

# リーフレットを活用するための 指導の手引



このリーフレットは、特別活動や総合的な時間などにおいて、過去の地震被害について理解を深め、今後発生する恐れがある地震に対して、児童自らが安全を確保するための適切な行動や日頃から意識しておくことなどについて考え、防災意識を高めることをねらいとしています。

## 指導のポイント！

日本は、世界の陸地の 0.3%にも満たない国土ですが、世界で発生する地震のおよそ 10%が日本とその周辺で発生していると言われています。日本海溝や千島海溝などはプレートの境界となっており、その付近ではこれまでも大きな地震が発生しています。

特に北海道では、過去に大地震によって大きな被害が発生しており、地図にあるように、今後 30 年間に於いて震度 5 弱以上のゆれに見舞われる確率の高い地域が多く、日頃から地震の発生に備えることが必要であることを理解させます。

## もっと詳しく！

### 地震がわかる！



「地震がわかる！Q&A」（地震調査研究推進本部）では、地震に関する基礎的な内容から専門的な内容まで、Q&A 形式でわかりやすく紹介されています。

地震がわかる！Q&A



地震調査研究推進本部では、国民の防災意識の向上や効果的な地震防災対策を検討する上での基礎資料として「地震動予測地図」を作成しています。北海道や日本の地域が、今後 30 年以内に強い揺れにあう可能性などを一定の確率で示しています。

全国地震動予測地図 2010 年版



## 指導のポイント！

学校での生活場面ごとに危険な場所、物を具体的にに取り上げ、地震が発生した場合の適切な行動について理解させます。

### 1 登下校のとき

通学路の様子を思い出しながら、地震による大きな揺れがあったときに倒れてきたり落ちてきたりしそうなもの（塀、自動販売機、看板、窓ガラス、電柱など）について考えさせ、危険から身を守る方法について指導します。

### 2 教室で授業を受けているとき

地震による揺れがあったとき、教室、理科室、図書室、家庭科室などで危険なものと考えさせ、実際に机の下に速やかにかくれたり、危険な場所から離れたりする動作をとらせるなど、危険から身を守る方法について指導します。

### 3 体育館や校庭にいるとき

屋内では照明の落下や割れた窓ガラスの飛散、屋外では外壁の落下などの危険があるので、地震による揺れがあったときは、危険な場所から速やかに離れ、揺れが収まるまで安全な場所にとどまるよう指導します。

### 4 廊下や階段にいるとき

廊下や階段のスペースは狭く、物が倒れてきたり落ちてきたりしない場所は限られます。実際に廊下や階段に出て、安全な場所を探し、その場所に身を置かせると、危険から身を守る方法について指導します。

## 指導のポイント！

理科との関連を図りながら震度とマグニチュードの違いや地震の揺れによって発生する被害などについて理解させます。

## もっと詳しく！



「地球キッズ探検隊」（地震調査研究推進本部）の「調査1 わがまちに地震発生！！」では、地震発生のシミュレーションの中で、身を守る方法、震度、マグニチュード、災害の発生などについて紹介されています。

地球キッズ探検隊



### 大切な命を守るために

日本は世界の中でも地震の多い国です。これまでも地震によって建物がこわれたり、地震の後に津波や火災が起きることによる被害をくり返してきました。

地震について知り、地震から身を守るためにどのようにしたらよいか考えていきましょう。



兵庫県南部地震による建物の被害 (兵庫県 神戸市)

### 大地震は北海道でも起こる？！

北海道やその周辺には、地震が発生しやすい場所があり、これまでも地震によって多くの被害を受けています。今後、太平洋の海底で発生する巨大な地震や人が住む地域の近くで発生する地震などによる大きな被害が心配されています。



北海道東方沖地震による道路の被害 (北海道 札幌市)

### 今後30年間で震度5弱以上のゆれにどう？！



色の濃いところが強いゆれにあう可能性が高いんだ。

### 北海道で発生した大地震

- 平成5 (1993) 年1月15日  
釧路沖地震 M7.5 死者2名
- 平成5 (1993) 年7月12日  
北海道南西沖地震 M7.8  
死者202名、行方不明者28名
- 平成6 (1994) 年10月4日  
北海道東方沖地震 M8.2 負傷者437名
- 平成15 (2003) 年9月26日  
十勝沖地震 M8.0  
死者1名、行方不明者1名

### 地震だ！あなたならどうする？

それぞれの場面で、どのような危険があるのか考えてみましょう。

#### 1 登下校のとき



#### 2 教室で授業を受けているとき



#### 3 体育館や校庭にいるとき



#### 4 ろう下や階段にいるとき



### 豆知識 地震のゆれの強さ

地震のゆれの強さを「震度」といい、0から7までの10段階で表します。また、地震のエネルギーの大きさは「マグニチュード」(M) という単位で表します。

| 震度0        | 震度1             | 震度2          | 震度3            | 震度4           | 震度5弱         | 震度5強              | 震度6弱           | 震度6強          | 震度7                |
|------------|-----------------|--------------|----------------|---------------|--------------|-------------------|----------------|---------------|--------------------|
| 人はゆれを感じない。 | わずかなゆれを感じる人がいる。 | 大学の人がゆれを感じる。 | ほとんどの人がゆれを感じる。 | ほとんどの人がはたどろろ。 | 大半の人が恐怖を感じる。 | つかまないと歩くことがむずかしい。 | 立っていることがむずかしい。 | ほわいと動くことができる。 | 丈夫な建物でも、かたむくことがある。 |

ゆれを感じたら、すぐに丈夫な机やテーブルの下にかくれましょう。



## 指導のポイント！

地震が発生したときの具体的な対応や日頃からの備えについて家族で話し合い、児童や保護者の防災意識を高めます。また、家族で話し合ったことを学級で交流し、危険回避能力の向上を図ります。

### 1 「地震で家具がたおれてけがをしたり…」のポイント

地震による揺れがあっても家の中で物が落ちたり、倒れたりしない安全な場所を確認し、物が倒れてこないように工夫できることなどに話し合います。また、災害時に地域の人と助け合えるように、日頃から近所の人との挨拶や会話を心がけるよう指導します。

### 2 「『緊急地震速報』を見たり…」のポイント

緊急地震速報が発表されてから揺れがくるまでは、数秒から十数秒しかありませんが、適切に対応することによって安全を確保することができます。揺れがくるまでの間にできることを気象庁のパンフレット「緊急地震速報」を活用するなどして指導します。



緊急地震速報 リーフレット

検索

### 3 「あなたの家では、いざというとき…」のポイント

避難場所や避難所を役場のウェブページなどで確認するよう指導します。また、災害発生時は電話の使用が困難になるので、万一来備え、家族が集まる避難所などを確認しておくよう指導します。

### 4 「ひなんするときに必要なものや…」のポイント

災害時は、病院で薬を処方してもらうことが難しくなる場合があるので、家族に相談の上、処方箋の内容などをメモしておくことが大切です。また、避難で家を離れる場合には、地震後の火災発生を防止するために、ガスの元栓を閉めたり、電気のブレーカーを下げたりすることも必要です。家族の役割分担や緊急時に必要なものについて話し合っておくよう指導します。

## もっと詳しく！



「政府インターネットテレビ」の「減災～日頃の備えで被害を減らす」の番組では、いざというときのための日頃の備えとして、転倒防止器具の取り付け方、水や食料などの備蓄、災害発生時の心得などについて紹介されています。

日頃の備えで被害を減らす

検索

## 指導のポイント！

2ページの「地震だ！！あなたならどうする？」で話し合ったことをもとに、自分の身を守るための行動について理解を深めます。



「登下校のとき」に地震が発生した場合には、教師の目が届かないため、児童自らが危険を回避することが必要です。例えば、通学路の安全マップなどを活用することにより、危険な場所などを具体的に話し合わせたり、地図に書き込みを加えたりしながら考えさせることも効果的です。

## 指導のポイント！

4つの約束ごとに基づいて、安全に避難するための知識についての理解を深めます。

### 1 「お」（押さない）のポイント

将棋倒しなどによって多く人が負傷し、混乱を起こすことがあるので、立ち着いて行動するよう指導します。

### 2 「か」（駆けない）のポイント

校内では、階段や段差で転倒したりしないよう安全を確かめながら避難するよう指導します。

### 3 「し」（喋らない）のポイント

誘導の指示をしっかりと聞くよう指導します。また、危険が迫っているときや注意が必要なときは、周囲に伝えるよう指導します。

### 4 「も」（戻らない）のポイント

戻る行動は、避難行動に混乱を引き起こすとともに、建物の倒壊などの危険があるので、安全な場所まで確実に避難するよう指導します。

## 家族の約束

家族やみんんで話し合ってみましょう。

- 地震で家具がたおれてけがをしたり、逃げおくれりしないように、日ごろから、あなたができることは何ですか。
- 「緊急地震速報」を見たり聞いたとき、あるいは地震が発生したとき、あなたはどのように行動しますか。



寝ているときに地震が来たらどうしよう…。



短い時間でできることは何だろうか？

- あなたの家では、いざというとき、どこのひなん場所に行きますか。また、歩いて何分がかかりますか。
- ひなんするときに必要なものや家を離れるときにしなければならないことは何ですか。



家族で連絡がとれないときのことも考えないか…。



家の用意も必要か。冬はあたたかい服装も…。

## 豆知識

## 緊急地震速報

震度5弱以上の地震の揺れが始まる前にテレビ・ラジオなどで知らせるものです。

## 緊急地震速報を見たり聞いたりしたら…

あわてず、丈夫な机やテーブルの下にかくれましょう！  
揺れがおさまるまで、そのままじっとしましょう。

こたえ

「ひなんの約束」のこたえ：おさない・かけない・しゃべらない・もどらない

## 地震が起きたら！！

揺れがおさまるまで、まず自分の身を守ろう！！

- 登下校のとき  
物がたおれたり、落ちてこない場所にしゃがんで、かばんなどで頭をおおう。
- 教室で授業を受けているとき  
できるだけ窓の近くから離れる。  
机の下にかくれて、机のあしをしっかりと押さえる。
- 体育館や校庭にいるとき  
窓や照明などの下から離れてしゃがんで手で頭をおおう。  
校舎やサッカーゴールなどから離れる。
- ろう下や階段にいるとき  
ろう下の中央など、物がたおれたり、落ちてこない場所にしゃがんで、手で頭をおおう。

## ひなんの約束

4つの約束を考えてみましょう

## 危険な場所をチェック！

家から学校までの道のりの地図を描いて、地震による大きな揺れが起きたときに危険な場所を見つけてみましょう。

- 塀や家の煙突、自動販売機などがたおれそうな場所
- 店の看板や割れた窓ガラスが落ちてきそうな場所
- 建物がこわれたり、がけくずれが起きそうな場所 など

発行：平成23年10月  
発行：北海道教育委員会  
問い合わせ：北海道教育庁学校教育課（生徒指導・学校安全）  
電話：011-231-4111（内線25-670）  
URL：<http://www.dokyo.pref.hokkaido.lg.jp/ik/ssa/>

協力機関  
北海道教育庁札幌校 北海道大学大学院理学部附属地産大山研究開発センター  
札幌教育文化局 札幌PTA連合会  
北海道高等学校PTA連合会 北海道教育庁危機管理課  
道庁大学・イワノコ建設 石山建設 伊藤印刷

シリーズ「学んDE防災」（小学生用）

