

小学校  
4・5・6年

平成27年度版

新防災教育副読本

（あじさい）

# 3・11から未来へ



平成27年度版

新防災教育副読本

3・11から未来へ

小学校4・5・6年

仙台市教育委員会

小学校		
4年	組	氏名
5年	組	
6年	組	



## はじめに

この本は、東日本大震災を経験したわたしたちが、これからの復興に向けてどう行動していけばよいのかを学ぶための資料として作成されました。また、災害から自分の身を守り、みんなと助け合って前へ進むための知恵がたくさん書かれています。この副読本を活用した小学校上学年の3年間の学習で、たのもし「防災人」になることをめざしてください。

## 副読本を使うにあたって

- どの資料も見開き2ページで構成されています。
- 区別しやすいよう章ごとにページが色分けされています。
- 右側のインデックス（たて書き）を使ってもページが探せます。
- ?**のマークは、学習課題です。みんなで考えて学習を深めましょう。
- 第6章「資料」も生かして、学習をふりかえったり知識を広げたりしましょう。
- !**の資料は、震災を体験したみなさんにとって特に大切な学習です。

## 第1章 マグニチュード9.0

- ① 東日本大震災発生 ..... 4
- ② 歩み出す 力強く！ ..... 6
- ③ その向こうに ..... 8

## 第2章 復興への道

- ① 希望の詩～「ない」～ ..... 10
- ② 復興へ 今を力強く ..... 12
- ③ 未来へつなぐ ..... 14
- !** ④ 立ち上がれ！ ぼくらの復興プロジェクト ..... 16
- ⑤ 一番大切なことは ..... 18

## 第3章 自然災害の正しい知識

- ① 地震のメカニズムを知ろう ..... 20
- !** ② 津波のメカニズムと災害 ..... 22
- ③ いろいろな自然災害 ..... 24
- ④ 災害時の情報手段 ..... 26
- !** ⑤ 大きな災害と人間の心の動き ..... 28

## 第4章 防災人としての知恵

- !** ① 災害が起きたら ..... 30
- ② 災害から身を守るために ..... 32
- ③ 災害に備える ..... 34
- ④ 家族防災会議を開こう ..... 36
- !** ⑤ チャレンジ！ 子ども防災モニター ..... 38
- ⑥ 災害時をくらすヒント ..... 40
- ⑦ 応急手当の方法と救急車の呼び方 ..... 42
- ⑧ 心と向き合って ..... 44
- ⑨ 地震を乗り越えようとした先人の知恵 ..... 46

## 第5章 心を一つに

- ① つながる～世界の国々と～ ..... 48
- !** ② 人々をつなげる活動 ..... 50
- ③ 取り組もう！ ボランティア活動 ..... 52
- ④ 震災を乗り越えて ..... 54
- ⑤ Heroes 2011, Japan ..... 56

## 第6章 資料

- ① 防災知識をチェックしよう ..... 58
- ② 学びの窓・東日本大震災の記録 ..... 60
- ③ 仙台の自然災害年表・復興年表 ..... 62





① 震災で燃え上がる仙台港の石油コンビナート (相蘇裕之氏撮影) あいそひろゆき さつえい  
② 天井が落下した仙台駅  
③ 避難所に届く灯油 (若林区七郷小) ひなんじよ とと しちこう  
④ 震災直後の市役所本庁舎前 ほんちやうしゃ

⑤ 蒲生浄化センターの屋上から見た津波 がもうじやうか  
⑥ 3月13日付河北新報  
⑦ 避難所の夜 (若林区七郷小)  
⑧ 地震できれつが入った道路 (若林区霞目) かすみのめ





- ⑤ オリンピックデー・フェスタ in 仙台
- ⑥ 全国からの支援物資しえん
- ⑦ 仮設住宅の緑化イベント（宮城野区中野）
- ⑧ 復興を願った市内小中学生による「八万人の七夕飾り」よしなり
- ⑨ 故郷復興プロジェクト 図書箱を送ろう（青葉区吉成小）



- ① 中学校の体育館が教室  
かばのまち  
（若林区蒲町小2011年4月19日）
- ② 他県からの応援（給水車）おうえん
- ③ 若林区井土に完成した仮設焼却炉しょうきゃくろ
- ④ 全国からガス復興へ協力かっくろう



その向こうに

まっすぐな 地平線

その向こうに 何があるか

また、何があったか

君は 考える

見えないものは

やがて 君の中で

大きな希望となつて

光り輝く

その輝きに 向かつて

共に 力強く

一步を ふみだしたとき

未来は

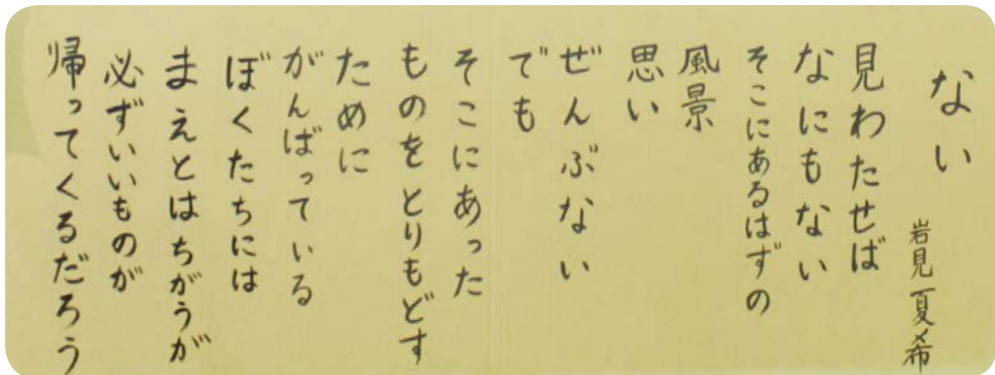
君たちの 今につながる

## その向こうに



## 希望の詩 ~「ない」~

## 1 段ボールに書かれた詩



町役場に掲示された詩



この詩を書いた仙台市に住む岩見夏希さんは、震災当時小学5年生でした。祖父母の住む山元町には、小さい頃から何度も訪れていました。そこには、大好きな風景が広がり、大好きな人々がいました。

しかし、震災から2週間後に祖父母の家を訪れて、久しぶりに見た町は、何もかもが変わっていました。自然豊かなあの景色、人々の笑顔…昔から知っている、今まで当たり前にあった全てのものが、なくなっていたのです。

詩を書いたり読んだりすることが好きだった岩見さんは、その時の思いを詩にすることにしました。祖父母宅にあった、支援物資の入っていた段ボールに筆ペンで書き上げました。詩は、たくさんの方が訪れていた町役場に掲示され、震災で悲しみにくれていた大勢の人たちを励ましました。

## 2 「りんごかわいや音楽会」～希望の詩発表会～

山元町には、震災からわずか3か月で開局したFM「りんごラジオ」があります。この「りんごラジオ」が岩見さんの「ない」の詩について放送したことがきっかけで、この詩にメロディがつけました。そして、希望の詩として2012年（平成24年）1月に山元町で開かれた「りんごかわいや音楽会」で地元の小学生たちや音楽家によって発表されました。

音楽会終了後には、「ない」の歌をまた聞きたいというアンコールの声がたくさんあったそうです。

## 岩見夏希さんの話

震災を経験し、自分がどれだけ恵まれた環境にいるかを知りました。わたしはその後、今日の前にいる人、目の前にあるものを、前よりも、もっと大切にするようにしています。また、地域の方や周りの人に対して感謝する気持ちを忘れないようにしています。

そして、震災を経験した一人の人間として、そのときに感じたこと、見たことをずっと忘れないでいたいと強く思っています。



## ? 考えよう

- 夏希さんは、震災後の町の被害の様子を見た直後に、支援物資の入っていた段ボールに詩を書きました。このとき、夏希さんはどんな思いで詩を書いたのでしょうか。
- この詩は、読んだ人が他の人に伝え、またラジオやテレビで放送されるなど広く紹介されています。この詩のどんなところが読んだ人の心を動かすのでしょうか。

ふっこう  
復興へ 今を力強く

震災後、仙台市内に仮設住宅が建てられました。そこから通う友達もいます。仮設住宅に住む人たちは、どんな思いや願いをもって生活をしているのでしょうか。また、仙台市は復興に向けてどんなことに取り組んでいるのでしょうか。

## 1 震災がれきの処理

震災で出た大量のがれきをどうやって処理するかが被災地で問題となっています。仙台市で出た震災がれきの量は約135万トンで、それは通常に処理するごみの量の約4年分です。仙台市は、3年以内のがれきの処理完了という目標を定め、沿岸部にがれき置き場と焼却炉を建設して処理を進めています。

また、がれきの放射線量や焼却炉からの大気汚染などに細心の注意をはらい、できるだけ分別をしてリサイクル推進にも力を入れています。



沿岸部の震災がれき置き場

## 2 住まいの確保と移転

仙台市は、震災によって住宅を失ったり住むことができなくなったりした人たちのために、公園や学校予定地など、市内19か所にプレハブの応急仮設住宅を建設しました。そのほか、公営住宅や民間の賃貸住宅を借り上げた応急仮設住宅に住んでいる人もいます。

仮設住宅の一つ、仙台市若林区伊在字東通にあるプレハブ仮設住宅には、津波が押し寄せた荒浜地区の方々など、約190世帯が居住しています。住民のみなさんは交流を深め、互いに助け合って生活しています。さらには、若林区役所の職員が集会所に交代で勤務して

サポートしています。住民の皆さんが復興の願いをこめて作った「復興かえる」は、かつて貞山堀で採れたしじみ貝に布を貼って作った商品の一つです。



願いをこめた「復興かえる」

## 3 被災者の思い

仙台市が行った「住まいについてのアンケート調査」（平成23年津波により被害を受けた地域の住民対象）の結果によると、「別の場所に移動したい」「元の場所で生活したい」など、被害を受けた場所や状況、職業のちがいによって考えは様々でした。

震災で大きな被害を受けた沿岸地域では、仮設住宅や別の場所に移った住民の皆さんが、自分たちの住まいや地域のこれからについて、勉強会や話し合いを重ねながら考えています。

## 時間がかかる復興への道

仙台市南蒲生浄化センターは、仙台市の汚水の約7割を処理する下水処理場です。それが大震災による地震と津波によって施設は壊れ、汚水を処理する装置が、修理ができないほど大きな被害を受けました。震災直後は、汚水を沈殿処理だけして、海に流す状態が1週間続きました。

現在、復旧工事を行っており、段階的に処理水質を向上させていますが、完全には復旧していません。できるだけ汚水を出さないような暮らし方がわたしたちに求められています。



仙台市南蒲生浄化センター

## ? 考えよう

- 仙台市が復興に向けて取り組んでいることを調べてみましょう。
- 復興に向けてどんなことが課題になっているかも調べてみましょう。



## 未来へつなぐ

はんしん あわじ だいしんさい ひょうご けんこう べし さいがい  
阪神・淡路大震災を経験した兵庫県神戸市は、災害に強いまちづくりを目指して復興してきました。仙台市は復興に向けてどんなまちづくりを始めたのでしょうか。

## 1 神戸市の安全都市づくり

1995年（平成7年）1月17日に発生した阪神・淡路大震災は、兵庫県神戸市にもとても大きな被害をもたらしました。神戸市は、それ以来、地震などの自然災害をはじめ、あらゆる危機から人々の命を守るために「減災防犯から始まる安全都市づくり」を目標にまちづくりを進めています。

地震に強い防火水そうやたくさんの水を地域に届けられる送水管を設置したり、緊急時に災害情報が市民に確実に届くように通信システムを整備したりしています。

また、災害時は地域の人々のつながりが大切です。そこで、市と地域住民が協力して、津波から身を守る避難訓練や津波標示板の設置を行っています。

## 「自助」「共助」「地域力」

～神戸市危機管理室係長（当時）高田 一也さんの話～

わたしたちは、阪神・淡路大震災から「自助（自分の命は自分で守る）」「共助（互いに助け合う心の輪）」「地域力」という大切な学びを得ました。

神戸市には、「防災福祉コミュニティ」という組織があります。これは、災害のときだけではなく、日頃からお年寄りを見守ったり、となり近所で声をかけあったりするという目的で、震災後に作られたものです。神戸市には、現在191地区でコミュニティが結成され、住民が参加する行事を定期的に行うなど自主的な活動に取り組んでいます。

また、震災の体験や教を次の世代に伝えるために、小中学校での防災学習を充実させることも安全都市づくりにとって重要な仕事になっています。



## 2 復興へ！未来へつなぐ

仙台市でも、今回の震災の反省を生かして、災害に強い新しいまちづくりを始めています。

その中の一つ、「わたしたちの命と暮らしを守る『減災』まちづくり」では、津波への対策や地震に強い建物づくり、ライフライン（電気、ガス、水道など）の強化、避難所の見直しなどを行っています。「『省エネ・新エネ』対応型まちづくり」では、これからのエネルギー源を研究・開発するための拠点づくりを進めています。

また、「支え合う『自立』『協働』まちづくり」では、復興支援活動を支える人材を育てることに努めています。

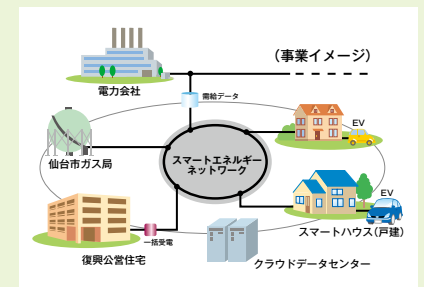
## ? 考えよう

- 避難所として位置付けられている学校や公園には、どのような施設・設備が整備されているか調べてみましょう。
- 仙台市の震災復興計画を調べ、これからのまちづくりに必要なことを考えてみましょう。

## エコモデルタウンとは…

仙台市は、津波で被災した沿岸部の方々の集団移転場所の一つとして仙台市田子西地区を予定していますが、そこを「エコモデルタウン」とする計画を進めています。住宅に太陽光発電を導入し、さら

には、電気をたくわえるバッテリーや電力使用量を目で確かめられるスマートメーター（次世代電力計）を活用することにより、効率がよくて、非常時にもエネルギーが確保できるエコタウンを目指しています。



# ！立ち上げれ！ぼくらの復興プロジェクト

復興に向けて子どもたちも動き出しました。仙台市の小中学校では、みんなの力を結集した故郷復興プロジェクトに取り組んでいます。また、それぞれの学校でも、多くの支援を受けながら様々な復興プロジェクトが行われています。

## 1 学校の力結集！ 児童生徒8万人の思いをつないだ応援旗

震災からおよそ1年となる2012年（平成24年）3月4日、復興を願い市内の全小中学校で作成した応援旗189枚が、青葉区のクリスロード商店街に揚げられました。

応援旗お披露目のセレモニーでは、代表生徒が「震災から立ち上がろうという思いをこめた。多くの人に見てもらい、勇気と元気を伝えたい。」とあいさつしました。

この取り組みは、「復興へ！学校の力結集！」をスローガンにスタートした「児童生徒による故郷復興プロジェクト」の一つです。

各学校の代表が「故郷復興サミット」に集まり、震災を通じて感じたこと、学校ごとの活動を通して改めて気付いたことを話し合う中から実現した活動です。



商店街に揚げられた応援旗



プロジェクト委員による話し合い



プロボノ活動（※）の協力で完成した応援旗（全学校の旗を集めて作られた）

### 願いの実現を支援したプロボノ活動（※）

復興に向けた話し合いの中から「応援旗をデジタル化したい。」「区ごとに応援旗で一つの文字をつくりたい。」という願いが生まれました。しかし、課題が多く難しいと考えられました。

デジタル化を実現できたのは、専門的な知識や技術を持つ方々によるボランティア活動（プロボノ）があったからです。

プロであるiSP（情報支援プロボノ・プラットフォーム）のみなさんの協力を得ることで、各校の応援旗で形作った「絆」「笑」「光」「友」四つの文字に音楽を重ねた「デジタル応援メッセージ」が完成したのです。



応援旗をさつえい



コンピュータでデジタル処理

## 2 学校ごとの復興プロジェクト（七郷小の取り組み）

沿岸部に位置する七郷小学校は、震災によってプレハブ校舎がこわれ、学区の一部には津波がおし寄せました。暗い気持ちにせずんでいた子どもたちでしたが、全国や海外から届いた多くのはげまして、復興への一歩をふみ出しました。

夏も終わりのころ、アサガオとヘチマが校舎4階にまで伸び、緑のカーテンが完成しました。5年生が、復興に取り組むNPOの方々の協力によって作り上げたものです。すずしい緑のカーテンは、学校に来られた方の心をいやしました。ヘチマの実にはタワシにしてお世話になった方々にさしあげ、まわりを元気にしていきました。



アサガオとヘチマによる緑のカーテン

### ? 考えよう

○復興のために自分たちができることを話し合ってみましょう。



一番大切なことは

三月十一日金曜日、大きな地震がありました。教室は大きな横ゆれで、机の下にもぐっていても、その机がゆれるほどでした。友達の中にはこわくて泣いている子や、はいた子もいました。

わたしはこわいと思うよりも、びっくりしたという気持ちがずっとあって、そのあと家がくずれていないか心配になりました。

机の下で、近くの友達とゆれがおさまるまでずっとはげまし合っていました。校舎がこわれる寸前のような音を立てたときは、ドキドキしました。

地震が起きてから三十分後くらいに、校庭にひなんすることになりました。友達のお父さんやお母さんが次々に迎えに来て、校庭にいた児童の数はどんどん減っていきました。わたしのお父さん、お母さんはなかなか来ませんでした。とても不安でした。夕方暗くなる少し前に、お父さんがやっと迎えに来ました。

夜になってもお母さんは帰って来ませんでした。お父さんとわたしは、余震が来るたびにろうそくと石油ストーブを消し、かいちゅう電灯を持って外へ出ます。そしておさまるとまた中へもどる、のくり返しです。ある程度おさまったときに、二人でカップ焼きそばとカップラーメンを食べました。

外はあかりが全部消えていたのであたりは真っ暗で、うっすら雪が積もっていました。わたしが、

「お母さんがすぐにあたたかいものが飲めるようにしよう。」

と言うと、

「おお、それはいい。お母さん、きっと喜ぶぞ。」

と、お父さんも賛成してくれました。

お父さんと車の中で待っていると、午後十一時ごろ、やっとお母さんが帰ってきました。お父さんが、

「お母さんのために、ひろみがお湯を準備してくれたんだよ。」

と言って、お母さんにお茶をいれてあげました。

お母さんは、

「うれしい、あったまる。ひろみ、お父さん、ありがとう。」

と、初めてほっとしたように笑ってくれました。その晚はいつもとちがうせまい部屋で、三人でくっつきあって寝ました。時々余震が来てガタガタ音がしましたが、お母さんとお父さんの真ん中で、とてもあたたかかったです。

(太白区 四年生児童作文から)

### 【考えてみましょう】

- 「わたし」はどんな気持ちでお母さんにお湯を準備してあげたのでしょうか。
- あなたが今、家族のためにできることはどんなことでしょうか。

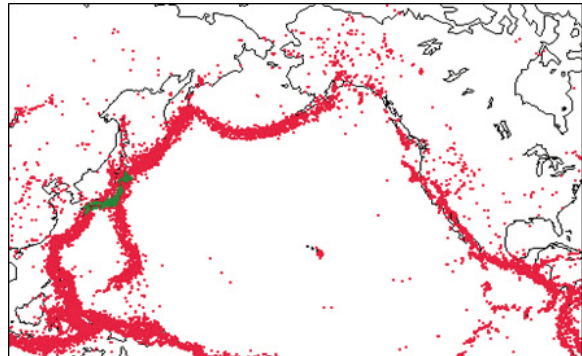


## 一番大切なことは

# 地震のメカニズムを知ろう

## 1 地震の多い国「日本」

日本は地震の多い国です。右の地図の赤い点は、地震が発生した場所を表しています。



世界の地震発生分布

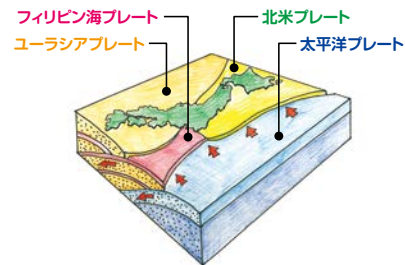
この図を見て、他のどの地域で地震が多いか、調べてみましょう。

## 2 地震が起きるわけ

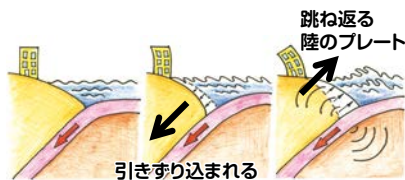
日本の周りには、四つのプレートがあります。プレートとは、何枚もの岩盤で作られており、それぞれのプレートが1年間で数cmずつ動いています。右下の図のように海のプレートにおされて下に引きずり込まれた陸のプレートが跳ね返そうとするとときに地震が起きます。

また、プレートが動いて大きな力が加わると、大地がずれます。そのずれを「断層」と言います。この断層のずれ動きによっても地震が起こります。このような断層を「活断層」と言い、日本各地にあります。仙台周辺では「長町-利府断層」が見つかっています。

※参考『仙台の自然』P38～39「地震の正体」



日本付近の4つのプレート



プレート境界で発生する地震のしくみ



断層の図

## 3 震度とゆれなどの状況

震度はある地点における地震のゆれの強さを表します。気象庁はゆれの強さに応じて震度階級を作っています。下の表は、その目安です。いざというときのために確かめておきましょう。

気象庁「震度とゆれ等の状況」より

震度	状況	震度	状況
0	・人はゆれを感じない。	5弱	・大半の人が、きょうふを覚え、物につかまると感じる。 ・たなにある食器類や本が落ちることがある。 ・固定していない家具が移動することがあり、不安定なものはたおれることがある。
1	・屋内で静かにしている人の中には、ゆれをわずかに感じる人がいる。	5強	・物につかまらなさと歩くことが難しい。 ・たなにある食器類や本で、落ちるものが増える。 ・固定していない家具がたおれることがある。
2	・屋内で静かにしている人の大半が、ゆれを感じる。	6弱	・立っていることが困難になる。 ・固定していない家具の大半が移動し、たおれるものもある。ドアが開かなくなることがある。
3	・屋内にいる人のほとんどが、ゆれを感じる。	6強	・はわないと動くことができない。飛ばされることもある。 ・固定していない家具のほとんどが移動し、たおれるものが増える。
4	・ほとんどの人がおどろく。 ・電灯などのつり下げ物は大きくゆれる。 ・すわりの悪い置物が、たおれることがある。	7	

### ？ 考えよう

○震度7のゆれの状況を考えてみましょう。(上のらんを書いてみましょう。)

### マグニチュードとは？

地震が発生したときに、「マグニチュード」という言葉をよく耳にします。「震度」が地震のゆれの強さを表すのに対して、「マグニチュード(記号はM)」は地震の規模の大きさを表します。マグニチュードが大きいほど、大きなゆれを感じるはんいが広がります。つまり、マグニチュードが大きい地震が起こると、震源が遠くても震度が大きくなるのです。



# ！ つなみ 津波のメカニズムと災害

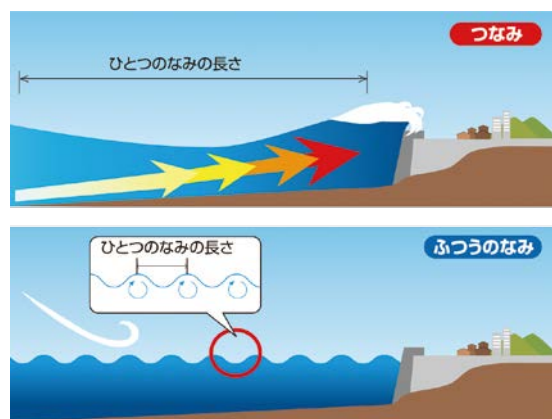
東日本大震災では、津波で多くの方が犠牲になりました。過去にも何回となく津波が日本の各地をおそっています。津波はどんなときに起こるのでしょうか。また、起こったらどういう行動をとればよいのか考えてみましょう。

## 1 津波が起こるしくみ（メカニズム）

津波は、主に海底で発生した地震によって起こります。地震で海の底が動いて、その上の海水をおし上げます。このおし上げられた水のかたまりが津波となって広がっていきます。東日本大震災ではこの海底で発生した大きな地震が原因で大津波が起こりました。

## 2 ふつうの波と津波のちがい

ふつうの波と津波はちがいます。右の図のようにふつうの波は風などの力によって一番陸側の波だけがおし寄せますが、津波は大量の海水がかべのようにおそってくるのです。被害の大きさが全くちがいます。



（気象庁HP）

※参考『仙台の自然』P40「地震と津波の発生」

## 3 津波による被害

津波は多くの被害をもたらします。東日本大震災でも多くの人々や



津波で流された車両（仙台市）



中野雨水ポンプ場をおそった津波

家屋、自然などが被害を受けました。

大きな船が津波の力で簡単に陸上におし流されたり、がんじょうな建物が全壊したりしました。

東日本大震災では、気象庁の予測を超える大津波におそわれました。そのため、警報が発令されても、すぐに避難せず、にげおかれてしまった人が多数いました。地震によっては、たった数分で津波が到達する地域もあります。強くゆれたときや警報が発令されたときは、すぐに避難できるように日頃からの備えや心構えが必要です。

### 各地に伝わる先人の知恵「津波てんでんこ」

「津波てんでんこ」とは、岩手県の三陸海岸地域の防災の言い伝えて、津波が発生したら、人助けの前に自分自身で高台にのぼることをすすめた言葉です。「てんでんこ」とは、一人一人、めいめいとという意味です。



しかし、東日本大震災においては、自宅に家財道具を取りに行ったり、家族をむかえに行ったりして、津波に飲みこまれてしまった例が各所で発生してしまいました。

あらかじめにげる場所を確認しておくなど、一人一人が「津波が来たらどうするか。」ということをいつも考えながら行動できるようにすることが大切です。



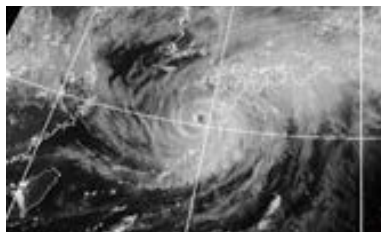
さいがい  
いろいろな自然災害

地震や津波以外にもいろいろな自然災害があります。どんな災害があるのでしょうか。

## 1 台風の特徴とその災害

暖かい南の海で発生した熱帯低気圧が周りの水蒸気を取り込み、すさまじいエネルギーを持つようになります。そのうち、中心付近の最大風速が1秒間に17.2m（時速約60km）以上になったものを「台風」とよびます。

台風は上空の風のえいきょうで動きます。台風は、強い風と大量の雨をとまなうため、風水害や土砂崩れなどの災害を引き起こします。



上空から見た台風の様子  
(気象庁HP)



大雨によるがけくずれ（長崎県南島原市）  
写真提供（国土交通省）

## 2 集中豪雨の特徴とその対策

集中豪雨とは、せまい地域に短時間で百mmから数百mmも降り続く激しい雨のことをいいます。雨を降らせる雲が同じ場所で発生し、そのまま発達をくり返すために起こります。

6月から9月にかけての雨の多い季節には、早めに気象情報を知ることや避難対策を考えておくことが大切です。自分の住んでいる地域ではどんな水害が起こる危険性があるのか、また洪水のときの避難方法や準備物も調べておきましょう。

## 3 雷発生のおくみと落雷

急激に雲が発達することにより、雷が発生しやすくなります。雷のもとには「静電気」です。雲の中にできた氷のつぶが、上昇したり落下したりするときたがいにこすれ合って「静電気」が発生します。そして、雲が大量の電気をたくわえると、ふつうは電気を通さない空気を伝わって、地表に電気が放電されます。これが落雷です。

雷が発生したときにゴロゴロと音になるのは、電気の通り道となった空気が急激に熱せられてぼう張し、まわりの空気を激しくふるわせるからです。



雷の発生（気象庁HP）

## 4 竜巻の特徴

上空で発達した雲の下に、急激な上向きの空気の流れ（上昇気流）が発生することがあります。これが強くなったときに「竜巻」になります。うず巻きの大きさや移動する距離は台風よりもはるかに小さいのですが、竜巻で起こる風は台風よりもずっと強いのです。ものすごい勢いで家屋や車、木々を飛ばし、大きな被害をもたらします。

アメリカでは、年間1000個以上の竜巻が発生します。日本の竜巻の年間発生数は、平均13件（1991～2006年）ですが、単位面積あたりの発生数で見ると、あまり大きな差はないと言われています。



竜巻の発生

## ? 考えよう

○仙台市の過去の災害をP62の年表で調べましょう。また、P32～33で台風や雷、竜巻から安全に身を守る方法を確認しましょう。



さいがいじ じょうほうしゅだん  
災害時の情報手段

わたしたちはふだん、テレビやインターネットなどのメディアから様々な情報を得て生活に役立てています。しかし、大きな災害が起こると、ふだんどおりに情報を得ることができなくなります。緊急時に役立つメディアとは、どのようなものでしょうか。災害時に情報を得る手段について、考えてみましょう。

1 東日本大震災の発生直後に人々が求めた情報



東日本大震災が発生したのは、午後2時46分でした。まだ、職場や学校にいる人が多く、家族がばらばらになっていたので、「家族の無事を確かめたい。」というのが、人々の願いでした。

しかし、停電や電話をかける人が集中したことで、多くの電話が繋がらなくなりました。このような状況の中、情報を得る手段となったのは、人から人への口伝えや張り紙などでした。家族の無事を確認するために、直接避難所を訪ね歩く人も数多くいました。



避難所の伝言板

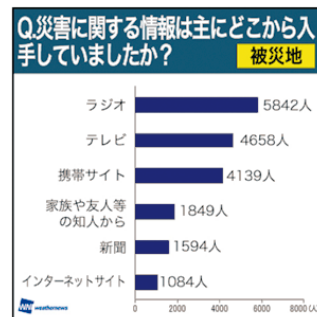
2 避難生活と情報の入手



避難生活が始まると、「食料の調達」「給水」「電気の復旧」「交通」など、生活に必要な情報が手に入らないことがなやみとなりました。

電気が復旧せず、テレビやインターネットから情報を得ることが難しい地域が多い中、役立ったものの一つがラジオです。持ち運びが簡単ででき、電池があれば聞けるので、災害情報を入手しやすかったからです。

また、携帯電話への充電ができるように



(株) ウェザーニューズ提供

なると、インターネットを活用して個人が情報を発信し、みんなで共有する仕組み（SNS フェイスブックなどのソーシャルネットワーキングサービス）を利用する人が増えました。

◆災害用伝言ダイヤル（171）



災害時には、たくさんの人たちが電話を利用するために、電話が繋がりにくくなります。

そのようなとき、家族の安全を確認するには、災害用伝言ダイヤルが便利です。「171」をダイヤルし、音声ガイダンスにしたがって伝言の録音、再生を行います。毎月の1日、15日など、体験利用できる日がありますので、家族で確認してみるのもよいでしょう。

? 考えよう

○災害発生からの期間や住んでいる場所によって、必要な情報にはちがいがあります。どんなときに、どんな手段で情報を得るとよいのか、震災のときの様子を家族や地域の人に聞いて調べてみましょう。

伝え続けるということ

河北新報社編集局長（当時） 太田 巖



東日本大震災のときには、電気や通信が止まり、わたしたちは、いつものように新聞を出せるのだろうか、という大変な状況になりました。しかし、「この大災害を伝えなければならない。情報を待っている人たちが大勢いる！」という新聞社みんなの強い思いで困難を乗り越え、翌12日朝の新聞を作って、家庭や避難所に届けることができました。

読者の方から、「震災翌日の朝、いつものようにポストに新聞が入る音を聞いて、こんなときにまさかと思いつながら、救われた気がしました。」という手紙をいただきました。新聞を途切れることなく出し続け、伝えることの大切さを、あらためて心に刻む出来事でした。

多くの方が亡くなり、行方不明の方も数多くいます。悲しんだり、困ったりしている人たちは、それ以上です。震災は、まだまだ続いていると言えるでしょう。わたしたちは、大切な情報を伝え続けていきます。それは、復興へ向けて、前へ、と進むためです。

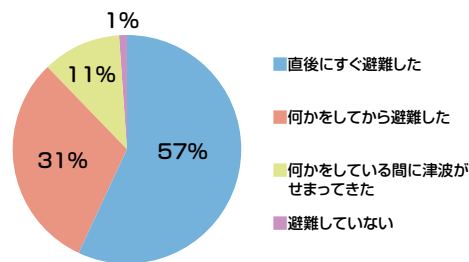


# ！ 大きな災害と人間の心の動き

わたしたちは、日頃少しぐらい変わった出来事が起きてても、それを異常なこととは考えない傾向があります。このことは、災害が起こったときにもあてはまります。たとえ大きな災害があっても、人間の心は「このくらいは大丈夫だろう。」と考えてしまいがちなのです。このような心の動きを理解し、いざというときにどう行動すればよいかを考えておくことが大切です。

## 1 東日本大震災が起こったときの避難行動

「大きな地震が起こって、あなたの住んでいる場所に大津波がやってくるという情報が流れたらどのように行動しますか？」と聞かれば、だれでも真っ先に「避難する」と答えるでしょう。



東日本大震災における避難行動  
対象：岩手・宮城・福島県内避難被災者870名  
(出典) 中央防災会議専門調査会

しかし、東日本大震災のときも、過去に起こった大きな地震のときも、次のような考えから、すぐに避難しなかった人がいます。

- 自分がいる場所は危険ではないだろう。
- 以前に警報が出たときも大きな津波は来なかったから大丈夫だ。
- 地震でちらかったものを片づけてしまいたい。
- 様子を見てから避難しても大丈夫だ。



大きな災害が起こっても、「大変だ。」と思わずに、「このくらい大丈夫。」「自分だけは大丈夫。」と思って、心を安定させようとします。

このような人間の心の動きは、いざというときの素早い避難行動のさまたげになります。

一方、「みんなといっしょに行動したい。」という気持ちも働くことを考えると、だれかがまず率先して避難すれば、逆にみんなが避難できるとも言えます。

災害時に働く人間の心の動きを理解し、そのとき自分はどのように行動しなければならないかを考えておくことが大切です。

## 2 災害時に伝達される情報との向き合い方

災害時には、困っている人が必要な情報を求めたり、困っている人を助けようとしたりして、様々な情報が流れます。次の文章は、東日本大震災の直後に、多くの人々に流れたメールの内容です。(一部を変えています)



A石油工場に勤めている方からの情報です。できるだけ多くの方に伝えてください。地震による石油工場の爆発により、有害な物質が雲などに付着し、雨などといっしょに降るので外出の際には「傘」か「カッパ」などを持ち歩き、体に雨が付着しないようにしてください。このメールを転送して皆さんに知らせてください。ご協力よろしくお祈いします。

事実とちがう「チェーンメール」(受け取った文章の転送を求めるメール)を多くの人が転送してしまうと、その結果大切な情報が流れにくくなってしまいます。

しかし、実際には、多くの人が不安な気持ちから、このメールを家族や知り合いに転送してしまいました。

### ? 考えよう

○災害時に流れる様々な情報とどのように向き合えばよいのか、話し合ってみましょう。

さいがい 災害が起きたら

みなさんが住んでいる地域では、地震などの災害が起きたときの建物の崩壊や火災、異常気象による洪水等で危険がせまってくる場合に備えて、安全を確保する避難所が決められています。

1 避難所は、どこ？

仙台市では、次のように避難所を整備しています。

(下線の避難所は、東日本大震災後に新たに加わったものです。)

① 指定避難所	避難のための広場と建物を備えた施設で、市立の小中学校、高等学校が指定されています。
② 補助避難所	指定避難所を補う施設です。市民センターやコミュニティ・センターなどが使用されます。
③ 地区避難施設 (がんばる避難施設)	地域の集会所などを利用して、地域の人々が自主的に運営する施設です。
④ いっつき避難場所	地域での避難や、住宅がたおれそうなときに避難する近くの公園や広場です。
⑤ 地域避難場所	一時的な避難場所として、比較的大きな公園などが指定されています。
⑥ 広域避難場所	火災が広がって、指定避難所などにとどまることができないような場合の避難場所です。主に面積の大きな公園などが指定されています。
⑦ 福祉避難所	高齢者や障害者の方で、介護など特別な支援が必要であるなどの理由で、指定避難所の生活がむずかしい場合に開設する二次的避難所です。

※仙台市避難所運営マニュアル (事前準備解説編) (平成25年4月より)

2 その場に応じた身の守り方

いつ、どこで地震などの災害が起こるかは、分かりません。大切なことは、災害が起きたときにどのような行動を取るかを日頃から考えて、備えておくことです。



屋外で地震がきた！  
頭を保護し、倒れたり落ちてきたり動いてきたりするものから離れる。



エレベーターの中で地震がきた！  
各階のボタンをすべて押し、最初の停止階で降りる。

? 考えよう

○このほかにもいろいろな場所を想定して、どのような行動を取ればよいか考えてみましょう。

被害を少なくするために (減災)

人間は、大規模な自然災害の被害を完全にくい止めることはできませんが、知識や経験で災害の被害を少なくすることができます。ここでは知識のいくつかを紹介します。

【津波からの避難の手引き(暫定版)】

仙台市が津波から避難するための対応方法をまとめたものです。

自然災害は予測をこえることも考えて、より安全につながる活用が求められます。



津波からの避難の手引き (暫定版) 第2版 平成25年4月

【緊急地震速報】

地震のゆれが到達する前に、地震の発生を音声や画像で伝えます。

テレビやラジオ、携帯電話などから知らされます。緊急地震速報が出た後、その場の状況に応じて確実に身を守る方法を考えておくことが大切です。



仙台放送提供 (テスト用画面)



# さいがい 災害から身を守るために

災害は、地震や津波だけではありません。ここでは、安全な行動のために必要な視点を確かめましょう。また、地震以外の災害時の行動についても確かめてみましょう。

## 1 あぶないところを見つけよう



## 2 自然のサインを見のがすな

### ① 雨が強くなった（大雨）

水害から身を守るには、日頃の備えと落ち着いた行動が大切です。

ふだんは流れがゆるやかな川も急に増水することがあります。

また、がけ崩れや土石流などの災害が発生するときには、右の図のようなことがあるといわれています。



イラスト：仲里カズヒロ

### ② 雷の音が聞こえてきた



車の中や建物から出る。

高い木や建物から離れる。

姿勢を低くする。

### ③ 竜巻かも（真っ黒い雲・雷鳴・冷たい風・大つぶの雨）



外では… ビルなどのじょうぶな建物の中や物陰にかがんで避難しましょう。  
建物の中では… 窓やカーテンをしめ、窓際から離れ、布団などをかぶって身をかがめます。

## 3 火事を見つけたら？

### ① 早く知らせる

- ◆ 近くにいる人、近所の人に大声で！（声が出ないときは、なべをたたくなどして大きな音で知らせる。）
- ◆ あわてず正確に119番通報。（P42「応急手当の方法と救急車の呼び方」を確認しよう。）

### ② 早く消す

- ◆ 初期消火が決め手。（絶対に無理をしないこと。）

### ③ 早くにげる

- ◆ 避難はすばやく安全に。



姿勢を低くし、煙をすわない。



にげたら、もどらない。

さいがい  
そのな  
災害に備える

地震や火事が発生したときに、自分や友達の命を守るためには、ふだん行われている学校の避難訓練に真剣に参加することが大切です。また、地域の防災訓練にも参加すると、地域の一員として何ができるかを知ることができます。

## 1 学校の避難訓練

学校では、地震や火災を想定した避難訓練に加えて、津波を想定した訓練や通学路の安全を確認する登下校訓練なども行われるようになりました。災害の種類や発生時間帯、場所などのちがいによってどのように行動するかを身に付けましょう。

## 避難訓練に変化

東日本大震災を教訓に、学校で行われる避難訓練が変わってきています。

## ○津波で被災した宮城県亘理町の中学校

近くに高台がないので、約2.5kmはなれた避難場所まで、生徒全員が自転車で約30分かけて避難する訓練を行っています。

## ○愛知県の小学校

約1.3kmはなれた高台まで走って避難するために、週3回、持久走を行っています。また、校舎から外へそのまま出て走ることができるように、上ばきをマジックテープ式のジョギングシューズに変えました。

## ○東京都の小学校ほか

緊急地震速報を避難訓練で活用したり、予告をしないで訓練を行ったりして、急に地震が起きたときに備えた訓練を行っています。

みなさんの学校の避難訓練では、どんな工夫を行っていますか？

## 2 地域の防災訓練

茂庭台地区の小中学生は、地域に住む人たちといっしょに防災訓練を行い、災害に備えています。

<中学生はこんな手伝いをしています>

## ・仮設トイレの設置

大人とともに仮設トイレの組み立てをしました。また、プールの水をバケツにくんで、避難所のトイレに運ぶことも行いました。

## ・炊き出しの補助

食料の炊き出しをするとき、配膳の手伝いをしました。また、物資を取りに来ることができない近所のお年寄りや小さい子どもがいる家に飲料水や食料などを届けました。



仮設トイレの設置



炊き出しの手伝い

## ? 考えよう

○みなさんが中学生になったときに、地域の防災訓練などでどのような活動ができるか考えてみましょう。また、小学生で取り組める内容についても考えましょう。

## 地域とのつながり

阪神・淡路大震災があった神戸市では、すべての小学校区に地域防災福祉コミュニティが作られています。ふだんから地域安全マップの作成、防犯活動、地域のお年寄りを訪問する福祉活動などを行って、災害が起きる前から地域の人々のつながりを大切にしています。

仙台市でも、東日本大震災をきっかけに、それぞれの地区で総合防災訓練が実施されるなど、「地域とのつながり」が見直されています。小中学生が育てた植物を仮設住宅に届けたり、地域の市民センター、公園、歩道などに置いて育てたりする取り組みも広がっています。

日頃の「よいまちにしよう」という一人一人の思いが地域とつながって、いざというときに、共に助け合える関係を作っておくことが大切です。



仮設住宅に届けた花



# ぼうさい 家族防災会議を開こう

とつぜん さいがい  
突然起こる災害。そのとき、家族はどこにだれといるか分かりません。家族が別々に被災しても、日頃から家庭のルールを決めておくと、いざというときに被害を少なくすることができます。

## 1 わが家の「防災連絡カード」

住所	
氏名	
性別	けつえきかた 血液型
生年月日	
緊急連絡先	ポイント①
家族で決めた避難場所	ポイント②

災害が起こったときのために、家族防災会議で話し合って上のような連絡カードを作りましょう。


**ポイント①**：連絡先をいくつか決めておきます。(例：家族の勤務先、祖父母の連絡先、近所の親しい方など。)

**ポイント②**：地域の指定避難所などを最終避難場所としておきますが、必ずいくつか決めて、定期的に確かめ合います。

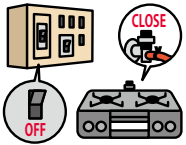
## 2 家族の役割分担

災害時のために、それぞれの役割分担を決めておきましょう。


【例】



《情報収集》  
〔担当〕



《安全確保》  
〔担当〕



《持ち出す物の準備》  
〔担当〕

## 3 常備品のチェック

- 飲料水 (一人一日あたり3リットル)
- 食料品 (インスタントラーメン レトルト食品 など)
- カセットコンロ       ティッシュ・トイレトペーパー
- ウエットティッシュ       ガムテープ       ひも・ロープ
- ビニルぶくろ       食器用ラップ       紙皿       紙コップ
- 防寒対策 (毛布・フリースなど)       暑さ対策 (うちわ、タオルなど)



## 4 防災リュック (非常用持出ぶくろ) の準備

防災リュックの中身については、家族の中にお年寄りや小さい子どもがいるときには、それぞれが必要なものもちがってきます。日頃から、共通で使うものと家族それぞれが持ち出すものを決めて、いざというときに、すぐ持ち出せるように準備をしておくことが大切です。



【例】

- ・わたしのぶくろには子ども用の軍手
- ・おばあちゃんのぶくろには、小さい字が読めるようにルーペ

## 5 親子安全点検

月に一度、家の中や周辺的安全を点検しよう。

(OKなら、にチェックをしよう)

- 落ちてきそうなもの、倒れてきそうなものはないか。
- 寝ているところに安全な場所があるか。
- にげ道に物が置かれていないか。
- 家具の中身は重いものが下に入れてあるか。
- 玄関の扉の近くは、整頓されているか。



# ！チャレンジ！子ども防災モニター

日頃から地域を歩いて、避難場所や危険防止の手だてを取っている場所を知ることは大切です。それをもとに防災マップを作ったり、家族や地域の人たちに、気付いた情報を伝えたりすることは、災害時の大きな備えとなります。

## 1 防災まち探検をしよう～防災マップづくり～

自分たちが生活している地域について、災害を減らす（減災）という視点でまち探検をしてみましょう。

そして、探検で気付いたことを地域のマップにまとめてみましょう。

### 【防災マップ作成までの活動例】

- ① 自然災害について知る。
- ② 災害が発生したときに必要なことを知る。（避難所の位置・複数の避難ルート・防火設備など）
- ③ 活動①②から、まち探検のチェックポイントを整理する。
- ④ まち探検に出かける。
  - ・カメラでポイントとなる場所や物をさつえいする。
  - ・自宅から避難所までのきょりや時間を確かめる。
- ⑤ 歩いてチェックしたことを地図に書き込んで、防災マップを完成させる。

防災マップは、いろいろな人（家族・地域の人）が作成に関わることで、より活用されるものになっていきます。

学校周辺だけではなく、放課後や休みの日に活動する場所からの避難経路を地図上に表して、自分の防災マップ（マイマップ）とすることも考えられます。



まち探検の様子



防災マップ

## 2 地域に役立つ子ども防災モニター

自分たちが防災マップにまとめた情報を、家庭や地域に発信しましょう。

また、同じ地域での防災まち探検を何度か繰り返して、前後の変化を定期点検することも有効な活動です。この活動を「子ども防災モニター」と呼んでいます。



地域の方へインタビュー

### 【子ども防災モニターの活動のポイント】

モニターの目的は、安全な地域づくりに協力することです。例えば、自動販売機に転倒防止が付いているとか、塀がくずれないように補強されているなど、「安全マーク」を付ける見方で地域に呼びかけていくことが大切です。

子ども防災モニターの活躍で、点検を重ねるごとに防災マップに安全マークが増えていくことが期待されています。



### 防災から、まちを知る！人を知る！

～学びのコミュニティ（学コミ）ながまちの取り組み～

太白区中央市民センター主査（当時）

駒沢 健二さんの話

長町中学校区の4校は、東日本大震災が起こる前から防災をテーマに防災マップづくりなどの活動に取り組んできました。また、学校の体育館にとまる「子ども防災キャンプ」を実施し、親子や地域の人と一しょに、様々な体験型の防災学習を行ってきました。

「学コミ」のように、学校と地域が繋がった活動を体験することで、自分たちの住む場所を改めて見直したり、地域の方とコミュニケーションが取れるようになっていきます。それは、地域にとって大きな力となります。

災害のときだけではなく、安心・安全なまちのために、地域を意識した学習に取り組めば、みなさんはきっと近い将来、地域を支える存在になることでしょう。

※学びのコミュニティ（学コミ）は、仙台市の学校・地域・市民センターが協力して、子どもたちのすこやかな育ちを支援している活動です。



# さいがいじ 災害時をくらすヒント

震災では、わたしたちの生活に欠かせない水道や電気、ガスなどのライフラインが止まり、大変な生活を強いられました。避難所で過ごした人もいます。災害のときは、どんな工夫をして生活すればよいのでしょうか。

## 1 水がないときの工夫

水は飲むだけでなく、料理をする、手を洗う、トイレで流す、体を清潔に保つなど、毎日なくてはならないものです。



### 〈ラップのお皿〉

紙皿にラップをまいて、ラップだけを取りかえます。皿洗いをせずに何度も使えるので、水の節約になります。

水は一人1日3リットル必要です。3日分として一人9リットルは用意しておきましょう。水を入れる入れ物も大切です。お風呂の水は流さずにいつもはっておきましょう。震災のときはプールの水をみんな飲んでポリバケツにため、トイレで流しました。



〈布で水をきれいにする〉

一方のはしを水につけ、別のはしを水受けに入れ少し低い位置におくときれいな水がたまる。



〈ケチャップの容器で水を吸い取る〉

にごった水のきれいな上ずみだけを吸い取る。

## 2 電気がないときの工夫

わたしたちは日頃たくさんの明かりに囲まれて生活していますが、電気が止まれば夜は真っ暗です。震災で電気が使えないときは、ろう

そくやかい中電灯、手回し発電のラジオなどがとても役に立ちました。

### 〈牛乳パックのあかり〉

牛乳パックを横はば1cmに切り、先たんに火をつけます。少しずつ燃えて、明かりや燃料になります。※火は、火災になる危険性があるので大人の人といっしょに取りあつかいましょう。



## 3 調理の工夫

食べることは何より重要です。避難所でもはじめはビスケットやパンなどが配られますが、手元にある物で工夫しておいしく食べることが大切です。衛生面に気を付けることも健康な毎日を送るためには大切なことです。

### 〈サバめし(サバイバルめしたき)の方法〉

- ◇材料(一人分) 米180g, 水150g
- ◇道具 空きかん二つ, 牛乳パック三つ, アルミホイル, 軍手
- ◇作り方



写真1

- ・二つの空きかんの上底を切り取る。
- ・一つの空きかんに、タテ1.5cm, ヨコ3cmの長方形の空気穴を上二つ、下二つ、それぞれ向き合うようにあける。このかんを下におき、その中で火を燃やす。(写真1のペンは、穴の位置が分かるようにするためのもの。)



写真2

- ・牛乳パックを細かく切り、火をつけてかんに入れる。上の穴から細かく切った牛乳パックをどんどん入れる。※やけどなどしないように、軍手を使いましょう。



写真3

- ・もう一つのかんに材料を入れ、アルミホイルを二重にしてふたをし、火の上に乗せる。
- ・20分くらい火を燃やし続ける。
- ※まわりに燃えるものがないか注意しましょう。

おうきゅう きゅうきゅうしゃ よ  
**応急手当の方法と救急車の呼び方**

さいがい 災害にあったとき、手当をしたくても ふだん 普段のように水や薬品が近くにあるとは限りません。身の周りにある物を使って、できる限りの おうきゅう 応急手当をすることも必要です。いろいろな手当の方法を知り、さいがいじ 災害時に そな 備えましょう。またたおれている人や大けがをした人のために かくにん 救急車の呼び方について確認しておきましょう。

**1 いろいろな応急手当の方法を知りましょう**

① **骨折している場合の手当**

はじめにどこが いた 痛いのかを聞きます。痛がっているところを見て、変形しているかどうかを確認します。変形している場合は動かしてはいけません。骨折しているところに、 さんかくしん そえ木をあてて三角巾などで固定します。

そえ木の工夫：ダンボール、 ざっし 雑誌、 かさ 傘、 つえなど



② **傷の手当**

傷口がよごれている場合は、水道水で洗い流すことが大切です。災害時はペットボトルなどの水を工夫して使いましょう。

出血が続いている場合は、 けつえき 血液に ちよくせつ 直接ふれないようにビニルの手ぶくろをはめて、 きずぐち 傷口をおさえるか、きれいなガーゼを当てて血を止めるようにします。

ガーゼの工夫：ハンカチ、タオル、身近にあるきれいな ぬの 布など

③ **やけどの手当**

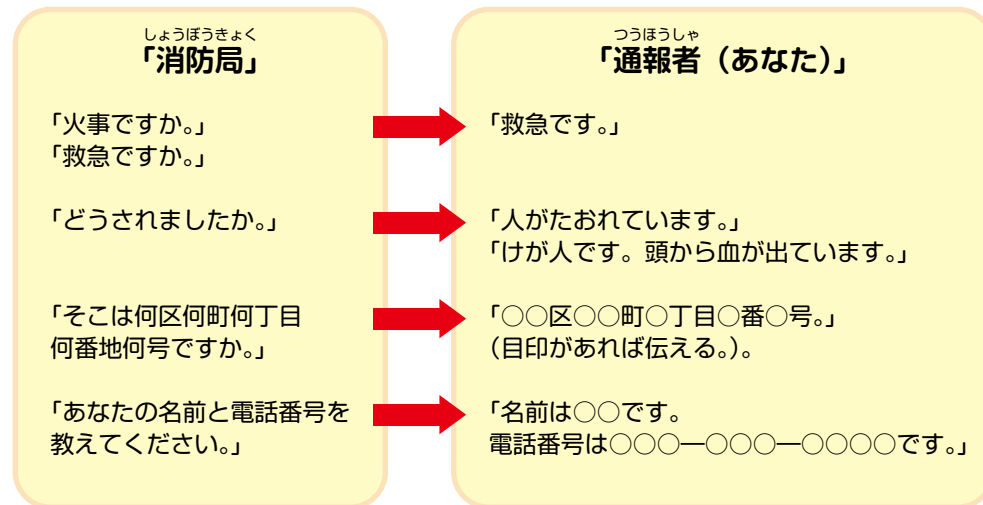
すぐに水で冷やします。服を無理にぬがさないで、服の上から水で冷やします。 さいきん 細菌が入らないように、水ぶくれができても つぶ つぶさないようにします。



**2 救急車の呼び方を覚えましょう**

＜119番へ電話をかける＞

まず落ち着いて、局番なしの119に電話する。係の人の しつもん 質問にははっきり答えましょう。



けいたい 携帯電話からの つうほう 通報では次のことに気を付けましょう。

- ① 携帯電話から通報していることを伝えます。
- ② なるべく現場からはなれないようにし、携帯電話の電源も入れたままにします。



**? 考えよう**

- 緊急時の きんきゅうじ 応急手当の仕方についてもっと調べてみましょう。
- 救急車への通報の仕方が分かったら、 じっさい 実際にかけているつもりで話してみましょう。



# 心と向き合って

思いがけない災害にあうと、心や体にいろいろな変化が起こることがあります。なぜなら、いつもとはちがう被害や苦しみを受けるからです。自分らしい健康な心や体を取りもどすためにはどうしたらいいのでしょうか。

## 1 心や体の変化

- <悲しみ> 大切な人が亡くなった、大事なものを失った…
- <おそれ> 同じような災害がまた起こるのでは…  
家族がはなればなれになってしまうのでは…
- <いかり> なぜこんな目に合わなければいけないのか…
- <不安> これからどうなるのだろう…
- <無力感> 自分は何もできない…
- <体調> なんとなく調子が悪い… ぐっすりねむれない…

### 【保健室に行った人たちの主な原因】

阪神・淡路大震災の後、体調が悪くて保健室に行った人たちのしょうじょうのまとめです。

頭痛・腹痛・どうき 51%	ねむれない 41%	体重の急な変化 23%
------------------	--------------	----------------

「災害を受けた子どもたちの心の理解とケア」(兵庫県教育委員会)より

なんとなくぐっすりねむれなかったり、食欲が出なくて体重がへったり、反対に不安な気持ちからたくさん食べすぎたりと、いつもとちがうことが起こっています。

とつぜんのおそろしい体験や悲しい出来事があったとき、わたしたちは悲しみやおそれ、不安などにおそわれることがあります。そういうことは、だれにでも起こる自然なことです。たいていは少しずつ心や体が落ち着いてきます。しかし、数か月後や数年後にそういう状態が起こることもあるので注意が必要です。

## 2 自分でできること

心や体に変化が起きたときはどうしたらいいでしょう。周りにそのような人がいるとき、できることはないのでしょうか。

### <話しましょう>

おうちの人へ

先生へ

友達へ

しんらいでできる大人の人へ

※なやみをかかえている人は、  
スクールカウンセラーの先生や  
病院の先生へ



### <熱中できる好きなことをしましょう、見つけましょう>

スポーツ, 読書, 行事に参加する, そのほかなんでもいいのです

### <体を動かしましょう>

いっぱい遊ぶ, 手伝いをする, サイクリングをする, 走る

### 保健室の先生からのアドバイス

地震のことで、相談されたことはたくさんありました。いろいろななやみや相談がありましたが、印象に残っているのは、避難して仙台に転校してきた子どものことです。



その子は家族で避難して来ましたが、お父さん、お母さん、お姉さんは以前の仕事を通うため、通う時間が長くかかるようになり、家で夜おそくまで一人で待っているのだそうです。

話し終わって、保健室から出て行くときは、心の中で思っていることを話したせいか、少し安心して、落ち着いたように見えました。

なやみは自分一人でがまんするのではなく、自分の気持ちを信頼できる人に聞いてもらうことが一番です。また、クラスには、元気そうに見えても、実はなやんでいる人がいるかもしれません。そんなときは、その人の気持ちをできるだけ理解してあげましょう。

## じしん 地震を乗り越えようとした先人の知恵 ちえ

長い歴史の中で、日本人は何度も大きな地震を経験してきました。むかしの人々が、地震を乗り越えようとした知恵や被害の大きさを後の世に伝えようとしたメッセージを見つけてみましょう。

## 1 たび重なる地震とたたかってきた仙台城の石垣

東日本大震災では、伊達政宗が築いた仙台城も大きな被害を受けました。本丸跡の石垣が、3か所、約60メートルにわたってくずれ落ちてしまいました。

仙台城は、江戸時代のおよそ260年間に、10回以上の大きな地震を経験しました。仙台城本丸跡のくずれ落ちた石垣大地震が起こるたびに石垣がくずれ落ち、積み直すための工事を何度もくり返してきたのです。

1997年（平成9年）、ふくらみやずれが目立ってきた石垣の積み直し工事が行われることになりました。工事にもなう発掘調査によって、現在見える石垣の内部にも古い時代の石垣があることが分かりました。

調査の結果、地震でくずれ落ちた古い石垣を再利用して背後の土の圧力を受け止め、石垣を安定させていたことが分かりました。



仙台城本丸跡のくずれ落ちた石垣



背後から発見された古い石垣



石垣を安定させるための石の列

## 2 地名が伝える先人のメッセージ

地震などの自然災害を乗り越えようとした先人の知恵は、「地名」や「言い伝え」からも読み取ることができます。

太白区長町にある「蛸薬師」には、津波によって現在の長町辺りまでタコが打ち上げられたのではないかと考えられる「言い伝え」が残されています。災害の大きさを後の世に伝えようとした、むかしの人のメッセージ、みなさんも発見してみませんか。



薬師様にタコが付着したという蛸薬師

## ぶんかざい 文化財を守り続ける～NPOによる堤町登りがま修復～

東日本大震災は、人々が大切に守り続けてきた文化財にも大きな被害をあたえました。

青葉区堤町に、市内でただ一つ残されていたレンガ造りの6連の登りがまも、その半分以上がくずれ落ちてしまいました。

修復に立ち上がったのは、建築やデザインの専門家が中心のNPO「建築と子供たちネットワーク仙台」のメンバーです。子どもや学生ボランティアを集めて、登りがまを修復するワークショップを何度も開催し、元の姿にもどすことができました。

この他にも文化庁が行っている「文化財レスキュー」と呼ばれる活動など、失ってしまったら二度と取りもどせない大切な文化財を守り伝える活動が各地で行われています。



登りがま修復のワークショップ



# つながる～世界の国々と～

## 1 国際姉妹都市などからの支援

地震発生直後から、姉妹・友好都市、仙台市と協定を結んでいる都市をはじめとする世界の様々な都市の市民・団体・企業・学校などが、仙台市のために支援活動を行いました。

国際姉妹・友好都市／協定締結都市



### ? 考えよう

○地図を参考に各都市がどこの国にあるのか、仙台とどんな関係をしているのかを調べよう。



長春市（中国）から支援物資として届いた飲料水



ダラス市（アメリカ）から寄せられた応援メッセージ



台南市（台湾）で開かれたチャリティイベントには、1,000人以上の市民が参加  
写真提供（台南市）

アカプルコ市（メキシコ）では市長や交流団体による祈りが捧げられ、オウル市（フィンランド）では留学生が中心となり、チャリティイベントが開かれました。またミンスク市（ベラルーシ）は、被災した生徒・児童をミンスクに招待してくれました。

その他の姉妹都市などからも、各種チャリティイベントや震災写真展の実施、多大な寄付金・支援物資・応援メッセージの送付などを通して、多くの支援とはげましをいただきました。

## 2 世界の国々からの支援や救援活動

震災後は、こうした支援のほかに、多くの国々から、緊急援助隊や医療支援チームによる被災地救援の活動が行われました。



被災者をはげます  
オーストラリア首相



ロシア救援チーム

写真提供（外務省）

## 3 日本の団体が行っている海外支援（国際緊急援助隊）

日本では、地震や台風などの自然災害が多いため、災害救援の知識が多く、進んだ技能もあります。

そして、外国で大きな災害が発生したとき、被災した地域に様々な支援を行う団体が日本にもあります。青年海外協力隊で知られる国際協力機構（JICA）は、海外の被災地に国際緊急援助隊（JDR）を送り、被災者の救助、治療などを行っています。



インドネシア地震での  
救助活動



タイ洪水での排水ポンプの  
救援活動



ミャンマーサイクロンでの  
医療活動

写真提供（JICA）



# ！ 人々をつなげる活動

東日本大震災が発生したあと、様々な公的機関や団体が多くの人々のために活動を行ってきました。どのようにして取り組み、災害に対処したのかをふり返ってみましょう。

## 1 広域協力体制，公的な機関の活動

避難誘導，救助活動，避難所運営，ガス・水道・電気などのライフライン復旧のために，警察・消防・自衛隊・行政など，仙台市以外の都道府県や市町村からもたくさんの応援がきました。また相互支援協定を結んでいる地区からの支援もありました。



消防ヘリによる救助活動



自衛隊による救援物資輸送



他県からのガス・水道復旧工事支援



泉区松陵地区に加美町小野田地区からの給水支援

## 2 日本赤十字社の活動，JRC(青少年赤十字)の活動

日本赤十字社は、医療支援に加えて、各都道府県からの救援物資を被災地に届けました。また、青少年赤十字のメンバーも地元の赤十字奉仕団と協力して、支援活動を行いました。



救援物資を運び出すスタッフ



被災された方へ救援物資を手わたすスタッフ



物資を配布する地域の方々と青少年赤十字メンバー

### 【物資搬送スタッフの声】

発災当日は、自分の家族の安否も分からず大きな余震が続く中、不安な気持ちもありましたが、わたしたちの助けを必要としている人がいると思うと一刻も早く救援物資を届けたいという気持ちで仕事を行っていました。また、県外から救援物資が届いたときは、物資を届けるだけではなく、支援してくれた方の気持ちも被災者の方に届けたいと思いました。

### 【医療スタッフの声】

石巻赤十字病院では、多くのスタッフが家族や自宅を失いましたが、「患者さんのためになりたい。」というスタッフの意志は衰えませんでした。

次々に運ばれてくる患者さんを前に、みんな夢中で、一人でも多くの人を救いたいとの思いで対応にあたりました。



# 取り組もう！ ボランティア活動

東日本大震災<sup>しんさい</sup>が起きたあとは、多くの人々が通常<sup>つうじょう</sup>の生活をする  
ことができませんでした。しかし被害<sup>ひがい</sup>が軽かった人々や、他県から多  
くの人々がボランティア活動に参加していました。

ボランティアの人々は自分の食べ物や道具、寝<sup>ね</sup>る場所などの生活  
の手だて等、全て自分たちで準備<sup>じゅんび</sup>をして被災地のボランティア活動  
に取り組みました。

## 1 ボランティアの人々の活躍<sup>かつやく</sup>



地元の学生ボランティア

自分たちも被災者であるにもかかわらず、炊き出しや救<sup>きう</sup>援物資<sup>えんぶつし</sup>の運搬<sup>うんぱん</sup>、高<sup>こう</sup>齢<sup>れい</sup>者<sup>しゃ</sup>  
や病気の人々への食料の配達など、地<sup>ち</sup>域<sup>いき</sup>  
のボランティアとして参加している大人や小  
中学生がたくさんいました。

### 休日ボランティア活動に取り組む人々

ボランティアの人たちは、被災地の人々の役に立てればという  
気持ちで、自分の仕事が休みの土曜、日曜、休日などに被災地  
に入り、震災がれきの処理<sup>しゅり</sup>などに取り  
組んでいます。

自分たちの食料や寝る場所等を、  
全<sup>すべ</sup>て自分たちで準備<sup>けいぞく</sup>して継続してボ  
ランティア活動に取り組んでいる人  
も少なくありません。



かき出した泥<sup>どろ</sup>を集めるボランティアの人々

## 2 わたしたちにできるボランティア活動

震災によって、電気・水道・ガスな  
どのライフラインが大きな被害を受け  
ました。特に水が出ないため、飲料水、  
調理に使う水、トイレに流す水など、  
とても困<sup>こま</sup>っていました。



お年寄りにとっては、給水車が来て  
給水車から水をもらう人々  
も、重い水を自宅まで持って帰るのは大変なことでした。

その様子を見た児童の中には、お年寄りの自宅まで水を運んだり、  
トイレに流す水をプールからくむ手伝いをしたりする人もいました。

## 3 復興<sup>ふっこう</sup>に向けてわたしたちにもできること

市内の小中学校では、児童・生徒合同会議を開き、挨拶<sup>あいさつ</sup>運動やゴミ  
拾いなど、復興に向けて自分たちのできることに取り組んでいます。

### ? 考えよう

- 自分がこれまでお世話になったり見たりしたボランティア活動を思  
い出してみましよう。
- 自分たちができるボランティア活動について話し合ってみましよう。

### 地域の人々と共に立ち上がる

震災を経験した小学校では、地域と協力しな  
がら、復興に向けて立ち上がろうという活動を行  
っています。

ある小学校では、児童会<sup>しょうたいじょう</sup>で招待状<sup>しょうたいじょう</sup>を作成し、  
学習発表会や運動会に地域の方々を招待するこ  
とで、地域とのつながりを深める取り組みをしました。



案内状<sup>あんないじょう</sup>を地域の人に  
配る児童

# しんさい 震災を乗り越えて

こうべし はんしん あわじ だいしんさい  
神戸市では阪神・淡路大震災という大きな災害を経験し、力を合  
わせ復興をとげました。同じ経験をした仙台市の小学校との交流も  
始まりました。仙台の復興を願い、地域を支える一人としてこれか  
ら何を大切にしていけばよいでしょうか。

## 1 阪神・淡路大震災

1995年（平成7年）1月17日、神戸市のある兵庫県南部で阪神・淡路大震災が起こりました。神戸の小学生もわたしたちと同じようにおそろしい思いをし、大変な苦勞をしました。



地震直後の阪神高速道路



震災の1年8か月後に全線開通

### <阪神・淡路大震災と東日本大震災の被害の比較>

	死者(人)	ゆくえ 不明者(人)	ふしょう者(人)
阪神・淡路大震災	6,432	3	43,792
東日本大震災	18,703	2,674	6,220

(平成25年9月現在)

## 2 神戸と仙台の交流

神戸は、みんなで力を合わせ、現在は世界からもたくさんの観光客が訪れるすばらしい街に復興しています。

夏休みに仙台の岡田小学校6年生が神戸市から招待されました。阪神・淡路大震災のあと、仙台市が神戸の小学生を七夕祭りへ招待し

ていたことがきっかけでした。岡田小学校の児童は、「神戸の街の力強さをこの目に焼きつきたい。」「仙台の小学生として、未来の復興を支える存在になりたい。」とちかいました。



神戸を訪れた岡田小6年生

岡田小学校と神戸の小学校では、ビデオレターやテレビ会議などを通して、そのあとも交流が続いています。神戸で震災後作られ、多くの人に歌いつがれている「しあわせ運べるように」をいっしょに歌い、多くの方に勇気を届けています。



神戸の小学生との交流

「神戸市を訪れた岡田小学校六年生の作文」  
神戸は、震災がなかったかのように力強い復興を成しとげていた。授業で見たこわれた道路やビルなど一つもない。まるで別の街だ。ぼくはこんなふうに仙台も復興してほしい、いや、ぼくたちの手で復興させていくんだ、と強く思った。神戸は悲しみからがんばって復興したんだ。いつまでも悲しんではいけない。  
「つらいことがあったらいつでもおっちゃんたちに相談するんやで。神戸から応援してるからな。」と、まるで本当の両親のように心配してくれたおっちゃん。感謝の気持ちでいっぱいになった。同じ震災を体験したぼくたちは遠くてもつながっている。神戸の人の優しさから、おたがいに助け合う大切さを学んだ。ぼくも困っている人たちに優しさを伝えることのできる人間になりたい。  
神戸の人たちの力強さには、自然が豊かて空気がきれいなふるさとの岡田を取りもどしたい、そう願うようになった。岡田もふくむ宮城をがんばって復興させようと思っただけでなく、強く思った。

### ? 考えよう

○わたしたちはこのように、多くの地域の多くの方々からたくさん応援をしてもらっています。仙台を支える一人として、復興のためにどんなことができるか考えてみましょう。



東日本大震災では、世界中から支援や励ましの声が届きました。仙台市の子どもたちは、それをどのように受け止めたでしょう。

## 1 世界へ向けて 感謝の歌

八幡小学校の6年生は、外国からの支援に感謝の気持ちを伝えるために、「Heroes 2011, Japan」という英語の合唱に取り組みました。

この歌は次のように始まります。

Thank you, friends …

『Heroes 2011, Japan』  
作詞: パトリック・ハーラン 作曲: 秦万里子

(遠くにいる顔も知らない友達へ、今この大変なときに、思ってくれて行動してくれて、ありがとう)

また、次のような力強いメッセージでこの歌は終わります。

We will stand strong, again,

I, We, Japan

(きっとまた立ち上がってみせる わたし わたしたち 日本)

6年生115人は、「Heroes 2011, Japan」を歌い続ける中で、感謝の気持ちが強くなったと言います。

練習に取り組む姿が、世界130か国でしようかいはされました。6年生は「他の国で大きな災害があったら、今度はわたしたちが助けてあげたい。」「いち早くかけつけてくれた海外のボランティアの人に感謝の気持ちを伝えたい。」と合唱後のインタビューに答えていました。



歌の練習をする八幡小6年生

## 2 仙台市小学生クロアチア共和国訪問団

「被災した子どもたちに、心のいやしと夢をあたえたい。」というクロアチア共和国の招待を受け、仙台市の小学生25名がクロアチアを訪問しました。クロアチアではニュースになり、どこでも温かくむかえられました。首相も宿舎に来て、はげましの言葉をかけてくださいました。感謝の気持ちでいっぱいになった子どもたちは、お返しに折り紙を折り、すずめ踊りとクロアチア語での歌をひろうしました。

参加した一人は「将来への夢を持つことができました。今度は、この感謝の気持ちを自分がだれかに伝えたいです。」と思いを語りました。



クロアチアを訪れた仙台市の小学生

### ? 考えよう

○人々の思いは国境をこえて、どこまでもつながっていきます。世界の一員として、わたしたちはこれからどのようなことができるか、考えてみましょう。

### ALTの先生も子どもたちを応援

仙台市にはALTの先生が70名います。震災後に仙台に来た先生の一人にインタビューしました。

「わたしが仙台に来ると決まったときは、家族や友達の中には、反対する人もいました。でも、わたしはこわくありませんでした。日本の人々は、力を合わせてがんばっていることを知っていたからです。仙台では、英語を教えることはもちろん、ボランティア活動にも取り組みたいです。今は家族も友達も応援してくれています。」



仮設住宅で子供たちとゲームを楽しむALT

# ぼうさいちしき 防災知識をチェックしよう

自然災害は、いつやってくるか分かりません。先生や家の人がいなくても、自分の命を守るため正しく行動するには、防災知識が必要です。この副読本で学習した内容をもう一度ふり返ってみましょう。

1 次の問題に答えられるか、問題文中の（ ）の中に入る言葉が分かるか、確認してみてください。もし、分からない場合は、関係のあるページをもう一度読むようにしましょう。

問	題	4年生	5年生	6年生
1	東日本大震災後、仙台市内に建てられた「プレハブ仮設住宅」は（ ）か所ある。(P12)			
2	大震災の直後にスタートした、仙台市内8万人の児童生徒による復興への取り組みを（ ）プロジェクトという。(P16)			
3	地震が発生するのは、（ ）がおし合い、絶えず動くからである。(P20)			
4	地震の規模の大きさを表すために（ ）ということばを使う。(P21)			
5	津波以外の自然災害には、台風、竜巻、集中豪雨、（ ）などがある。(P25)			
6	火事が起きたときや雷が鳴ったとき、最初にどのような行動を取ればよいか？(P33)			
7	家族防災会議で話し合っておくことはどんなことか？(P36)			
8	救急車を呼ぶときに通報する人が最初に伝えることばは（ ）。(P43)			

問	題	4年生	5年生	6年生
9	国際協力機構（JICA）は海外の被災地に（ ）を送っている。(P48)			
10	阪神・淡路大震災後、神戸の小学校と仙台の小学校でどんな交流が行われたか？(P54)			

2 自分の生活をふり返って、災害に備えて必要なことができているかどうかチェックしてみましょう。

チェック項目	4年生	5年生	6年生
1 情報を入手し、判断するときは、日頃から、情報の出所を確認し、冷静に判断するように心がけている。(P26)			
2 災害用伝言ダイヤル171の使い方を説明できる。(P27)			
3 自分の家族が避難する場所を、家族みんなで確認している。(P30)			
4 家族防災会議を開き家庭のルールを決めたり、安全点検を行ったりしている。(P36)			
5 日頃から地域を歩いて、避難場所や危険防止の手だてを取っているところをチェックしている。(P38)			
6 災害時に水道、電気、ガスのないくらしになった場合の生活上の工夫ができる。(P40)			
7 災害の後、心や体に変化があったときには、どのようにすればよいか分かる。(P44)			



知っておこう防災学習のキーワード

1・2・3年で学んだキーワード	げん さい 減 災 心のケア	自 助 ボランティア	共 助
じょうきょう おう 状 況に 応じた たいおう 対応	家や学校にいないときでも災害にあう可能性はあります。その場所や状況によっては避難の仕方も変わります。その場に応じた対応を取ることが大切です。		
家 族 会 議	きんきゅう 緊急避難のときにどこへ集まるか、どう連絡し合うか、何を持ち出すか、わが家の防災は大丈夫か、家族でしっかり話し合っておきたいものです。		
救 急 法	緊急のときに、病院へ行くまでの間、自分たちでできることがあります。基本の知識を身に付けておくことが大切です。		
公 助	避難所の指定や非常用物資の保管など、仙台市が防災のためにやっていることや復興のために取り組んでいることなどをきちんと理解しておきましょう。		
サバイバル	災害などの困難な状況を越えて生き残ることです。そのための方法や技術をしっかりと学ぶ必要があります。		

読んでみよう調べてみよう

- 『ぼくの街に地震がきた—大震災シミュレーションコミック』(単行本)
  - 『大地震サバイバル きみならどうする?』(単行本)
  - 津波からにげる(ビデオと津波防災ハンドブック) <http://www.jma.go.jp/jma/kishou/books/>
  - 地球キッズたんけんたい(地震調査研究推進本部) <http://www.jishin.go.jp/kids/>
  - こども防災e-ランド(消防庁HP) <http://www.e-college.fdma.go.jp/>
- ※図書室にどんな防災の本があるかも調べてみましょう。

おき がいよう  
東北地方太平洋沖地震の概要

- ① 発生日時 2011年(平成23年)3月11日 14時46分
- ② 地震の起こった場所 三陸沖(北緯38.1度,東経142.5度)
- ③ 地震の規模 マグニチュード9.0
- ④ 仙台市内の震度  
震度6強 宮城野区 震度6弱 青葉区, 若林区, 泉区  
震度5強 太白区 \*最大震度は栗原市の震度7
- ⑤ 津 波 3月11日 14時49分太平洋沿岸に大津波警報発令  
津波の高さ 仙台港 7.2m(推定値)

ひ さい  
仙台市の被災状況(平成26年9月30日現在)

- ① 人的被害
  - 死 者 994名(男性551名,女性443名)
  - 行方不明者 30名(男性17名,女性13名)
  - 負 傷 者 2,275名(重傷276名,軽傷1,999名)
- ② 建物被害
  - 全 壊 30,034棟
  - 大規模半壊 27,016棟
  - 半 壊 82,593棟
  - 一部損壊 116,046棟



東北地方太平洋沖地震による津波の浸水地域(緑色)は、浸水した部分

さいがい 仙台の自然災害年表・復興年表  
ふっこう

年	種別	できごと *Mはマグニチュード
平安 869年(貞観11)	地震	大地震(三陸沖)。津波でおよそ1,000人がなくなる。
1611年(慶長16)	地震	大地震(三陸沖)。津波により1783人死亡。「浪分神社」のほか、「念仏田」「波風」などの地名に言い伝えが残る。
1616年(元和2)	地震	大地震(宮城県沖, M7.0)により, 仙台城の櫓, 石垣がくずれする。
1623年(元和9)	噴火	蔵王山噴火。伊達政宗の七男(宗高)が, 噴火をしずめるために刈田岳に登っている。
江戸 1678年(延宝6)	地震	大地震(宮城県沖, M7.5)により, 東照宮などがこわれる。
1717年(享保2)	地震	大地震(宮城県沖, M7.5)により, 仙台城の石垣がくずれする。
1721年(享保6)	水害	大雨のため, 市内四か所で橋が落ちる。
1747年(延享4)	水害	大風, 大雨のため, 澱橋と中瀬橋が流される。
戸 1793年(寛政5)	地震	大地震(三陸沖, M8.0~8.4)。蒲生地区を津波がおそったという言い伝えがある。
1812年(文化9)	水害	大雨大洪水。死者116人。
1835年(天保6)	地震	大地震(宮城県沖, M7.0)。仙台城の石垣がくずれする。
	水害	大雨大洪水。大橋落ちる。民家2,416戸流失。
1855年(安政2)	地震	大地震(宮城県沖, M7.0~M7.5)。
1861年(文久1)	地震	大地震(宮城県沖, M7.4)。
1889年(明治22)	水害	大洪水。根白石村で大きな被害。
明治 1896年(明治29)	地震	大地震(三陸沖, M8.2)。蒲生にも津波が来る。
1897年(明治30)	地震	大地震(宮城県沖, M7.4)。
1910年(明治43)	水害	台風による大雨で市内約1,300戸が浸水。

年	種別	できごと *Mはマグニチュード
大正 1923年(大正12)	地震	関東大震災発生。この後, 震災の避難民のために, 現在の文化町に住宅が建設される。
1933年(昭和8)	地震	昭和三陸地震(三陸沖, M8.1)。
1936年(昭和11)	地震	大地震(宮城県沖, M7.4~7.7)。
1947年(昭和22)	水害	カスリン台風。県内約30,000戸に被害が出る。
昭 1948年(昭和23)	水害	アイオン台風。市内約3,000戸に被害が出る。
1950年(昭和25)	水害	台風11号による大洪水で堤防が決壊。市内5,000戸以上に被害。
和 1978年(昭和53)	地震	宮城県沖地震(M7.4)。県内死者27人。負傷者約10,000人。
1986年(昭和61)	水害	台風10号による大雨(8.5豪雨)。被害住家約5,500棟。
平成 2003年(平成15)	地震	大地震(宮城県沖, M7.1)。
2005年(平成17)	地震	大地震(宮城県沖, M7.2)。
2011年(平成23)	地震	3月11日, 14時46分, 東北地方太平洋沖地震発生(M9.0)。津波による大きな被害。3月12日, 福島第一原子力発電所で爆発事故発生。
	地震	4月7日, 大きな余震発生(宮城県沖, M7.2)。 4月11日, 学校再開。 4月18日, 簡易給食開始。 4月29日, 地下鉄全線開通。 7月31日, 全避難所閉所。
(復興への歩みを書きましょう。)		
平成24年		
平成25年		
平成26年		
平成27年		



## 作成委員（平成27年2月現在）

監修	東京学芸大学	教授	渡邊 正樹
編集アドバイザー （五十音順）	東北大学 災害科学国際研究所 宮城教育大学教職大学院 東北大学 災害科学国際研究所 河北新報社編集局	教授 教授 教授 編集委員	今村 文彦 佐藤 静 佐藤 健 寺島 英弥
委員長	仙台市立第一中学校	校長	佐々木成行
副委員長	仙台市立西中田小学校	校長	堤 祐子
学年部チーフ	仙台市立太白小学校	教頭	大場 隆幸
委員（五十音順）	仙台市立六郷小学校 仙台市立八幡小学校 仙台市立向陽台小学校	教諭 教諭 教諭	丹野 尚 阿部実智代 村上 和恵
事務局	仙台市教育センター		

## 作成協力

神戸市危機管理室 神戸市教育委員会 河北新報社  
太白区中央市民センター 仙台管区气象台 仙台市消防局  
仙台市復興局 仙台市市民局

## 発行協力

近野 兼史 氏（公益財団法人 近野教育振興会理事長）

## 資料提供

河北新報社 気象庁 外務省 国土交通省  
東日本旅客鉄道(株)仙台支社 (株)ウェザーニューズ  
(株)仙台放送 FM「りんごラジオ」 NTT東日本  
共同通信社 日本赤十字社宮城県支部  
東北大学災害科学国際研究所 台南市  
JICA（国際協力機構） JOC（日本オリンピック委員会）  
iSPP 建築と子供たちネットワーク仙台  
NPO法人20世紀アーカイブ仙台  
町田美野（イラスト） 相蘇裕之（写真）  
仲里カズヒロ（イラスト） 市内小・中学校 仙台市関係機関

## 3.11 から未来へ

第3刷発行：平成27年3月31日

発行 仙台市教育委員会

編集 仙台市教育センター 〒983-0825 仙台市宮城野区鶴ヶ谷北1丁目19-1

デザイン・印刷／ハリウ コミュニケーションズ株式会社

〒984-0011 仙台市若林区六丁の目西町2番12号 TEL 022-288-5011(代)