- いったん ひなんしたら、いえの なか へは もどらな い。
- 火が ひろがる おそれがあるときは、こうえんなどへ ひなんしよ う。



❓ いえの なか の ほかの ばしょでは、どんな きけん な ことが おこる でしょう か？

「おちてこない・たおれてこない・いどうしてこない」ばしょに。

## (2) いえの なか 中で おおじしん 大地震が おこったら

いえにいるときに じしん 地震が おこったら、どうしたら よいでしょうか？  
した 下の えを みて かんがえたことを かいて みましょう。

### ごはんをつくっているとき



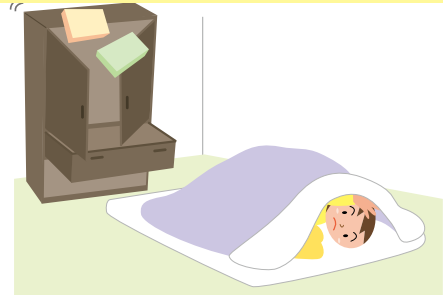
### べんきょうしているとき



### おふろにはいっているとき



### ねているとき



## ゆれが おさまって、ひなんするときは...

- ほうそう 放送が あったら、しずかに きこう。
- つなみ 津波が きそうなら、いそいで たかい ところへ ひなんしよう。
- ひなんするときは、われた ガラスに き 気をつけよう。
- あんぜんな ところへ ひなんしたら、もどらない。



## 【なまずはかせからの しつもん】

ゆれが おさまったら、あなたの いえでは  
 どこに にげることになっていますか。



## 4

# そとに 出かけているときに 大地震が おこったら

360度動画で  
地震を体験  
してみよう▶



## (1) 出かけているときに きげんなこと

そとに 出かけているときに 地震が おこったら、どんな きげんな ことが おこるでしょうか？ 下の えとしゃしんを みて かんがえて みましょう。



### 【地震で おきた こと】

かじ  
火事



こわれて、おちた まどガラス



つなみ  
津波



① ほかの ばしょでは、どんな きげんな ことが おこるでしょうか。

「おちてこない・たおれてこない・いどうしてこない」ばしょに。

## (2) <sup>で</sup>出かけているときに <sup>おおじしん</sup>大地震が <sup>おこ</sup>ったら

いつもは いかないような ところへ いったときに <sup>じしん</sup>地震が <sup>おこ</sup>ったら、どうしたら よいでしょうか？ 下の えを <sup>した</sup>みて かんがえたことを かいて みましょう。

バスや でんしゃに のっているとき



デパートや スーパーで かいものをして いるとき



テーマパークで あそんでいるとき



うみへ およぎに いったとき



### ゆれが おさまって、ひなんするときは...

- <sup>ほうそう</sup>放送が あったら、しずかに きこう。
- おちているものや こわれているものに <sup>き</sup>気をつけよう。
- そのときに いる ばしょで おこる きけんなことをかんがえて ひなんしよう。
- <sup>つなみ</sup>津波が きそうなときは、いそいで <sup>たか</sup>高いところへ ひなんしよう。
- あんぜんな ところへ ひなんしたら、もどらない。



## 5

# 台風が ちかづいてきたら

## (1) 台風で きけんなこと

台風が やってきたら、どんな きけんな ことが おこるでしょう？  
下の えと しゃしんを みて かんがえて みましょう。



-----

-----

-----

### 【台風でおこったこと】

ガラスが われた しょくいんしつ



あふれだした 川



おしよせた 土や石



## (2) 台風たいふうにおそわれたら

台風たいふうにおそわれたら、どうしたらよいでしょうか？  
下したのえをみてかんがえたことをかいてみましょう。

いえにみず水がながれこむ



.....

.....

.....

どろろがみず水びたしになる

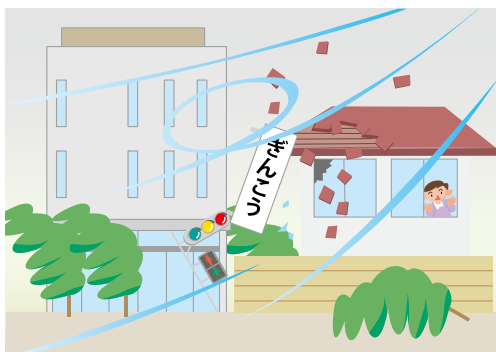


.....

.....

.....

はげしいかぜ風がふく



.....

.....

.....

やま山がくずれる



.....

.....

.....

## ちいきでさいがいおこった災害さいがいについてきいてみよう

これまでにみえけんにやってきたたいふう台風のひがいに  
ついて、きいてみましょう。

.....

.....

.....



たいすいきいはんとう 大水たいすいが

# 6

# とつぜんおそう 風水害 ふう すい がい

## (1) たつまきで きけんなこと

たつまきにおそわれたら、どんな きけんな ことが おこるでしょうか？  
した下の えと しゃしんをみて かんがえて みましょう。



【たつまきで おこったこと】  
 ちらばった つくえ



写真提供 8 奥州市立西田井小学校

とばされたやねがわら



写真提供 気象庁

### たつまきから みをまもるには

いえに  
いるとき

- まどの ちかくからはなれる。
- じょうぶな つくえの した下にかくれ、  
りょう手<sup>て</sup>であたまをまもる。



そとに  
いるとき

- じょうぶな たてもものにひなんする。
- すいろやくぼんだところに したみをふせ、  
りょう手<sup>て</sup>であたまをまもる。

## (2) とつぜんの大雨で きけんなこと

おお あめ

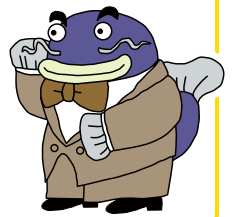
とつぜんの大雨に おそわれたら、どんなきけんなことが おこるでしょうか？  
 下の えとしゃしんをみて かんがえて みましょう。



### とつぜんの大雨から みを守るには

おお あめ

- すぐに川からはなれる。
- ちかどうやちかしつには  
はいらない。
- 水のついた  
どうろでは、  
足もとに  
ちゅういする。

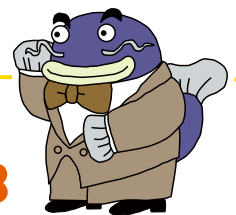


## (3) かみなりで きけんなこと

いえのそとで かみなりにおそわれたら、どんなきけんなことが おこるでしょうか？  
 下の えとしゃしんをみて かんがえて みましょう。



### かみなりから みを守るには



- かみなりが なったら すぐに  
ひなんする。
- 木や でんちゅうからはなれる。
- たてもものや じどうしゃの中に  
ひなんする。
- ひなんする ばしょがないときは、  
しせいを ひくくする。



## (2) ひなんしょで きをつけることは

ひなんしょで きをつけなければならぬことやまもらなければならぬことは  
 为什么呢？下の えをみて かんがえたことをかいてみましょう。

「もう ねる じかんなのに」



.....  
 .....

「あの子 <sup>こ</sup>どこにいるの」



.....  
 .....

「みんなに くばりたいのに」



.....  
 .....

## (3) ひなんしょにもっていくものは

ひなんしょにもっていくものを かんがえて かいてみましょう。

(れい)



.....  
 .....

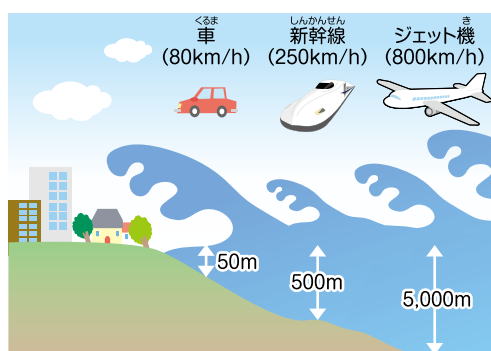
# しりょうへん

## (1) 津波についてしっておこう

津波からたすかるためには、津波をよくしることがたいせつです。

### 津波のちゅういするところ

- ① 地震のおきるところによっては、津波がすぐにおそってくるかもしれない。
- ② 津波はジェット機なみの速さでおしよせてくる。  
〈海上の場合、例えば、深さが5,000mのところではジェット機と同じくらいのスピードです。また、深さ500mのところでは新幹線と、深さ50mのところでは自動車と同じくらいです。〉
- ③ 津波はくりかえしおそってくる。
- ④ 津波はばしょによって、たかさがちがう。
- ⑤ たとえ30センチていどの津波でも、立っていられないほどのちからがある。
- ⑥ 津波はうみから川をさかのぼる。
- ⑦ 津波がくるときは、さいしょにしおがひくとはいかぎらない。



### !! このひょうしきにちゅうい!



津波避難ばしょ



津波避難ビル



津波ちゅうい



津波がくるところ

津波の大きさは、地震の大きさなどによってちがってきます。「まえの津波はいえまでこなかったから、つぎもこないだろう」とは、ぜったいおもってはいけません!

津波がきそうなら、  
たかいところへにげるんだよ!



「おちてこない・たおれてこない・いどうしてこない」ばしょに。

## (2) えきじょうかについてしておこう

うみや <sup>かわ</sup>川の <sup>ちかく</sup>ちかく、うめたてち などでは、  
地震の <sup>じしん</sup>ときに「えきじょうか げんしょう」が  
おこることがあります。

じめんから <sup>みず</sup>水が <sup>た</sup>ふき出して <sup>だ</sup>どろどろに  
なり、マンホールが <sup>うきだ</sup>うきだしたり <sup>たてもの</sup>たてもの  
が <sup>かたむ</sup>かたむいたりします。



写真提供：浦安市

## (3) 土砂さいがいについてしておこう

台風や <sup>たいふう</sup>きゅうな <sup>おおあめ</sup>大雨により、山の津波といわれる <sup>やま</sup>土砂さいがい <sup>つなみ</sup>と <sup>どしゃ</sup>いわれる <sup>どしゃ</sup>土砂さいがい <sup>おこ</sup>ることが  
あります。土砂さいがいは、地震の <sup>じしん</sup>あとに <sup>おこ</sup>ることも <sup>あ</sup>ります。

### 【土砂さいがいの しゅるい】

<sup>ど</sup> <sup>せきりゅう</sup> 土石流	<sup>じ</sup> 地すべり	<sup>くす</sup> がけ崩れ
<sup>やま</sup> <sup>かわ</sup> <sup>いし</sup> <sup>どしゃ</sup> <sup>しゅうちゅうこうう</sup> 山、川の石や土砂が集中豪雨な どによって一気 <sup>いっさ</sup> <sup>かりゅう</sup> <sup>お</sup> <sup>なが</sup> に下流へ押し流 されます。	<sup>ねん</sup> <sup>ど</sup> <sup>ち</sup> <sup>そう</sup> 粘土などすべりやすい地層に <sup>ち</sup> <sup>か</sup> <sup>すい</sup> <sup>さ</sup> <sup>よう</sup> <sup>じ</sup> <sup>めん</sup> 地下水が作用して、地面がゆ くりすべって <sup>うご</sup> <sup>だ</sup> 動き出します。	<sup>しゅうちゅうこうう</sup> <sup>きゅう</sup> <sup>しゃめん</sup> 集中豪雨などにより急な斜面 が崩れ落ちます。

### 【土砂さいがいの まえぶれ】

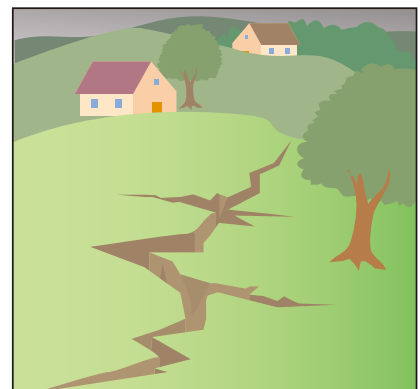
つぎのようなまえぶれにちゅういしよう。



<sup>かわ</sup> <sup>なが</sup> <sup>にご</sup> <sup>りゅうぼく</sup>  
川の流 <sup>なが</sup>れが濁り流木が  
<sup>ま</sup> <sup>はじ</sup>  
混ざり始める。



<sup>しゃめん</sup> <sup>みず</sup> <sup>だ</sup>  
斜面から水がふき出す。



<sup>じめん</sup> <sup>わ</sup>  
地面にひび割れができる。

# つぎのクイズに ちょうせんしよう。

こたえは <sup>ぼうさい</sup> 防災ノートにかいて あるのでさがしてみよう。



Q1



ひなんする ときに  
だいじな「おはしも」って  
どんな いみですか？

こたえ

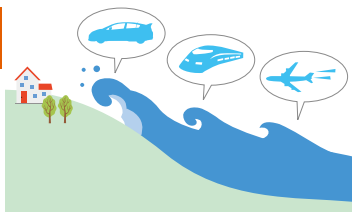
Q2

たつまきから  
みを まもるには  
どうしたら  
いいでしょうか？



こたえ

Q3



<sup>つなみ</sup>津波の <sup>はやさ</sup>は  
<sup>ふか</sup>深さ5,000mの  
ところでは  
どのようなのりものと  
<sup>おな</sup>同じですか？

こたえ

Q4

<sup>した</sup>下の ひょうしきは なにですか？



1



2



3



4

こたえ

Q5

<sup>つなみ</sup>津波が  
きそうなら  
どうしますか？



こたえ

ねん 年	くみ 組	なまえ
ねん 年	くみ 組	
ねん 年	くみ 組	

## 問い合わせ先

- ▶このノートについて 三重県 教育委員会事務局 教育総務課 059-224-3301
- ▶自然災害について 三重県 防災対策部 地域防災推進課 059-224-2184

防災ノート・ワークシート(別紙)は、ダウンロードできます ▶ URL <https://www.pref.mie.lg.jp/KYOIKU/HP/bosai/68638018172.htm>

自然災害の情報が載っています ▶ 防災みえ.jp URL <https://www.bosaimie.jp>

## 防災ノート ~災害からいのちをまもる~

三重県教育委員会事務局教育総務課

〒514-8570 津市広明町13番地

電話：059-224-3301 / ファクス：059-224-2319

[監修・助言]

三重大学 大学院 工学研究科

川口 淳 教授



防災ノート・  
ワークシート

防災みえ.jp