

さいがいじ こうどう
①災害時の正しい行動を学ぼう！

もし大地震が起きたら！？

家にいるとき 1

学校にいるとき/外にいるとき 2

ひなん
どうやって避難するの！？

ひなん ぼうぼう
避難の方法 3

ひなん
避難する道を考えよう 4

さいがい そな ぼうさいかぞくかいぎ
②災害に備えよう！～防災家族会議～

ぼうさいかぞくかいぎ
防災家族会議について

さいがいじ れんらくぼうぼう
災害時の連絡方法 5

びちくひん ひじょうもちだしひん
備蓄品・非常持出品 6

ぼうさいかぞくかいぎ ひら
防災家族会議を開こう

さいがいじ れんらくぼうぼう
災害時の連絡方法 7

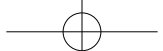
びちくひん ひじょうもちだしひん
備蓄品・非常持出品 8

ぼうさいたいさく
③自分でできる防災対策！

く ぼうさいたいさく
これから取り組む防災対策を考えよう

もっと知りたいこと・やってみたいこと 9

調べたこと・やってみたこと 10



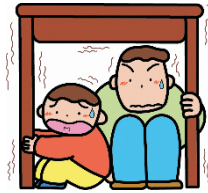
① 災害時の正しい行動を学ぼう！

もし、大地震が起きたら！？

家にいるとき

あなたが、寝ている時、テレビを見ている時、ご飯をつくっている時、地震が起きたら、どのように身の安全を守れば良いのでしょうか？

地震がおきた場合、机やテーブルの下などにかくれて、家具やガラスから頭や体を守りましょう。



ご飯をつくっている時など、火をつけている場合は、ゆれがおさまってから火を消しましょう。ゆれている間に火を消そうとすると、やけどをすることがあります。



ぼうさい 防災〇×クイズ①

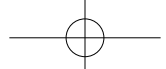
ゆれがおさまったら・・・
『急いで家から出た方が良い』
〇（マル）それとも×（バツ）？



答え

メモ

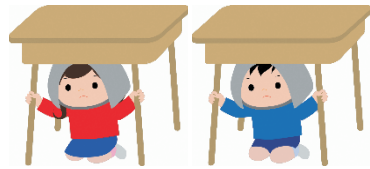
保護者の方へ：このクイズは、発災直後、臨機応変に対応することを学ぶための設問です。



学校にいるとき

あなたが、教室にいる時、廊下ろうかにいる時、体育館にいる時、地震あんぜんが起きたら、どのように身の安全を守れば良いのでしょうか？

教室にいる場合、すばやく机の下などにかくれて身を守りましょう。ゆれがおさまったら、先生の指示しじで校庭こうていなど安全な場所ひなんに避難ひなんしましょう。



防災ぼうさい○×クイズ②

廊下ろうかにいる場合・・・『廊下ろうかの壁かべや柱はしらにつかまる』○(マル)それとも×(バツ)？



答え

メモ

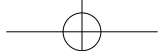
保護者の方へ：このクイズは、①と同様に発災直後、臨機応変に対応することを学ぶための設問です。

外にいるとき

あなたが、下校している時、家族とでかけている時、地震あんぜんが起きたら、どのように身の安全を守れば良いのでしょうか？

外にいる場合、細い道たてものや建物へい、塀たてものやブロック塀へいがたおれてきて、けがをする危険きけんせい性があります。ランドセルなどで頭を守りましょう。切れたり、ぶらさがったりしている電線でんせんも危険きけんです。





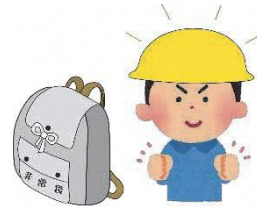
①災害時の正しい行動を学ぼう！

どうやって避難するの！？

避難の方法

地震から身を守れたとしても、避難の途中で火事に巻き込まれたり、けがをすることがあります。どうすれば安全に避難できるでしょうか？

家から避難する場合は、非常持出品などを
持って、ヘルメットで頭を守れるようにしま
しょう。ラジオなどから正しい情報を聞いて、
落ち着いて避難しましょう。



防災〇×クイズ③

避難するときは・・・『階段よりエレベーターの
方が良い』〇（マル）それとも×（バツ）？



答え

メモ

保護者の方へ：このクイズは、安全に避難する方法を学ぶための設問です。

防災〇×クイズ④

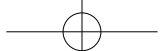
避難の途中大きな火事を発見・・・『まさきに「火事だ！」と
叫ぶ』〇（マル）それとも×（バツ）？



答え

メモ

保護者の方へ：このクイズは、子どもたちが避難時の正しい対応を学ぶための設問です。



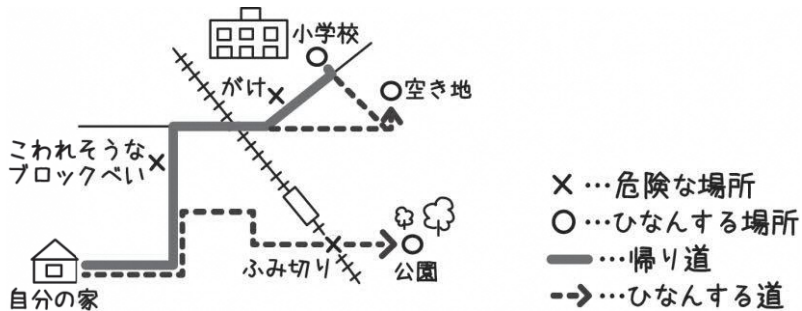
避難する道を考えよう

下に、学校からあなたの家までの帰り道を書いたり、地図を切ってはったりして、安全に避難できる道を考えてみましょう！

危険な場所には×をして、何が危険か書いてください。また、避難する場所に○をして、そこに行くための道を書いてください。



例

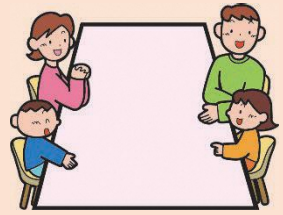




②災害に備えよう！～防災家族会議～

防災家族会議について

災害が起きたときに、被害に合わないためには、日頃からの備えが必要です。家族の方と災害時の約束事について話し合ってみましょう。



災害時の連絡方法

家族と離れた場所にいる時に地震が起きた場合、どのように連絡をとって、家族の身の安全を確認すれば良いのでしょうか？

大きな災害が起きた場合、たくさんの人が電話をかけ、電話が繋がりにくくなります。家族との連絡方法を考えておきましょう。



家族と連絡がとれない場合に備えて、災害が起きたらどこに集合するか、どこに避難すれば良いか話し合っておきましょう。



防災〇×クイズ⑤

離れた場所にいる家族と連絡をとるための災害用伝言ダイヤルの番号は・・・『119 である』〇（マル）それとも×（バツ）？



答え

メモ

保護者の方へ：このクイズは、家族の約束事を決めておく必要性を理解するための設問です。



備蓄品・非常持出品

災害時には、食べ物や飲み物が手に入りにくくなる他、電気やガスが使えなくなることがあります。どのような物を用意しておけばよいのでしょうか？

必要な備蓄品や非常持出品は、家族によって違います。例えば、家族にどんな人がいるのか（乳幼児、妊婦、介護が必要な人など）や、年齢、性別によって違ったり、気候によっても違ってきます。

何に使うのか、どれくらい必要なのか考えて、備蓄品や非常持出品を決めてみましょう。



防災〇×クイズ⑥

非常持出品を持ち出す時・・・

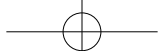
『できるだけたくさんの持出品をカバンにつめる』〇（マル）それとも×（バツ）？

答え

メモ



保護者の方へ：このクイズは、日頃の必要な備えを意識するための設問です。



②災害に備えよう！～防災家族会議～

防災家族会議を開こう

災害時の連絡方法

家族との連絡方法・集合場所などを記入して、
ふだんから持ち歩くようにしましょう。



● 緊急連絡先

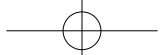
なまえ 名前	きんぎゅうれんらくさき 緊急連絡先

● 連絡方法（電話がつながらない場合）

● 集合場所・避難する場所

しゅうごうばしょ 集合場所	
ひなんばしょ 避難する場所	

※4ページの「避難する道を考えよう」を参考にしましょう。

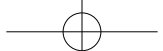


び ち く ひん ひ じ ょ う も ち だ し ひん
備蓄品・非常持出品

あなたの家では下の絵のもの以外に、どんなものを準備しますか？
 表に書いてみましょう。

ひんもく 品目	何に使うのか





③自分でできる防災対策！

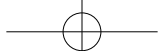
これから取り組む防災対策を考えよう

もっと知りたいこと・やってみたいこと

防災ぼうさいについて学んで体験たいけんしたなかで、もっと知りたいと思ったことや、お家や学校でやってみたいと思った防災対策ぼうさいたいさくについて書いてみましょう。



Handwriting practice area with 15 horizontal dashed lines.

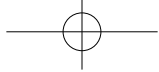


調べたこと・やってみたこと

調べた^{けっか}結果や、やってみた^{ないよう}内容を書いてみましょう。

Blank writing area with horizontal dashed lines for text entry.

※書き終わったら、家族の方に見せてみましょう。



防 災 ○ × ク イ ズ の 答 え

ページ	問題	解答	解説
1	① ゆれがおさまったら・・・ 『急いで家から出た方が良い』	×	【正解】あわてて外へ飛び出すと、瓦や看板などが落ちてきたり、塀が倒れてきたりしてケガをする危険性があります。まずは地震のゆれから体を守りましょう。その後、家の中に閉じ込められないように、玄関や窓を開けて出口を確保しましょう。また、家が倒れたり、壊れたりする恐れがある場合や、火災が大きくなった場合は、急いで避難しましょう。
2	② 廊下にいる場合・・・ 『廊下の壁や柱につかまる』	×	【正解】できるだけ中央で体を小さく丸め、ガラスや倒れてくるものから身を守りましょう。
3	③ 避難するときは・・・ 『階段よりエレベーターのほうが良い』	×	【正解】階段で避難しましょう。エレベーターに乗ると閉じ込められる場合があります。
	④ 避難の途中大きな火事を発見・・・ 『まっさきに「火事だ！」と叫ぶ』	○	【正解】近くにいる人に助けを求めましょう。燃えているところには近づかないようにしましょう。
5	⑤ 離れた場所にいる家族と連絡をとるための災害用伝言ダイヤルの番号は・・・ 『119である』	×	【正解】正しい番号は『171』です。いざという時のために、家族の中で連絡方法を話し合いましょう。
6	⑥ 非常持出品を持ち出す時・・・ 『できるだけたくさんの持出品をカバンにつめる』	×	【正解】生活する上で必要なもの、大切なものの、安心できるものを、持ち運べる重さでカバンにつめておきましょう。

