

ぼうさいきょういくふくどくほん

防災教育副読本

じぶん いのち じぶん まも  
自分の命は自分で守ろう

# いのちを まもる!!

ガイドブック

じ 地 しん・つ なみ へん  
地しん・つ波編



しょうがっこう ねんせい ねんせい  
小学校 1年生～3年生

 福岡県

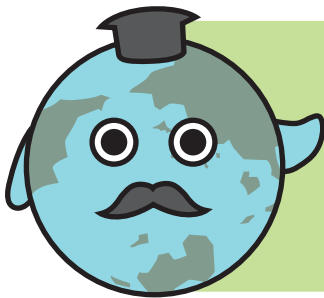
2022年1月発行



がそつていきまう ふくおか し  
(画像提供:福岡市)

# ふくおか けん ない 福岡県内の しょうがっ こう ねん せい ねん せい ねん せい 小学校1年生・2年生・3年生のみなさんへ

じ なみ いま おな  
地しんやつ波がおきると、今までと同じようにくらせなくなったり、  
けがをしたり、いのち  
命をなくしたりすることもあります。  
たいせつ いのち まも ほん よ べんきょう  
大切な命を守るように、この本を読んで勉強しましょう。



ちきゅうはかせ

じ なみ  
地しんやつ波はどうしてきけんなの？  
どうやったらたすかるの？  
ちきゅうはかせといっしょにべんきょう  
勉強していこう！

## もくじ

1	ふくおか けん に ほん じ さい がい 福岡県や日本の地しん災害	1
	おお じ 大きなひがいのあった地しん .....	4
	そのときどうしたの？ .....	6
2	じ 地しん	10
3	なみ つ波	16
4	い かんが 生きるために考えよう	22



1

# ふくおかけん にほん じ さいがい 福岡県や日本の地しん災害

みんなが住んでいるふくおかけんでも、地しんによって  
大きなひがいがあったことがあるんだ。



ふくおかけん じ  
福岡県は地しんがよくあるの？

ふくおかけん じ  
福岡県は地しんが少ないといわれていたので、  
こんな大きい地しんがおきて、みんながおどろいたんじゃ。



じ  
地しん

へいせい ねん ねん ふくおかけんせいほうおき じ  
平成17年(2005年)福岡県西方沖の地しん

へいせい ねん がつ げんかいしま じ 地しんでくずれた家 (画像提供:九州地方整備局)





平成17年3月福岡県内 地われがおきた地面 (画像提供:福岡県)



平成17年3月福岡市内 まどがわれたビル (画像提供:「Wikipedia」)



平成17年3月福岡市九電記念体育館 ひなん所の様子 (画像提供:福岡市)



平成17年3月博多埠頭付近 地われでくずれた地面 (画像提供:九州地方整備局)





せいかつ  
ひなん生活のつかれなどで  
なくなった人も多かったんじゃよ。



へいせい ねん ねん くまもと じ  
平成28年(2016年)熊本地しん

へいせい ねん がつくまもとけんましき まち じ しんでくずれたたくさんのいえ がそうていきょうきゅうしゅうち ほうせい びきよく  
平成28年6月熊本県益城町 地しんでくずれたたくさんの家 (画像提供:九州地方整備局)



じ しょうがくせい  
地しんで小学生がブロックべいの  
した  
下じきになったのね。



へいせい ねん ねん おおさか ふ ほうぶ じ  
平成30年(2018年)大阪府北部の地しん

へいせい ねん がつおおさか ふ たかつき し がそうていきょう あさひ しんぶん  
平成30年6月大阪府高槻市 (画像提供:朝日新聞)



# おお 大きなひがいのあった地しん



へいせい ねん ねん ひがしに ほんだい  
平成23年(2011年)東日本大しんさい

へいせい ねん がつ あおもりけんはちのへし きゅう じょ かつどう ねん じ えいたい がそうていきょう はちのへし  
平成23年3月青森県八戸市 きゅう助活動を行う自衛隊 (画像提供:八戸市)



# ひごろのくん練により多くの小中学生が助かった



平成23年東日本大しんさい当日、いっしょにひなんする  
釜石東中学校生徒と鶴住居小学校の児童たち  
(画像提供:内閣府)

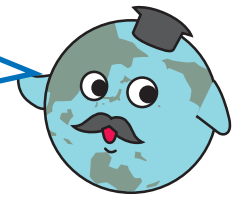
この地しんで2万人ちかい人がなくなり、まだ2,000人以上が行方不明です。また12万以上の家がこわれて住めなくなりました。

岩手県釜石市の小中学校では、日ごろからつ波が来ることを考え、ひなんくん練をしていたため、小中学生3,000人が地しんがおきてすぐにひなんして助かりました。



すぐにひなんしなかったら  
みんな助からなかったかもしれないね。

ひごろのくん練が大事だということがわかるね。



釜石市の小学校で教えられていた「ひなんの3原則」を見てみよう。

## ひなんの3原則

- ① この場所はあぶなくないといわれていても、  
安心してはだめ
- ② もうだいじょうぶと安心しないで、  
もっと安全な場所にげつづける
- ③ まっ先ににげる人になれ

# そのときどうしたの？

じ しんをたいけんしたしょうがくせい  
さいがい 災害がおきたときのことをきいてみたよ。

へいせい ねん ねん くまもとじ  
平成28年(2016年)熊本地しん



じ しんでいろいろなものがたおれたじ しつ  
地しんでいろいろなものがたおれた事む室



まし きょう りついいのしょうがっこうそつぎょうせい  
益城町立飯野小学校卒業生  
(じ しんにあつたときはねんせい)  
(地しんにあつたときは2年生)

むら かみ み さき  
村上 美咲さん

しやしんしょうがく ねんせいじ  
※インタビュー、写真は小学6年生時のものです。



## 地しんがおきたとき、どうやってひなんしましたか？



となりに<sup>す</sup>住んでいるおじさんがやってきて、ベランダのまどから、わたしをだきかかえて、にがしてくれました。

お母さんが<sup>かあ</sup>出てくるのを<sup>で</sup>外で<sup>そと</sup>待ちました。ま<sup>あ</sup>っている間も<sup>あいだ</sup>ゆれて、こわかったです。お母さんが<sup>かあ</sup>出てきたら、いっしょに<sup>まち</sup>町の<sup>こう</sup>公みんかんにひなんしました。

## ひなん生活の様子を教えてください。



ひなん所<sup>じよ</sup>では、ひじょう<sup>じよ</sup>食が<sup>しょく くぼ</sup>配られたり、外<sup>そと</sup>で温か<sup>あた</sup>い<sup>あたた</sup>い<sup>あたた</sup>食<sup>あたた</sup>事を<sup>あたた</sup>作<sup>あたた</sup>つ<sup>あたた</sup>て<sup>あたた</sup>くれる人<sup>あたた</sup>たち<sup>あたた</sup>が<sup>あたた</sup>い<sup>あたた</sup>たり<sup>あたた</sup>し<sup>あたた</sup>ました。ひなん所<sup>じよ</sup>では2日<sup>か</sup>間<sup>かん</sup>く<sup>す</sup>らい<sup>す</sup>過<sup>す</sup>ご<sup>す</sup>し<sup>す</sup>ました。

その<sup>ご</sup>後<sup>ご</sup>は、熊本市<sup>くまもと</sup>内<sup>し</sup>のお母<sup>かあ</sup>さん<sup>じっ</sup>の<sup>か</sup>実<sup>じっ</sup>家<sup>か</sup>で<sup>せ</sup>ひ<sup>せい</sup>なん<sup>せい</sup>生<sup>せい</sup>活<sup>せい</sup>を<sup>せい</sup>始<sup>せい</sup>め<sup>せい</sup>ま<sup>せい</sup>し<sup>せい</sup>た。し<sup>せい</sup>ば<sup>せい</sup>ら<sup>せい</sup>く<sup>せい</sup>は、お母<sup>かあ</sup>さん<sup>じっ</sup>の<sup>か</sup>実<sup>じっ</sup>家<sup>か</sup>から<sup>しょう</sup>小<sup>しょう</sup>学<sup>しょう</sup>校<sup>しょう</sup>に<sup>しょう</sup>通<sup>しょう</sup>い<sup>しょう</sup>ま<sup>しょう</sup>し<sup>しょう</sup>た。8月<sup>が</sup>に<sup>が</sup>益<sup>まし</sup>城<sup>ま</sup>町<sup>まち</sup>に<sup>まち</sup>も<sup>まち</sup>ど<sup>まち</sup>り<sup>まち</sup>ま<sup>まち</sup>し<sup>まち</sup>た。

じ 地しんがおきて、まな 学んだことは何ですか？



ひなん<sup>じよ も</sup>所に持っていくものをじゅんびしていたけれど、地しん<sup>じ</sup>でダンスがたおれて、ふくろ<sup>も だ</sup>を持ち出せませんでした。

もちだし<sup>も だ</sup>しやすいところにおいておくことや、にもつがどこにあるのか、家族<sup>か ぞく</sup>のみんながいつもわかっていることが大事<sup>だいじ</sup>だと思<sup>おも</sup>います。

みず<sup>みず</sup>で水が出なくなって、のどはかわくし、おさらをあらったり、おふろやトイレもつか<sup>つか</sup>えなかつたりして、こまりました。水が出ないと人<sup>ひと</sup>は生きていけないので、ほんとう<sup>ほんとう</sup>に大切<sup>たいせつ</sup>なものだとまな<sup>まな</sup>学びました。

じ 地しんのあと、き 気をつけたことは何ですか？



また地しん<sup>じ</sup>がきたら、どうやって自分<sup>じ ぶん</sup>の命<sup>いのち</sup>を守るか、お母<sup>かあ</sup>さんと話し合<sup>はな</sup>って決め<sup>あ</sup>ました。



せんせい  
先生に  
きいてみました

## そのとき学校は？



じ  
地しんでさかさまになったグランドピアノ



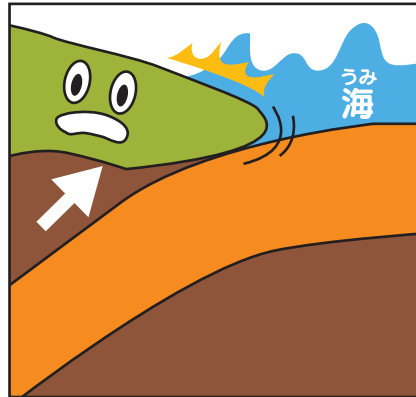
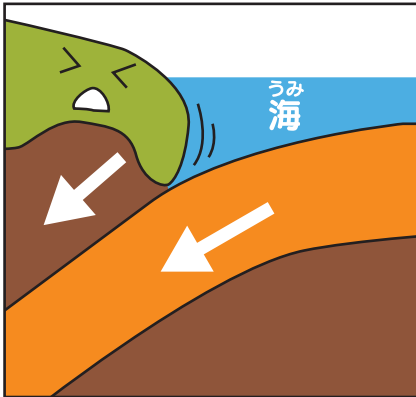
うんどうじょう  
運動場にたてられた、かせつじゅうたく（す住んでいた家いえに災害で住めなくなった人ひとのための家いえ）

じ  
地しんのあとすぐにひなんしてきたまち町の人たちでたいいくかん体育館がいっぱいになりました。グランドピアノがさかさまになっていて、おどろきました。

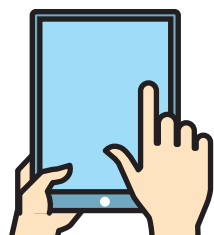
がつ がつこう  
5月に学校がはじまったとき、しょうがっこう小学校には、まだひなん生活せいかつ つづを続けている方かたがたくさんいました。勉強する所べんきょう ところと、ひなん生活をする所せいかつ ところをしっかりとわ分けるようにしました。そのあと、うんどうじょう運動場にひなんした人ひとのための家いえがたちました。

## じ ② 地しん

おお じ  
大きな地しんがおきるとみんなのおうちや  
まちはどうになってしまうのでしょうか。



じめん うご  
地面はすこしずつ動いていて、  
ぶつかりあう場所があります。  
ひきずりこまれた地面がもどったときに、  
地面がゆれて地しんがおきます。



じしんがおきたときのようすや  
そのあとどうすればいいかを  
動画で見よう





# こんなきけんがあるよ!

いえ  
家がたおれる



かじ  
火事



なみ  
つ波



ど  
土しゃくずれ



でん  
てい電になる



へいせい ねん ねん くまもとじ  
平成28年(2016年)熊本地しん

まえ  
地しんの



(画像提供: Wikipedia)

あと  
地しんの



がそうていほう くまもとじ しん ていしきょうしゃ くまもとけん  
(画像提供: 熊本地震デジタルアーカイブ / 提供者: 熊本県)

# そと 外にいるときに地震がおこったら

## たてものやへいのそば



たてもののガラスが落ちたり、へいがたお  
れたりすることがあるので、はなれて頭を守  
りましょう。

## グラウンドや公園



たてものや遊具のそばからできるだけ  
はなれて、頭を守りましょう。

## かわ うみ ちか 川や海の近く



つ波が来るかもしれないので、すぐにこ  
の場をはなれて、高い場所へにげましょう。

## でんしゃ なか 電車やバスの中



しせいを低くして、手すりやいすにしっか  
りとつかまりましょう。

いのち

## 命をまもるポーズ

地震がおきたら、しせいを低くして、ラン  
ドセルやカバンなどで頭を守りましょう。  
ゆれがおさまるまで、じっとしましょう。

① しせいを低く

② あたままも  
頭を守る

③ じっとする





いえ がっこう じ  
家や学校にいるときに地しんがおこったら

きょうしつ いえ  
教室や家



つくえやテーブルの下などにかくれ、  
あたま まも 頭を守りましょう。

ろうかや かい  
ろうかや階段



ガラスまどやかべからはなれ、しせい  
ひく あたま まも を低くして頭を守りましょう。

みせ なか  
お店の中



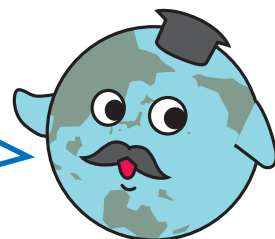
しょうひん  
商品のたなからはなれ、しせいを低く  
あたま まも して頭を守りましょう。

なか  
エレベーターの中



いき先ボタンを全部おして、さいしょに  
と 止まった階でおりましょう。とじこめられ  
かい たら、インターホンでれんらくし、助けを  
たす ま 待ちましょう。

あわてずに、おとな ひと じょうきゅうせい  
大人の人や上級生のいうことをきいて  
ひなんするといいぞ。





# じ ぶん まも 地しんから自分を守るためには

どうしたら地しんで  
おお  
大きなひがいに  
あわないかな。

おくない  
屋内にあるものは  
「おちない、たおれない、  
うごかない」ように  
しておくといいよ。



✓ **おもいものは下に  
おく**

たながたおれないよう、重いもの  
は下に、軽いものは上におきま  
しょう。

✓ **たおれないように、  
こていする**

たなや家具などは、てんとうをふせぐ  
ポールをつけたり、金具でうごかないよ  
うにしましょう。

✓ **家具が少ない  
スペースをつくる**

家具がたおれてこない  
安全なスペースをつくら  
せておきましょう。

✓ **まどガラスに  
フィルムをはる**

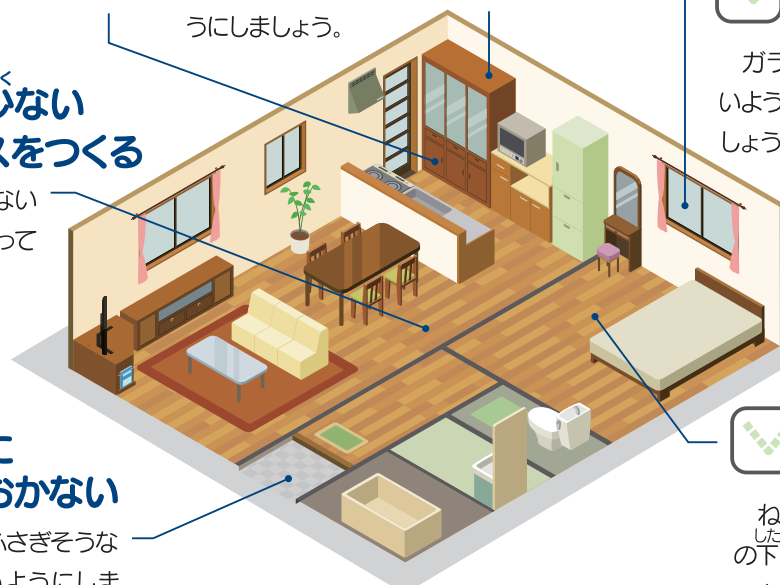
ガラスがわれて、とびちらな  
ないようにフィルムをはっておきま  
しょう。

✓ **でいりぐち  
出入口に  
ものをおかない**

たおれて出入口をふさぎそうな  
家具などをおかないようにしま  
しょう。

✓ **ねるへやは  
家具をへらす**

ねている間に地しんで家具  
の下じきにならないよう、ねる  
へやにはなるべく家具をおか  
ないようにしましょう。



## ひなんするときはあわてず お・は・し・も・て



**お**

**おさない**

ほかの人をおさな  
いようにしましょう。



**は**

**はしらない**

あわてて走らな  
いようにしましょう。



**し**

**しゃべらない**

おしゃべりをしな  
いようにしましょう。



**も**

**もどらない**

きた道をもどらな  
いようにしましょう。



**て**

**低学年優先**

じぶんより低学  
年の子を先にひな  
んさせましょう。



## ゆれがおさまったら

せんせい  
先生がいるときは



ゆれがおさまったとき、先生が近くにいるときは、先生の言うことにしましょう。

だいじ  
あわてないことが大事



あわてて外や道路にとび出さないようにしましょう。

あし ちゅうい  
足もとに注意してひなんする



われたガラスやしょっきなどでけがをしないように、くつをはいて足を守りましょう。

ちか  
へいやがけには近づかない



ゆれがおさまっても、ブロックのへいやがけのある道では注意しましょう。

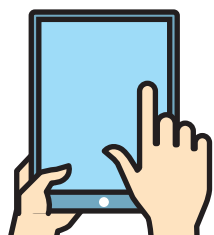


3

つ

なみ  
波

なみ み  
つ波が見えるまえから  
ひなんすることがだいじ  
大事だよ。



なみ ようす  
つ波がきたときの様子や  
そのあとどうすればいいかを  
どうが み  
動画で見よう





# こんなきけんがあるよ!



みず なが  
水にたおされる・流される



くるま、ひと、もの  
車や人、物が  
みず なが  
水に流されることがあります。

みず  
水があふれる



なみ かわ  
つ波が川をさかのぼって、川から  
みず  
水があふれることがあります。

みず  
水がひざくらいの高さでも、  
なが  
流されちゃうから、あぶないよ!

かじ  
火事



くるま でんち うみ みず  
車の電池が海の水につかってばく発  
かじ  
して、火事になることがあります。

へいせい ねん ねん ひがしにほんだい  
平成23年(2011年)東日本大しんさい



がそうていきょう しんさいでんしやうかん しゅつてん いわたけんくじし  
(画像提供: 震災伝承館(出典: 岩手県久慈市))

# なみ つ波から み まも 身を守るためには

## なみ つ波がくるよ! としらせる「けいほう・注意ほう」

なみ つ波がくるかもしれないとき、<sup>おお なみ</sup>「大つ波けいほう」<sup>なみ</sup>「つ波けいほう」<sup>なみちゅうい</sup>「つ波注意ほう」が発表さ  
れます。

### しゅるい けいほうの種類

### こうどう とるべき行動

きけん ↑	<sup>おお なみ</sup> 大つ波けいほう	<sup>うみ かわ</sup> すぐに海や川からはなれ、 <sup>たか ところ</sup> 高い所へひなんしましょう。
	<sup>なみ</sup> つ波けいほう	<sup>うみ かわ なか</sup> 海や川の中にいるときは、すぐに <sup>あ</sup> 上がって、 <sup>かいがん かわぎし</sup> 海岸や川岸からはなれましょう。
	<sup>なみちゅうい</sup> つ波注意ほう	



### <sup>おお なみ</sup> 大つ波けいほう

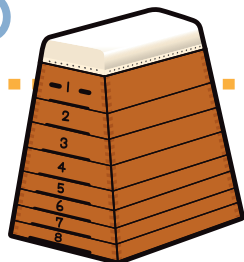
<sup>かい</sup> 1階だてのやねの高さ(およ  
<sup>たか</sup> そ3m)より高い波。

### <sup>なみ</sup> つ波けいほう

とびばこ<sup>だん たか</sup> 8段の高さ(およそ1  
<sup>たか</sup> m)より高く、1階だてのやねの  
<sup>たか</sup> 高さ(およそ3m)より低い波。

### <sup>なみちゅうい</sup> つ波注意ほう

とびばこ<sup>だん たか</sup> 8段の高さより  
<sup>ひく なみ</sup> 低い波。





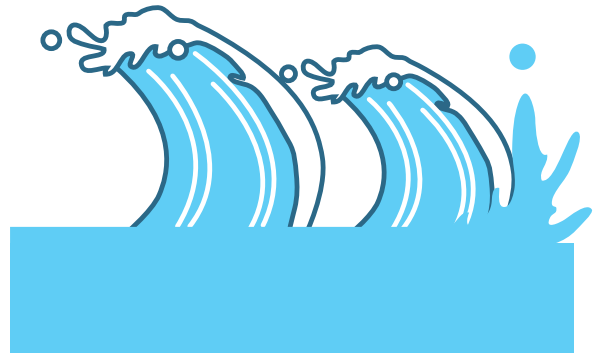
# なみ つ波のとくちょう

くるま  
車よりはやくい



なみ くるま み まえ  
つ波は車よりもはやいので、見える前  
ににげることが大事です。

くりかえしやってくる



なみ  
つ波はくりかえしやってくるので、すぐ  
あんしん  
に安心してはいけません。

なが  
なんでもおし流す



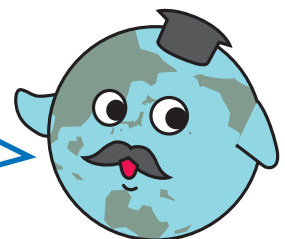
なみ なが ちから  
つ波はなんでもおし流す力があるので、とてもあぶないです。

かわ  
川をさかのぼる



なみ かわ うみ  
つ波は川をさかのぼってくるので海か  
ら遠くてもあんしん  
安心してはいけません。

なみ とお うみ  
つ波は遠くの海からでもやってくるんじゃ。  
なみ  
つ波けいぼうがでたらとにかくはやくひなんするんじゃ。



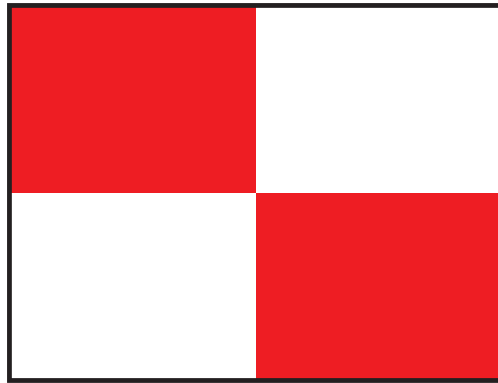
# なみ つ波のひょうしきやハタ

みたことがある ひょうしきやハタは あるかな？ さがしてみよう！



なみちゅうい  
つ波注意

なみ つ波がくるかもしれない場所にあるよ。



なみ  
つ波フラッグ

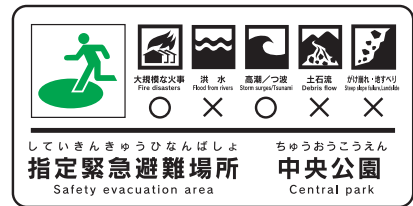
うみ 海にいて、  
なみ つ波がくるかもしれないときは、  
このハタで知らせるよ。



なみ ぼしよ  
つ波ひなん場所



なみ じよ  
つ波ひなん所



ぼしよ  
ひなん場所の  
ひょうしき

なみ ぼしよ  
つ波がくるときにひなんする場所にあるよ。



あ、このひょうしきやハタ、みたことあるよ！

なみ まえ  
つ波がくる前に、かくにんしておこう。



# なみ つ波できけんなこと

なみ  
つ波でどんなきけんなことがおきるでしょうか。  
した しゃしん かんが  
下の写真をみながら考えてみましょう。



へいせい ねん がつ にち とうほく ち ほうたいへい ようおき し いわ て けんやま だちょう  
平成23年3月11日東北地方太平洋沖地震、岩手県山田町  
がろうていきょう とうほく ちほうせい ひきょくしんさいせんようかん  
(画像提供:東北地方整備局 震災伝承館)

-----

-----

-----

# 4 生きるために考えよう


ひなんするときに気をつけることを勉強しましょう！

## 地しんがくる前、きたとき、地しんの後の行動

地しんがくる前から「地しんがくる前、地しんがきたとき、地しんの後にどうするか、ひなん所ではどうするか」を知っておきましょう。

**1 地しんがくる前**

- ひなんグッズをじゅんびする。
- 3日分の飲りょう水とそのまま食べられる食べものをじゅんびする。
- 地しんがおきたら、どう行動するのかを家族と話し合う。
- ひなん所までのいき方をかくにんする。




**2 地しんがきたとき**

- 頭を守って、自分の命を守る。

ひとりのとき	● 安全な場所にいる どうする。
かぞく 家族と いるとき	● ひなん所へいく か、家にいるかを 相談する。
がっこう 学校に いるとき	● 先生のしじにした がって行動する。

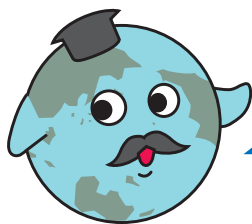
**3 地しんの後**

- がけや川などに近づかない。
- こわれたたてものに入らない、近づかない。
- ラジオやインターネットなどで正しいじょうほうをかくにんする。
- つづけておこる地しんに気をつける。
- ひなん所で過ごすときは、ひなん所のルールを守る。





## ひなんするとき<sup>き</sup>気をつけること

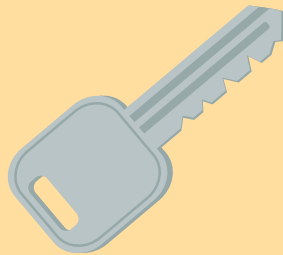


地<sup>じ</sup>しんがおきてひなんするときは、  
このように<sup>き</sup>気をつけるんじゃ。

- つ<sup>なみ</sup>波や土<sup>ど</sup>しゃ<sup>さい</sup>災  
害<sup>がい</sup>がおこるかも  
しれない<sup>ばしよ</sup>場所か  
らはすぐにひな  
んしましょう。



- ひなんするときは、家<sup>いえ</sup>の<sup>い</sup>カギを  
しめたことを<sup>かく</sup>確  
認<sup>にん</sup>しましょう。



- なるべく<sup>おとな</sup>大人<sup>ひと</sup>の人  
といっしょにひな  
んしましょう。



- <sup>くるま</sup>車<sup>つか</sup>を使<sup>つか</sup>わずにひなん  
しましょう。



- うごきやすい<sup>ぶく</sup>服<sup>ぶく</sup>そうで、ひなん  
しましょう。

### もちもの

ひつような物<sup>もの</sup>だけをリュックなどに入れて  
持<sup>も</sup>っていきましょう。いざというときに<sup>い</sup>き  
けんを知らせるため、ホイッスルなどを持<sup>も</sup>って  
おきましょう。

### くつ

はきなれたくつをはきましょう。

### ぼうしやヘルメット

<sup>あたま</sup>頭<sup>まも</sup>を守るためにぼうしやヘルメットなどを  
かぶりましょう。

できるだけ<sup>りょうて</sup>両手<sup>りょうて</sup>に  
物<sup>もの</sup>を持たないよう  
にしてひなんしま  
しょう。



- <sup>やま</sup>山<sup>うみ</sup>や<sup>かわ</sup>海<sup>ちか</sup>や川<sup>ちか</sup>に近  
づかないように  
しましょう。



# ひなん所<sup>じよ</sup>にいったとき<sup>き</sup>気をつけること



令和3年8月佐賀市 (画像提供: 佐賀新聞)



ひなん所<sup>じよ</sup>にいったときは、おたがいにゆずりあい、  
 たす<sup>たす</sup>あ<sup>あ</sup>せいかつ<sup>せいかつ</sup>  
 助け合って生活するんじゃ。  
 しんがた<sup>しんがた</sup>かんせんしょう<sup>かんせんしょう</sup>  
 新型コロナなどの感染症がはやっているときは、  
 かかたり、うつしたりしないように<sup>き</sup>気をつけるのじゃ。



しずかに  
す<sup>す</sup>ごしましょう。



マスクをつけて  
おきましょう。



ひと<sup>ひと</sup>にあいさつ  
しましょう。

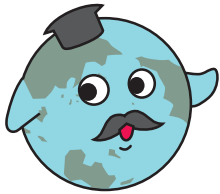


ほかの人とはできるだけ  
はなれましょう。



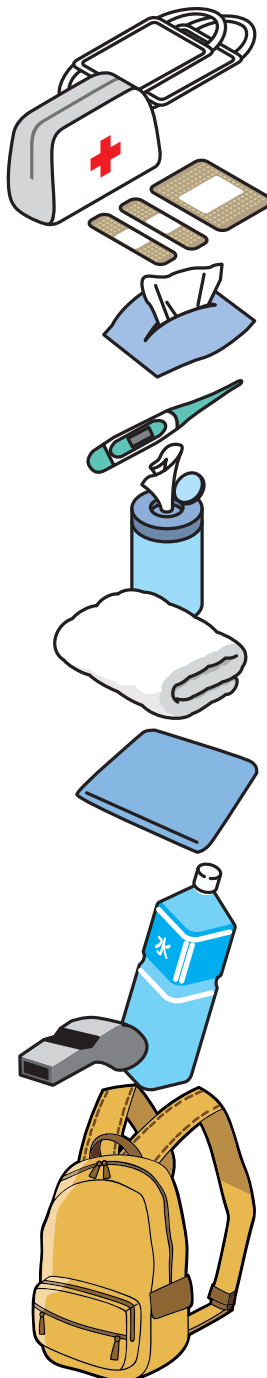
# もしものときに持っていくもの

あなたのおうちでは、もしものときにどんなものをひなん所に持っていきますか？  
 おうちの人に聞いて、じゅんびするものに○をつけよう。



きちんと災害にそなえているかな？  
 おうちの人と話し合ってみよう。

じゅんびするもの(例)	○をつけよう
①マスク	
②かい中電とうやヘッドライト	
③きゅうきゅうセット	
④けいたいラジオ	
⑤ティッシュペーパー	
⑥ヘルメット	
⑦体温計	
⑧ぐん手	
⑨じょきんウェットティッシュ	
⑩歯ブラシ	
⑪タオル	
⑫ビニールぶくろ	
⑬けいたいトイレ	
⑭そのまま食べられる物 (かんづめ、カンパンなど)	
⑮飲りょう水	
⑯あまぐ、ぼうかんぐ	
⑰ホイッスル	

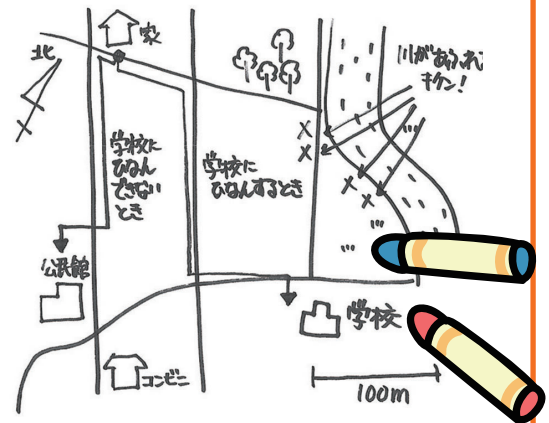


※両手が使えるようにリュックに入れて、じゅんびしよう。  
 ※ひなんするときにぬれないように、ビニールぶくろに入れるなどの工夫をしましょう。  
 ※このページはコピーをして使いましょう。

# ひなん所までの地図を書いてみよう

- ① 学校からあなたの家までの帰り道をかいたり、地図をはったりしよう。
- ② ひなん所を地図に書いてみよう。
- ③ おうちの人といっしょに歩いて、ひなん所までのいき方を書いてみよう。

こんなふうに書いてみよう



書いた後はおうちの人にかくにんしてもらおう。

地図を書いたり、歩いたりしてみて、気づいたことや思ったことを書いてみましょう。

-----



## ひなんするときのルールをきめよう

おうちの人と「いつ」「どこへ」「だれと」ひなんをするか話し合っはなてルールをきめまあしょう。  
近ちかくにいないときのれんらく方法ほうほうや、まあちあばわせ場ば所しょも話し合はないまあしょう。

### ● いつ？

なにが

どうした

が

とき

見本：が、とき / が、とき

### ● どこへ？

① 家いえから一いち番ばん近ちかいひなん場ば所しょはどこですか？

② ①①にいくのがああぶぶないときは、どこどこにいいききまますすか？

③ 外そとに出でるのがああぶぶないときは、家いえの中なかのどこどこが安あん全ぜんですか？

### ● だれと？

① だれとひなんひなんしまますすか？

② ①①に書かいた人ひとがいいないときは、どうどうしまますすか？

### ● おうちの人とのれんらく

① どうややってれんらくをとりとりりまますすか？  
○をつつけままししょう。

② れんらくがとれれないとき、  
どこどこでままちああわわせせしまますすか？

見本：

※このページはコピーつかをして使つかいままししょう。

## ぼうさい れん 防災くん練にさんかしよう

ひ  
日ごろからちいきのぼうさい れん  
さんかして災害にそなえましょう。



ぼうさい れん  
防災くん練で  
み まも かた  
身の守り方などを  
おし  
教えてもらおう。



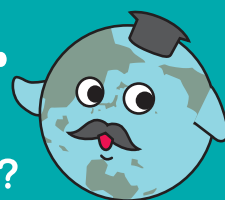
## じ なみ おも 地しん・つ波について思ったこと

ほん おも  
この本をよんで思ったことや考えたことを書きましょう。

Blank writing area with horizontal dashed lines for text entry.




# めざせ！防災はかせ



この本で勉強したことのまとめクイズです。いくつわかるかな？

下の文章で、正しければ○、まちがっていたら×をつけましょう。

- Q1 地震が来る前、地震がきたときにどうするか  
をうちの人と話し合っておく。
- Q2 地震が来る前、たななどがたおれないようにこ  
ていしておく。
- Q3 学校で地震がきたときは、すぐに自分の家にひ  
なんする。
- Q4 へいのそばにいるとき地震がきたので、その場  
でしゃがんでじっとしていた。
- Q5 地震がきたとき、つ波で火事がおきることがあ  
る。
- Q6  これは「つ波がきたときにひなんする  
場所にあるひょうしき」である。
- Q7 命を守るポーズとは「しせいを低くして、頭を守り、  
じっとしている」ことである。
- Q8 地震がきたとき、はだしでもいいので急いでに  
げたほうがよい。
- Q9 地震の後、ひなん所では他の人もいるのでルー  
ルを守ってすずかに過ごすようにする。
- Q10 地震の後、きけんなのでがけや川には近づかな  
いようにする。

クイズのこたえ Q1:○、Q2:○、Q3:×、Q4:×、Q5:○、Q6:×、Q7:○、Q8:×、Q9:○、Q10:○  
※このページはコピーをして使いましょう。



# おうちの人といっしょに災害の情報をあつめよう

## テレビ

地上デジタルテレビ放送(dボタン)  
テレビのデータ放送から、災害や  
ひなん所などの情報を見ることができます。



画像は一例です

## インターネット

気象庁ホームページ

気象庁(福岡管区気象台)  
ホームページ



福岡県防災ホームページ

福岡県防災ホームページ



## 防災メール・まもるくん

登録(無料)をしておく、災害・防災についての情報や住んでいる場所の安全情報をメールしてくれます。

## ラジオ

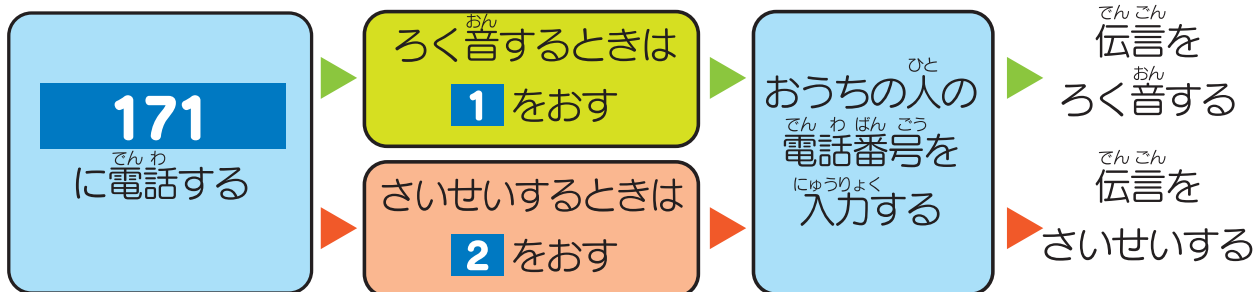
てい電などテレビやインターネットが使えないとき、ラジオで情報を手に入れられます。

## 防災行政無線、広報車など

住んでいる場所によってはひなんがよびかけられます。

## 「171(災害用伝言ダイヤル)」の使い方

大きな災害がおきたときに使える、とくべつな電話番号です。「171」に電話をすると、自分のメッセージをろく音したり、おうちの人メッセージをきいたりできます。



編集/発行

福岡県(総務部 防災危機管理局 防災企画課)

〒812-8577 福岡市博多区東公園7-7 TEL(092)643-3112

FAX(092)643-3117

この本は右のQRコードからダウンロードできます

