

高校生のための安全読本

はじめに

近年、全国的に犯罪や交通事故の被害に遭ったり、地震等の自然災害に遭遇することにより、多くの尊い命が失われています。

本県でも、平成 20 年 5 月に下校途中の女子高校生が殺害されたほか、通学途中に児童生徒が交通事故により命を奪われるなど、大変痛ましい事件事故が後を絶ちません。

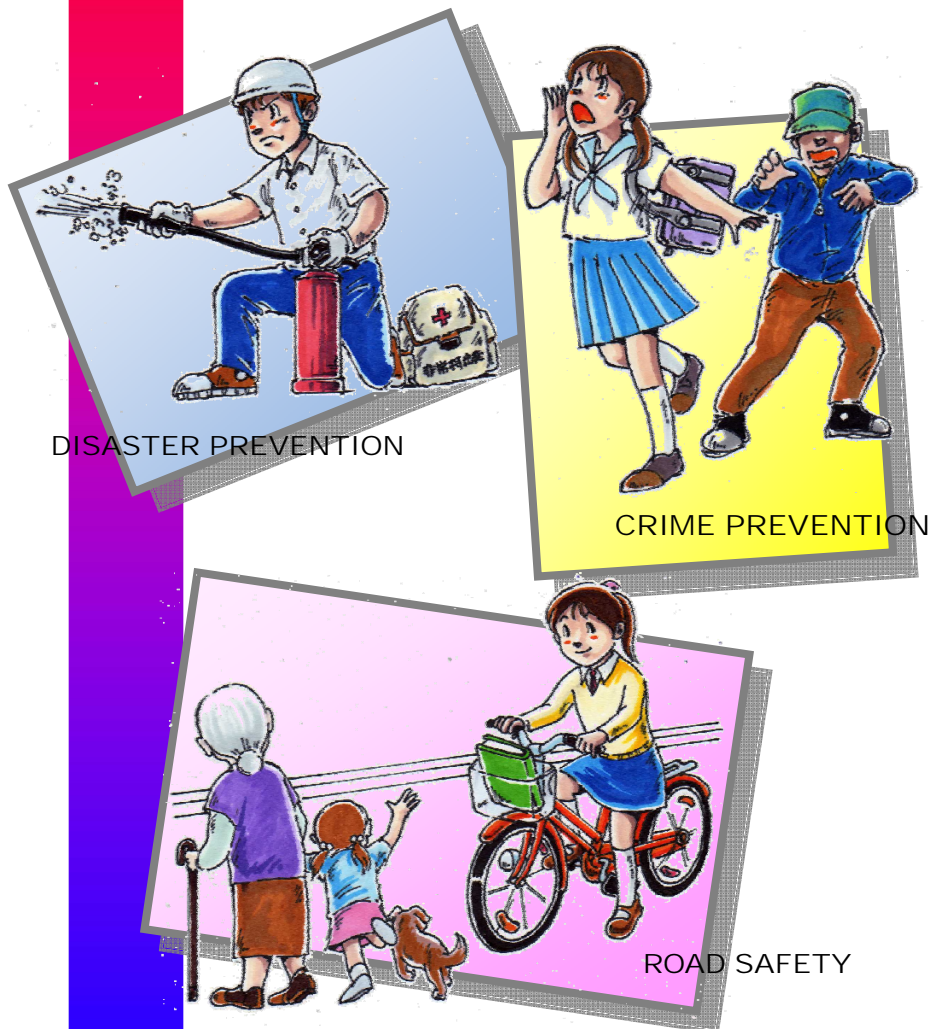
また、心の病や人間関係のトラブルなどから、自分のからだを傷つけたり、自ら命を絶ってしまうケースも報告されているところです。

さらに、情報化社会に伴うインターネットの普及は、私たちに様々な恩恵をもたらした反面、迷惑メールや架空請求詐欺など新たなトラブルや犯罪を誘引し、大変、危惧される状況にあります。

今や犯罪、交通事故や災害は他人事ではなく、身近に潜み、いつ、誰に襲いかかるか分からない存在となっています。

この安全読本は、身近で起こり得る犯罪や交通事故から身を守るための方法や、災害・トラブル発生時に備えた注意事項などをまとめたものです。皆さん一人ひとりが、この読本を活用し、身に起こり得る危険を予測して、その危険を回避し、自他ともに尊くかけがえのない命を守っていただけることを心から願っております。

愛知県教育委員会
健康学習課長



愛知県教育委員会

◆ はじめに

■ 第1章 防犯編

1 児童生徒等を狙った犯罪

- ① 少年の刑法犯被害者数…………… 6
- ② 教育委員会が把握した不審者等の情報…………… 6

2 犯罪被害に遭わないために

- ① 不審者対策…………… 8
- ② ひったくり対策…………… 11
- ③ 自転車盗対策…………… 12

3 犯罪被害に遭ったり目撃したとき

- ① 「110番」のかけ方…………… 14
- ② 護身術…………… 17

4 サイバー犯罪から身を守るために

- ① 掲示板・チャット…………… 20
- ② 出会い系サイト…………… 22
- ③ 迷惑メール…………… 23

● 県警から…………… 26

● いのちの声①…………… 28

● 自分でやってみよう(防犯対策編)…………… 30

■ 第2章 交通安全編

1 交通事故の発生状況…………… 32

2 安全点検を確実に…………… 34

3 交通ルール・マナーを守る

- ① 車道では…………… 35
- ② 交差点では…………… 38
- ③ その他…………… 41

4 事故に遭ったときの対応…………… 44

● いのちの声②…………… 48

● 自分でやってみよう(交通安全対策編)…………… 50

■ 第3章 防災編

1 地震について

- ① 地震防災は、なぜ必要?…………… 52
- ② 地震発生のしくみ…………… 53
- ③ どのような被害が予想される?…………… 54
- ④ 気象庁の震度段階…………… 55
- ⑤ 地震災害への備え…………… 56
- ⑥ 地震が起こったら…………… 58
- ⑦ 地震がおさまったら…………… 60

2 風水害について

- ① 台風とは?…………… 61
- ② 集中豪雨とは…………… 62
- ③ 風水害への備え…………… 62
- ④ 風水害が起こったら…………… 66

3 防災用伝言ダイヤル・災害用伝言板…………… 68

● 自分でやってみよう(防災対策編)…………… 70

■ 第4章 日常生活編

1 熱中症を防ぐために

- ① 熱中症の症状とは…………… 72
- ② 熱中症を予防する…………… 73
- ③ 熱中症になったときは…………… 74

2 水難事故を防ぐために

- ① 水難事故発生状況…………… 75
- ② 水難事故を防止するには…………… 76
- ③ 水難事故に遭っている人を見つけたら…………… 77

3 落雷事故を防ぐために

- ① 落雷事故とは…………… 78
- ② 落雷を回避する方法とは…………… 79

4 日常生活のけがを防ぐために

- ① 高校生のけがの実態…………… 80
- ② 日頃のけがを防止するには…………… 81

5 知っておきたい応急措置

- ① 心肺蘇生法…………… 82
- ② 止血方法…………… 84

● 関係機関連絡先・相談窓口…………… 85

◆ おわりに～今後、私たちができること～

防犯編



1 児童生徒等を狙った犯罪

1 少年の刑法犯被害者数 ～ 愛知県警察資料から～

	愛知県内被害者数										
	合計	殺人	強盗	強姦	暴行	傷害	恐喝	窃盗	知能犯	風俗犯	その他
H20	20,938	5	33	46	383	349	255	18,855	65	238	709
H21	22,526	5	54	42	366	355	252	20,582	45	225	600

0 不審者等件数

愛知県内で被害にあった10～19歳の数
 ・知能犯：詐欺等， 風俗犯：強制わいせつ等

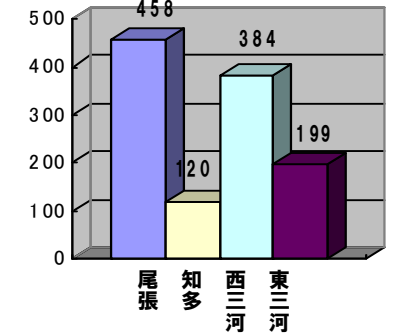
● 傾向

- 毎年、2万人以上の少年が刑法犯の被害に遭っています。また21年は前年に比べ、少年の刑法犯被害者数が増加しています。
- 殺人、強盗、強姦等の凶悪犯に巻き込まれた少年が100人を越えています。

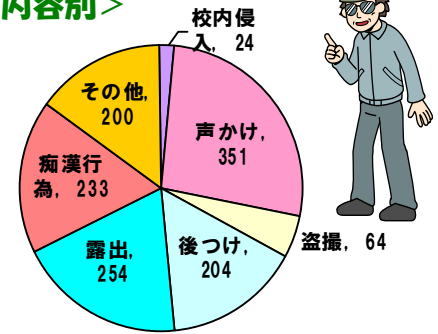
2 教育委員会が把握した不審者等の情報

平成21年度中に、県教育委員会及び市町村教育委員会が把握した県内の不審者等の発生件数は1,161件でした。

<地域別>



<内容別>



<県内では、このような犯罪被害が発生しています>

■事例1 声かけ被害①

帰宅途中の女子高校生に対し、男が「安城はどこですか」と道を尋ねるふりをして近づき、下半身を露出したり、胸やしりを触るといった事案が多発した。

■事例2 声かけ被害②

通学途中の女子高校生に対し、スーツ姿の男が、「教育委員会のものですが、最近高校生が大麻を所持していることが多いので検査します」と言って、かばんの中身を見たり、服の上から体を触ったりしてきた。

■事例3 連れ去り被害

徒歩で下校中の女子高校生が、後ろから来た車から声をかけられ、車内に連れ込まれた。そのまま数時間連れ回わされたが、すきを見て自力で車外へ逃げ出し、近くの人に助けを求めた。幸いにも被害はなかった。

■事例4 強制わいせつ被害

帰宅途中の女子高校生に対し、後方から近づいてきた男が首を絞め、「声を出すな、下着を脱げ」等と脅迫し、わいせつな行為に及ぶという事案が発生している。



■事例5 ひったくり事件

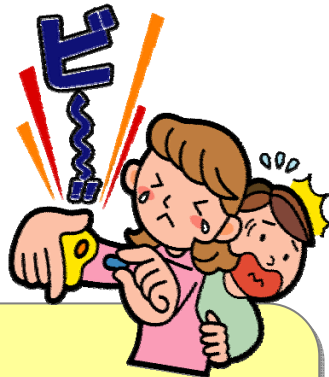
帰宅途中の女子高校生が、後方から近づいてきたバイクの男に、自転車の前かごに入れていたかばんをひったくられた。

2 犯罪被害に遭わないために

1 不審者対策

(1) 傾向 ～平成21年中の本県における被害状況から～

- 被害件数(県警統計より)
 - ・強姦 ～ 80件 (4.6日に1件発生)
 - ・強制わいせつ ～ 389件 (1.1日に1件発生)
 - ・声かけ、つきまとい ～ 327件
 - ・連去り容疑 ～ 10件
- 被害時間
 - 午後8時 ～ 午後10時が36%
 - 午後4時 ～ 午後8時が17%



(2) 対策

① 心構え

- 常に周囲に気を配る。
 - ・時々、後方を確認しましょう。
- 人通りの多く明るい道を選ぶ。
 - ・危険な時は、大声で助けを求めましょう。
- できるだけ、複数で行動する。
- 防犯ブザーを持つ。
 - ・周りから見える場所に付け、普段からブザーの点検をしましょう。
 - ・背後から抱きつかれた場合でも、手が届く場所に付けましょう。

② 状況別対策

“自分の身は自分で守ろう 防犯意識セルフチェック!”

●CHECK1「外出時」

- ① 街路灯がなく、人通りの少ない暗い場所は避けている。
- ② 危険が察知できるよう、携帯電話で話をしながらやメールを打ちながら、又はヘッドホンで音楽を聴きながらなど「ながら歩き」はしていない。
- ③ 自転車に乗っているときも周囲に気をつけている。
(※自転車ごと押し倒されるケースもあります。)
- ④ 車から声をかけられた時、相手から届かない距離を保つようにしている。
- ⑤ 外出時には、必ず防犯グッズを携帯している。
- ⑥ 外出する際は、行き先や帰宅時間、同行者等を、家の人に伝えている。

●CHECK2「帰宅・在宅時」

< 帰宅時 >

- ⑦ 直ぐに鍵を出せるように、かばん等の中が整理されている。
- ⑧ 周囲を確認してから鍵をあけている。
- ⑨ 玄関に入ったら直ぐに鍵をかけている。



< 在宅時 >

- ⑩ チャイムが鳴っても無防備に玄関を開けず、チェーンをかけたままドアを開けたり、覗き窓等で相手を確認するようにしている。

●CHECK3「就寝中」

- ⑪ 寝る前に必ず施錠確認をしている。
- ⑫ 網戸のままで就寝していない。

●CHECK4 「エレベーター内で」

- 13 できるだけ、知らない人と二人きりで乗らないようにしている。
- 14 周囲を確認してからエレベーターに乗り、操作盤に手が届く位置に壁を背にして立つようにしている。
(※周囲に目を向け、いざという時は非常ボタンを！)

●CHECK5 「電車内で」

- 15 混雑する車両は避け、比較的空いている通路付近(座席前)に立つようにしている。
- 16 不審者にターゲットにされないため、乗車する時間や車両を変えている。
- 17 痴漢被害に遭ったら、我慢せずに「やめてください」とはっきりと意思表示し、周囲に助けを求める準備がある。



●CHECK6 「心がまえ」

- 18 「もしかしたら、自分も何らかの被害に遭うかもしれない」という危機感をもっている。
- 19 身の危険を感じたら、大声を出したり、全速力で逃げる自信がある。
- 20 万一、被害に遭ったとき、どこへ知らせ、誰に相談するか、自分なりに決めている。

結果をチェック！あなたのチェック数は？

個

◆◆診断結果◆◆

- 18 個以上 OK,その調子で!
- 17~11 個 もう少し、油断は禁物!
- 10 個以下 要注意、既に狙われているかも

2 ひったくり対策

(1) 傾向 ~ 平成21年中の本県における被害状況から ~

- 被害件数 ~ 1,555 件
- 被害時間
 - ・午後8時から午前0時の間が最も多い。
- 被害場所
 - ・ほとんどが路上で発生
- 被害者
 - ・被害者の89.6%は、女性
 - ・約72.1%が歩いている時に被害
- 手口
 - ・犯人の約57.4%は、バイクを使用。追い抜きながら、又はすれ違いざまに、手や肩から提げているバッグ、自転車の前カゴに入れているバッグをひったくる。



(2) 対策

① 歩くとき

- バッグ等は車道と反対側に持つか、タスキ掛けにしましょう。
- 歩道、車道の区別のある道、人通りの多い道、明るい道を選んだり、意識的に車道から離れて歩きましょう。
- 後方からのバイク音には、立ちどまり、振り返って、確認しましょう。

② 自転車のとき

- バッグ等を載せるときは、自転車のカゴにひったくり防止ネット等を使用しましょう。ネット等がない時は、荷物の上に雑誌等を置きましょう。
- 見通しが良く、明るい道を選びましょう。



3 自転車盗対策

(1) 傾向 ～平成21年中の本県における被害状況から～

- 被害件数
 - ・27,408件 毎日75件以上が発生
 - ・被害者の38.8%が中高生
- 被害場所
 - ・駐車(輪)場 ～約71.4%
 - ・道路上 ～約12.5%
- 施錠状況
 - ・鍵のかけ忘れによる盗難は、約45%



(2) 対策

<見通しがよい場所に止め、鍵をかける>

- たとえ短時間でも鍵をかけましょう。
※ 鍵 ～ JIS 規格適合 (P.13参照)
- ワイヤー錠等の補助錠によるツーロックを心がけましょう。

ツーロックはどうやってするの？

**JIS 規格に適合する強度の高い馬蹄錠や
ワイヤー錠を組み合わせると鍵をかけて下さい。**

【新しく購入する場合】

- JIS 規格に適合した施錠設備
が2つある自転車を選び。

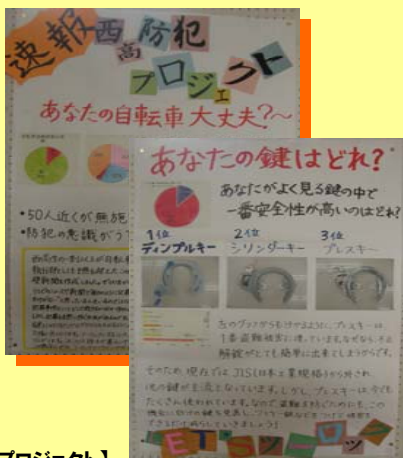
【自転車に鍵が1つある場合】

- 丈夫なワイヤー錠などを活用
してツーロックして下さい。

【自転車に施錠設備がない場合】

- JIS 規格に適合した鍵を複数
取り付ける。

県立一宮西高等学校【西高防犯プロジェクト】



鍵の選び方

◆「JIS 規格適合」の鍵を使おう！

【JIS 規格に適合した錠の例】

■馬蹄錠 (ディンプルキー)



■馬蹄錠 (シリンダーキー)



【JIS 規格外の錠】

構造が簡単で防犯性の低い「プレスキー」「箱形錠の単独使用」は規格外

■プレスキー



■箱形錠



- ・製品に **JIS マーク** が表示されている鍵を選びましょう。
※JIS「日本工業規格」
…工業標準化法に基づき、
制定される国家規格。

■ワイヤー錠



3 犯罪被害に遭ったり目撃したとき

1 「110番」のかけ方

事件や事故等を目撃したり、被害に遭った場合は、迷わず「110番」通報しましょう。

(1) 心構え

- 冷静な対応を
- 怪我人等がいる場合は、救急車等(「119番」通報)を優先
※ 緊急でない場合 → 地元の警察署へ通報

(2) 「110番」通報の仕方

「110番」通報すると、警察本部の警察官が応対し、次の内容を問われます。

Q1 「事件ですか?」「事故ですか?」

・「連れさり」「交通事故」などと通報内容を簡単に話して下さい。

Q2 「場所はどこですか?」

- ・正確な住所、番地まで必要はありません。
- ・地名や近くにある交差点名・建物等、目標となる場所を話して下さい。

< 目標物等がない場合 >



道路標識柱に貼付してある「道路標識管理番号シール」を確認し、各列の数字に空けられているパンチ穴の部分を答える

この場合、管理番号は、
「●-142」と報告する。
→ 警察で場所の特定が可能

Q3 「いつ(何時)のことですか?」

・事件や事故が発生した時間を話して下さい。

例)「今から5分位前です」

… 犯人がどこまで逃げているか等の判断材料となります。

Q4 「犯人の特徴と逃走方向などを教えてください」

○ 犯人の特徴

- 性別 (男か女か)
- 年齢 (何歳位か)
- 体格等 (身長: 何cm位)
- 体型 (太い・中肉・細い)
- 髪型 (形・長さ・色)
- 顔の特徴
- 服装 (色、特徴: 上着/ズボン/靴/帽子/メガネ等)



○ 逃走方向

- ・どちらの方面(方向)に逃げたか

○ 逃走方法

- ・逃走手段 (自動車・オートバイ・自転車・徒歩等)
- ・ナンバー、車種(車名)、塗色

Q5 「被害の模様や現場の様子を教えてください」

・特に交通事故の場合には、怪我人等の有無や事故の状況を説明します。※ 救急車、レッカー車等の手配の必要性を判断します。

Q6 「あなたのことを教えてください」

- ・住所、名前等を聞かれます。
- ・警察が他に通報者の名前等を漏らすことはありません。

■このページをコピーして、活用して下さい。

110番通報メモ				
いつ				
どこで				
犯人の特徴				
人相 体格	性別	男・女		
	年齢	歳位		
	身長	cm位		
	体型	太・中肉・細		
	髪型	形 長さ 色		
	顔	形 特徴		
服装	色			
	特徴			
	上着	ズボン		
	靴	帽子		
	メガネ その他	所持品		
逃走方向				
逃走方法	自動車	オートバイ	自転車	徒歩
	ナンバー			
	車種			
	車名 塗色			
状況				

2 護身術

犯罪被害に備え、「護身術」を身につけよう

(1) 護身術とは、

暴漢等に対抗するためのものではなく、一時的に相手をひるませ、その際に「助け」を求めたり、逃げる等して難を逃れるものです。

(2) 注意事項

○ 危険と思われるところに行かない

危険が予想される場所は絶対に避ける。昼間は心配のない場所でも、暗くなると極めて危険な場所に急変することもあります。

○ 大声を出すこと

叱咤の時に声を出せなくなることがあります。そんな時のために防犯ブザーを用意しましょう。

○ 相手がひるんだら逃げる

相手を捕まえようと思わず、相手がひるんだ隙に逃げましょう。また、護身術は必要最小限度で行って下さい。

○ 物に対する執着心を捨てる

身に危険が迫ったときには、荷物を投げ出してでも、自分の体を守り抜くことだけに専念しましょう。

○ 隙（すき）をつくらない

携帯でメールをしながら歩く、イヤホンで音楽を聴きながら歩く、そんなときに襲われるケースも少なくありません。いつでも周囲の状況の変化に対応できるように心がけましょう。



(3) 対処方法

これらで相手がひるんだすきに、**逃げる**ことが大切です！

① 持ち物を利用した対処法

傘

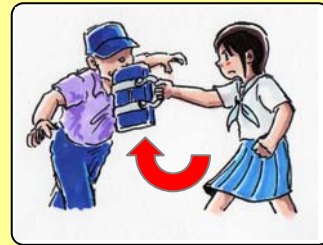


■上下に傘を動かす

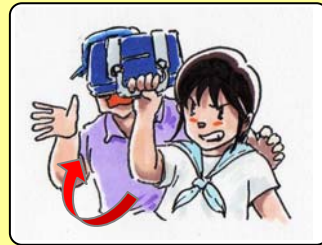


■8の字に回して距離を保つ

かばん等



■顔等をめがけて、前方や後方へ思い切りかばんを振り上げる



ボールペン・携帯電話等

■相手に背後から羽交い締めされた場合、携帯電話や胸ポケットにあるボールペン等を利用し、その先端部で相手の手の甲を刺して逃げる。

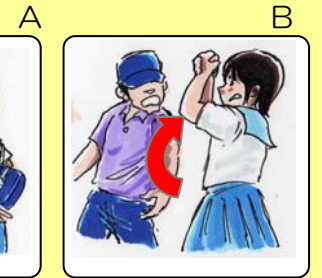


② 持ち物がないときの対処法

相手に手首をつかまれた場合



■A 五指を開き、手のひらを下に
向けて水平に引き抜く



■B 両手を合わせ、上方へ
一気に引き抜く

前から迫って来た場合



■あごに拳底部を突き出す



■手のひらで顔面をたたく

後ろから羽交い締めされた場合



■踵で足の甲を踏みつけたり、すねを蹴る



■後頭部を顔面に打ち付ける

4 サイバー犯罪から身を守るために ～携帯電話・インターネットを利用した犯罪～

1 掲示板・チャット

(1) “掲示板・チャット”とは

いずれもインターネット上で気軽に見知らぬ人と会話ができる仕組みで、匿名で書き込みができます。

○ 特徴

- ・ 掲示板…何時でも書き込み可能
- ・ チャット…リアルタイムでチャットルームにいる人と会話可能

○ 危険性

- ・ 匿名で書き込みができることから、会話の表現が過激になったり、軽い気持ちで自分や他人の個人情報を書いてしまい、誹謗中傷や名誉毀損、ストーカー行為に発展するおそれがあります。



こんな罪に問われます

☆ 掲示板での犯罪予告

- ・ 「脅迫罪」や内容により、「威力業務妨害罪」に問われることもあります。

☆ 特定人物への暴行呼びかけ

- ・ 「暴行罪」をそそのかす場合や犯罪の首謀者と同じように処罰されることもあります。



(2) トラブル防止のポイント

■ インターネットの向こうには人がいることを認識する。

言葉を発するか、文字で表すかの違いのみで、日常のコミュニケーションと何ら変わりません。

■ 書き込む内容や表現に気をつける。

相手が見えないことから、何気ない一言が相手を傷つけたり、書き込む内容が過激になる傾向があります。

■ 掲示板、チャットでは個人情報を書かない。」

誰が会話内容を見ているか分からないことから、不用意に個人情報をインターネットに掲載したりすることがないように十分に注意して下さい。



◆ 掲示板等で誹謗中傷や個人情報を発見した場合には

- ① 一人で悩まず、保護者、先生等へ相談しましょう。
- ② 掲示板の管理人、提供プロバイダーに電子メールで削除依頼して下さい。応じない場合は、プロバイダ責任制限法による措置が適用される可能性があるため、最寄りの警察署へ相談しましょう。
- ③ 掲示されている内容が悪質な場合、直ぐに最寄りの警察署へ相談しましょう。

※ 警察署へ相談する際は、保護者や先生と一緒に。

※ 証拠資料を確保するため、掲示板の内容は保存すること!!



2 出会い系サイト

(1) “出会い系サイト”とは

知らない人同士の出会いの場を提供するサイト。法律で18歳未満の青少年は、出会い系サイトを一切利用できないことになっています。出会い系サイトを利用したために、児童買春、強姦、恐喝等の被害に巻き込まれるケースが発生しています。**絶対に利用しないで下さい。**

また、出会い系以外のサイトでも、同様の被害にあう可能性がありますので、サイトで知り合った人とは会わないようにしてください。

■事例① 児童買春・児童ポルノ禁止法違反

出会い系サイトで知り合った女子高生（16歳）に現金を供与して名古屋市内のホテル客室にて淫らな行為をした会社員の男（43歳）児童買春・児童ポルノ禁止法違反で検挙した。 【三河・平成21年9月】

【出会い系サイト規制法】

18歳未満の児童との性行為等を勧誘するインターネット上の書き込みに対し、成人、児童とも処罰の対象としている。

※罰則：100万円以下の罰金

■事例② 児童福祉法違反（児童淫行）

家出サイトを利用して宿泊場所を探していた女子中学生2人に対して、同女等を自宅に宿泊させた上、淫らな行為をし、その後同様のサイトを利用して別の男に順次女等を引き渡し、それぞれの男が同様に淫らな行為をしたことから、名古屋市の会社員の男（34歳）、奈良県の自営業の男（30歳）、滋賀県の派遣社員の男（29歳）をそれぞれ児童福祉法違反（児童淫行）により一斉検挙した。

【名古屋・平成21年6月】



(2) トラブル防止のポイント

■出会い系サイトの勧誘メールは無視する

携帯電話等に届く出会い系サイトの勧誘メールは無視しましょう。好奇心から覗いてみようと、**ワンクリック**すると**会員登録**され、不当な請求が届くおそれがあります。

■フィルタリング機能を利用する

インターネット上の有害サイトを画面に表示しないように制限する機能は携帯電話会社等で付加することができます。

3 迷惑メール

(1) “迷惑メール”とは

■利用者が望んでいないメールで次のようなものがあります

- ・不幸の手紙などのチェーンメール
- ・架空請求、フィッシング詐欺のメール
- ・アダルトサイト、出会い系サイトの広告宣伝メール
- ・ウイルス感染メール 等

(2) トラブル防止のポイント

■メールアドレスを不用意に公開しない

不用意にメールアドレス等の個人情報を公開すると、自動収集され、迷惑メール送信に利用されるおそれがあります。

→インターネット上の掲示板、自分のWebサイトはもちろん、街頭でのアンケート、店の会員登録にも注意が必要

■迷惑メールの拒否機能を利用する

プロバイダや携帯電話会社が提供する迷惑メールの拒否機能を利用し、受信拒否をしましょう。

■返信や転送は絶対にしない

迷惑メールを受信した場合、返信や転送をやめましょう。誤って返信や転送した場合には『連鎖被害の危険』があります。





メールの落とし穴

● チェーンメール

○ チェーンメールとは…

連鎖的に電子メールを送らせる迷惑メール。人の善意や関心、不安、恐れを巧妙に利用し、多くの人に転送を促す文章が含まれれば **チェーンメールの可能性**が大了

【例文】

「この電子メールを〇〇人に転送しないと、災いがかかります。(不幸になります)」

■ チェーンメールは、迷惑行為

どんな面白い内容でも、人に知らせたい内容でも、チェーンメールは迷惑行為です。受け取った相手が不快な思いをすることを考えて下さい。

■ 巧妙化、悪質化するチェーンメールを見抜く

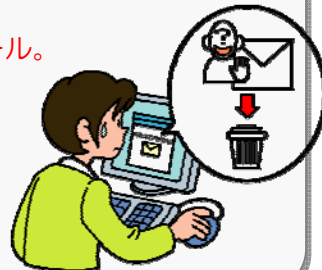
チェーンメールには、「Rh マイナスの血液が不足しています。」「可哀想な犬が路頭に迷っています。飼ってくれる人はいませんか。」等。一見すると現実に困って人がいるかのように書かれたものもあります。

→ 「〇〇人に転送してください」

との文章があれば、チェーンメール。

■ チェーンメールを受け取ったら…

必ず、自分のところで止めること!!



● 架空請求詐欺

○ 架空請求詐欺とは…

使った覚えのないアダルトサイトや出会い系サイトの請求をする詐欺



■ アダルトサイトや出会い系サイトを利用しない

・ 架空請求が来ても利用したことがなければ、きっぱりと断れるはず。 **フィルタリングソフト**を活用し、怪しいサイトへのアクセスを制限しましょう。

■ 架空請求の電子メールを見極め、返信しない

・ 架空請求は、基本的に無視しましょう。

※ 簡易裁判所の少額訴訟制度や支払命令の制度を悪用したものもある。
→ 裁判所からの「呼び出し状」があった場合、本物の裁判所の連絡先を調べて、その真偽を確認。

● フィッシング詐欺

○ フィッシング詐欺とは…

フィッシャーと呼ばれる詐欺師が、銀行やショッピングサイトを装った電子メールを発信し、あたかも本物のサイトのようにつくられた Web サイトにアクセスさせ、銀行口座や暗証番号、クレジットカードの個人情報を不正に入手し、入手情報をもとに金銭を騙し取ったり、カードを利用し勝手に買い物等をするものです。

■ 不審な電子メールに返信しない

少しでも怪しいと感じた電子メールには返信したり、そこに書かれたアドレスにはアクセスしないで下さい。

※ 金融機関から電子メールで、口座番号や暗証番号、クレジットカード番号を聞いてくることは絶対にありません。



県警から伝える「あかずきんちゃんの声」

平成21年4月、性犯罪等の未然防止を図るため、愛知県警察本部地域安全対策課内に、「子ども・女性被害防止対策室」が設置されました。対策室では、寄せられた被害者の方々の声を「あかずきんちゃんの声」として紹介しています。

◆◆◆ 事案1 ◆◆◆

車に乗った男が、2か月にわたり、登校中の女子高校生らに対し、反復継続待ち伏せたり、つきまとったりする事案が連続発生。

《あかずきんちゃんの声》(被害者の声)

- 「何かある前に解決して欲しい」と願っていても、「何かなければ警察は動かない」と思っていました。今回、担当の刑事さんが親身に話を聞いてくれたり、迅速に動いて不審者を捕らえてくれたので、大変感謝しています。



◆◆◆ 事案2 ◆◆◆

男が、通行中の女性らの後をついたり、容姿を携帯電話のカメラで隠し撮りする事案が発生しました。

《あかずきんちゃんの声》(被害者の声)

- イヤな思いをしていたので、思い切って警察に打ち明けて良かった。これで安心して生活できます。
- 自分が知らない間に、自分の姿を撮られていたと知り、驚きました。自分の画像が回収されて良かったです。
- 自分の画像が知らない男の手元にあったと思うと気味が悪いです。取り返してもらい、ほっとしています。



気をつけて! ~警察からのアドバイス~

性犯罪は、被害者の身体だけでなく、心まで傷つけ、心に深いダメージを与える恐ろしさがあります。みなさんが性犯罪の被害者にならないために次のポイントに気をつけてください。

- ◆ 「もしかして被害に遭うかもしれない」という防犯意識をもちましょう。
- ◆ 帰宅時等は後ろを振り向くなど周囲に気を配りながら歩きましょう。
- ◆ 周りに不審者がいないことなどを確認してからドアを開けましょう。
- ◆ 防犯ブザーを周囲から見える位置につけましょう。
- ◆ 町中でもできる限り人通りの多い道を通りましょう。
- ◆ 街路灯がなく人通りの少ない暗い道は避けましょう。



◆◆◆ ご活用ください ◆◆◆

○携帯電話向けメールマガジンパトネットあいち

警察では、県民の皆さんが「安心」して暮らせる「安全」な愛知の確立を目指しており、そのための各種警察情報をタイムリーに提供しています。



○愛知県警察ホームページ

皆さんからお寄せいただいた不審者等情報の中でも、特に子どもや女性に対する声かけやつきまといといった、性犯罪につながりかねない不審者等の情報・行為者を検挙した情報を、順次掲載しています。

◆ <http://www.pref.aichi.jp/police/>



セイフティ愛知へ。



いのちの声 「誰の命もこの世でたった一つ」

～両親を殺害され人生が一変した
青木聡子さんの思い～



私の父母は、覚醒剤の常習者に殺害されました。

犯人は、覚醒剤を買うお金欲しさに家に侵入物色中、外出先から戻った父母を包丁で滅多刺しにしました。

父母を殺害され、私の人生は一変しました。事件の3ヶ月前に結婚したばかりで、ようやく両親に親孝行できると思っていたのですが、もう孫の顔を見せることも叶いません。事情聴取や現場検証のため仕事はしばらく休職しました。血まみれになった殺害現場の家は、当然、そのままでは住めず、被害者遺族の私たちが現場を掃除し、改装工事をしました。加害者は無職で支払い能力がないので私たちがその支払いをしました。両親の命を奪われただけでなく、こうした二次被害にも苦しみました。私の妹は、職場と事件現場が近く、毎日その現場近くに通勤しなければならない精神的な辛さから転勤をしました。私は、事件から14年たった今も、父母が殺害され倒れている現場の様子がカラー写真のように色鮮やかに頭の中に焼き付き、その記憶が薄れることはありません。

犯人が逮捕され裁判が終わり、犯人にどんな厳罰が処されても、父母はかえってきません。私たち遺族ももちろん事件前の生活には戻れませんし、一生事件の記憶との戦いが続き、事件を背負って生きていかなければなりません。

近年、芸能人の覚醒剤や大麻の所持使用事件が大きく報道されていますが、芸能人でなくとも私たちの身近でも簡単に入手ができます。「やせ薬」と称した薬を知人やインターネットから購入、最初は好奇心や「一度ぐらいなら」と軽い気持ちだったはずが、止められなくなるのが薬の怖さです。結果、私の父母のように何の関係もない者が命を奪われ、遺された家族、薬を使った本人もその家族友人、多くの人々の人生を破滅させることとなります。

あなたの命が明日もあるという

保障はどこにもない…



犯罪は私たちのすぐ隣で起きています。自転車泥棒・痴漢・万引き・恐喝・ひったくり・車上狙い・空き巣…。殺人も決して特別なことではなく、いつ、誰がその被害者となってもおかしくないのが今の日本です。

そして、仮に命を奪われることはなく、盗られた物が返却・弁償されたとしても、それが「被害からの回復」ではありません。被害に遭った恐怖や悲しみといった「心の傷」の回復には一生掛かるくらいの長い時間が必要です。

学校から帰宅したら、ご家族どなたかが何者かに殺害されていたら…。あなたはどうしますか。何かできますか。生活収入は維持できるでしょうか？家事・育児・介護・ご病人の世話等、日々の暮らしに支障はありませんか？変わらず通学・卒業できるでしょうか？希望の学校や就職先に進めるでしょうか？

「犯罪被害に遭う」ということは、当り前の毎日の続きができなくなるということです。将来も未来も変えられてしまうということです。

どうぞ、知ってください。「今在るあるあなたの命が、明日もあるという保障はどこにもない」ということを。「病気にもならず事件事故にも巻き込まれず、今日一日を終えられることは奇跡に近い」ということを。

そして「誰の命もこの世でたったひとつ。スペアもなければ、リセットもできない」ということを。かけがえのないたった一つの命を大切に。まわりの方の命も。そしてあなたの命も…。

殺人事件遺族 青木 聡子

● 青木 聡子さん プロフィール ●

1996年7月、愛知県名古屋市内で発生した殺人事件で両親を失ったことをきっかけに、2000年9月に犯罪被害者自助グループ「緒あしす（おあしす）」を発足。体験や思い出を分かち合うとともに、各講演会等で学生や社会人に、命の大切さを訴えている。

自分でやってみよう! ～防犯対策編～

①防犯ハザードマップを作ってみよう

- ◆登下校中、不審者が現れた場所や現れそうな場所
- ◆不審者に会った時逃げ込めるところ(「子ども110番」等)

みんなで情報を持ち寄り、警察署等からもアドバイスをもらい、一つのマップにまとめてみよう。マップは校内に掲示したり、生徒や保護者に配布をするなどして、防犯への意識を高めよう。



県立豊橋東高等学校(ヒヤリ・不審者警戒マップ)

②今までのヒヤリ体験と対応策をまとめてみよう

登下校中に不審者に会ったり、見かけるなどして、「これは危険だな」と感じたこと等をまとめてみよう。そして同じような目に遭わないようにするには、具体的にどうしたらよいか、次のような観点で自分なりにまとめておこう。

- ①犯罪・被害に遭わないために
→P. 8～13の「心構え」「セルフチェック」を参考に。
- ②犯罪被害に遭ったり目撃したとき
→P. 14～19の「110番のかけ方」「護身術」を参考に。

交通安全編



1 交通事故の発生状況

◆交通事故の発生件数（平成 21 年中）



(1) 愛知県の交通事故死亡者数

平成	18	19	20	21
合計	338	288	276	227
うち高校生	9	4	7	6

(2) 高校生の事故形態別死傷者数

	歩行者	自転車	二輪車	四輪車	その他	合計
死傷者数	65	1938	195	229	0	2427
内死者数	0	3	2	1	0	6

※(1)(2)ともに平成 21 年 愛知県警察本部交通部交通総務課資料より

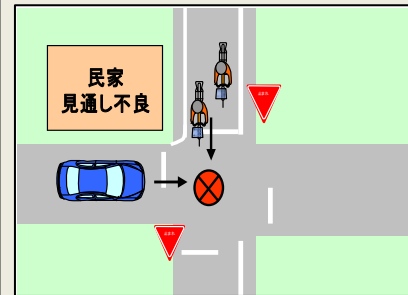
● 傾向

- 県内全体の死傷者数は減少してきているが、高校生の死者数は横ばい状態である。
- 自転車による事故が多発しており、死傷者の数は歩行者の約 30 倍となっている。
- 死者数の半数は、自転車で走行中のものである。

<県内では、このような高校生の交通事故が起きています>

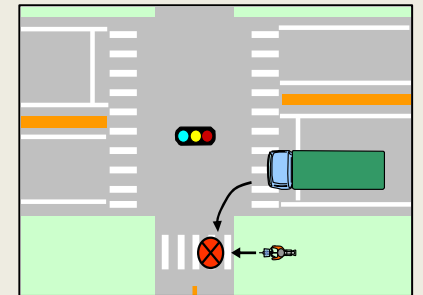
事例1 自転車運転中①

一時停止規制されている交差点で、普通乗用車と自転車2台が出合頭に衝突し、高校生2名が負傷。



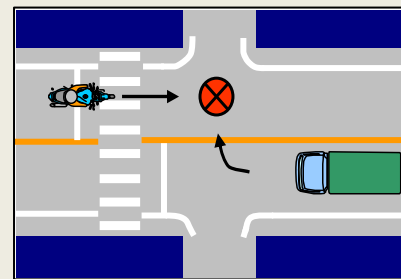
事例2 自転車運転中②

信号交差点で、左折してきた大型貨物車に自転車が巻き込まれ、自転車乗用中の高校生が死亡。



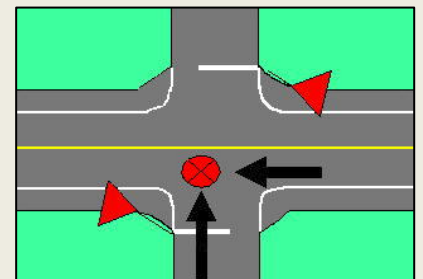
事例3 バイク運転中

普通自動二輪の高校3年生が、右折しようとした普通貨物車と衝突し死亡。



事例4 乗用車同乗中

一時停止規約のある交差点で軽四乗用車（高校生同乗）と普通乗用車が出会い頭で衝突。同乗者は死亡。



2 安全点検を確実に

○ 日常点検をしよう

ふだんから汚れをふき取ったり、油をさすなどして長い間、良い状態で乗れるよう、手入れをしましょう。

○ 定期点検をしよう

1か月に1回など、学校の委員会活動の時間等に、友達と点検しあうなど、日頃気づかないところに目を向けましょう。



どこを点検したらいいの？

【点検事項】

- ブレーキは前後とも良く効くか。
- ベルやブザーが良く鳴るか。
- ライトが明るくつくか。
- 反射器、反射テープが汚れたり、破れていないか。
- タイヤに空気が入っているか。タイヤはすり減っていないか。
- ネジのゆるみや異音がないか。部品は確実に取り付けられているか。
- ハンドルは、曲がっていないか。
- チェーンが緩んでいないか。
- ハンドルやサドルは体に合った正しい高さか。
- サドルは固定されているか。正しく調節されているか。



3 交通ルール・マナーを守る

○ 自転車は軽車両です

自転車は、自動車やバイク等と同じ**車両**の一種。

○ 車道通行が原則です

車道と歩道の区別がある道路では**車道**を**走る**のが原則。



1 車道では…

ルール① 車道の左端を通行する

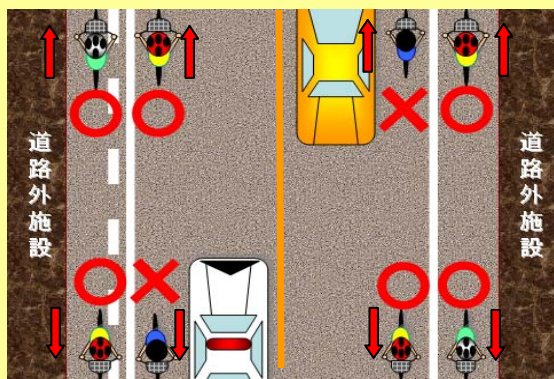


■ 歩道と車道の区別がない道路では、**道路の左端**を通行する。

■ 罰則：3月以下の懲役又は5万円以下の罰金
(車道通行・車道の左側通行等)

ルール② 路側帯を通行できる～車道と歩道の区別がない場合～

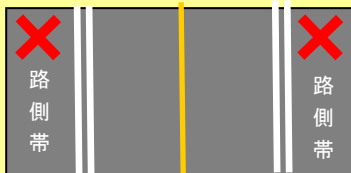
【自転車が行き通じ可能な路側帯】



【自転車が行き通じできない路側帯】

(歩行者専用路側帯)

このような路側帯は通行できません。



●例外

＜自転車は例外として次の場合に歩道を通行できます＞

① 標識や標示がある場合。



「自転車及び歩行者専用」の標識



「普通自転車通行可」の標示

- ② 13歳未満の子どもや70歳以上の人、車道通行に支障がある身体障害者が運転している場合。
- ③ 車道で道路工事をしている、車道の幅が狭く、車が多いなど、車道通行が危険な場合。

ただし！

歩道を通行する時には…



歩道は、どんな時にも**歩行者優先**です。次のことを守りましょう！

罰則：2万円以下の罰金又は料料

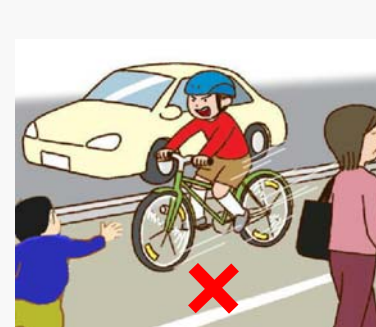
① 道路標示で指定されている部分を通行する。

② 標示がないときは、車道寄りを通行する。



③ すぐに停止できるような速度(徐行)で進行する。

④ 歩行者の通行を妨げそうなときは、一時停止する。



2 交差点では…

ルール① 「止まれ」の標識では必ず一時停止する。

- 一時停止後は、**交差点の右左を見て、近づいてくる車等を確認**しましょう。「止まれ」の標識がない交差点でも、一度止まって安全を確認しましょう。



注意！
一時不停止による交通事故が多発しています

- 罰則：3月以下の懲役又は5万円以下の罰金
(過失：10万円以下の罰金)

ルール② 信号に従って通行する。



- **青信号**に従って通行する前に、**一度止まり**、安全確認をしましょう。
- 「**歩行者・自転車専用**」の信号機があったら、その信号に従いましょう。

- 罰則：3月以下の懲役又は5万円以下の罰金
(過失：10万円以下の罰金)

ルール③ 自転車横断帯を通行する。

- 「**自転車横断帯**」の標識、「**横断歩道・自転車横断帯**」の標識がある場所は自転車横断帯により横断しなければなりません。



「自転車横断帯」の標識

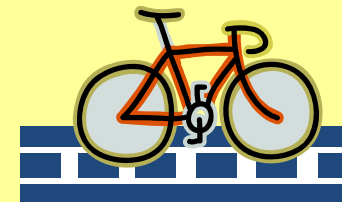


「横断歩道・自転車横断帯」の標識

- 罰則：(警察官等の指示に背いて、自転車横断帯を横断しなかった者) 2万円以下の罰金又は科料

◆ 横断歩道だけがあるときは、横断歩道を利用する

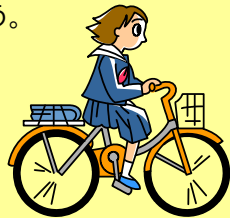
- 横断中の歩行者が多いときなど、歩行者の通行を妨げるおそれのあるときは、**自転車から降りて**横断歩道を渡る。
- 横断歩道を通るときに、**歩行者用信号機**があれば、その信号機に従う。



「歩道者用」信号機

ルール④ 「交差点進入禁止」の道路標示 がある交差点に入らない

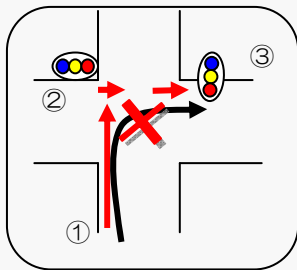
■道路標示の左側の歩道に
乗り入れ、「自転車横断帯」
を通して、交差点を渡りま
しょう。



「交差点進入禁止」の標示

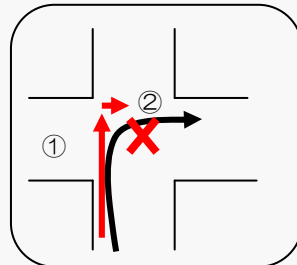
正しい右折方法

【信号のある交差点】



- ①青信号で進む
 - ②止まって向きを変える
 - ③青信号で進む
- ※青の矢印信号が右向きに出ているでも右折不可
※交差点に自転車横断帯があれば通行する

【信号がない交差点】



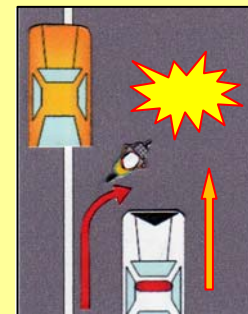
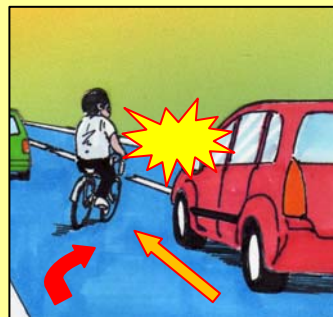
- ①交差点の向こう側で一度止まる
- ②安全を確認する（交差点の内周を外大回りで徐行して右折する）



3 その他

ルール① 進路を変更するときは、周囲の安全を確認める

■周囲の安全を確認してから、進路変更をしましょう。



- 罰則：後車に迷惑を及ぼす進路変更の禁止
(5万円以下の罰金)

ルール② 夜間は必ずライトをつける

■他の車や人に、自分が走っていることを知らせ、安全を確保するためにも、ライトをつけましょう



※前後輪のスポークにも
反射材を着けましょう。

- 罰則：夜間のライトの点灯義務
(5万円以下の罰金【過失も同じ】)

ルール③ 禁止行為を絶対しない

◆これらの禁止行為は、重大な事故につながります。

●二人乗り



2万円以下の罰金または料料

※16歳以上の人が幼児用の座席に幼児一人を乗せている場合などは、二人乗りになりません。

●並列走行



2万円以下の罰金または料料

※「並進可」の標識がある道路は、2台まで並んで走ることができます。(県内には非設置)

●歩行者通行妨害



2万円以下の罰金または料料

※歩道は、歩行者の通行を妨害しないよう通行しなければなりません。

●一時停止違反



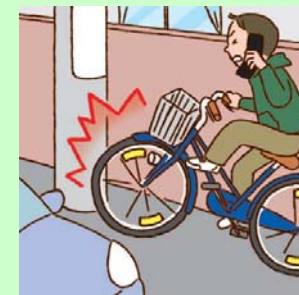
3ヶ月以下の懲役または5万円以下の罰金

●運転中のイヤホン使用



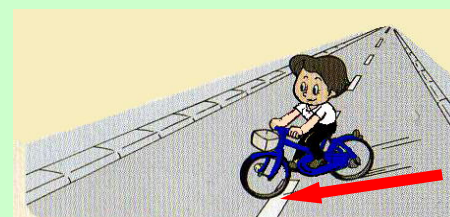
交通の法則に関する教則

●運転中の携帯電話使用



交通の法則に関する教則

●斜め横断・ジグザグ運転



交通の法則に関する教則

●傘さし運転



5万円以下の罰金

※カッパを着用するようにしましょう。

●無灯火運転



5万円以下の罰金

●信号無視



3ヶ月以下の懲役または5万円以下の罰金

4 事故に遭ったときの対応

自転車を運転していて、交通事故を起こした時は、できるだけ落ち着いて次のように行動しよう。

1 負傷者がいる場合、119番通報をする

- 自転車から降車し、負傷者を救護する。
→ 119番通報し救急車を呼ぶ
※負傷者にとっては、いち早く救命措置や治療をすることが必要。
- 一人で対応できない時は、近くの人に助けを求める。



2 自転車を止めて、安全な場所に移動する

- 二次的な交通事故を防ぐため、自転車を歩道などの安全な場所に移動させる。
※原則、負傷者は動かさない。但し、そのままの場所が危険な場合、安全な場所へ移動させる。

3 110番に電話して、警察に交通事故を通報する

- 速やかに110番通報し、警察に事故の様子を報告する。

P.14 「110番のかけ方」参照

※道路交通法で警察への通報が義務付けられている。

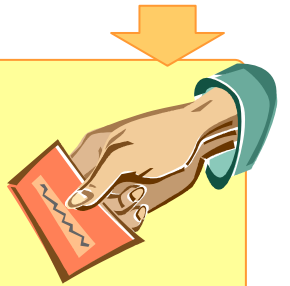
- 保護者・学校に連絡する。

報告すべきことがら

- 事故が起こった時間
- 事故が起こった場所
- 負傷者の数
- 負傷の程度
- 何がどれくらい破損したか。 …等

4 相手の名前・連絡先等を確認する

- 相手の名前、連絡先等を必ず確認し、自分の名前や連絡先等も相手に伝える。
※その場で怪我がないように見えても、後日、治療が必要になることがある。



5 病院で診察を受ける

- 事故の相手が負傷している場合、たとえ軽い怪我であっても、病院で診察させる。
- 自分自身も違和感がある場合、必ず病院へ行き、適切な検査や治療を受ける。



●参考 自転車保険について

◆ TSマーク付帯保険 ◆

万が一に備え、「自転車保険」へ加入を。
損害保険会社等では、各種自転車保険を設定しています。

- 年に1回、自転車安全整備店で点検・整備を受けると、その証としてTSマークが自転車に貼付されます。(有料)
- このマークには、賠償責任保険と損害保険の2つがセットになった付帯保険がついています。(有効期間は点検日から1年間)





問われる！加害者としての責任

● 事故を起こしたときに問われる責任は？

自転車の交通事故でも自転車側の責任が問われることもあります。

Q：自転車で交通事故を起こした時、どのような責任を問われますか？

A：自転車も車両の一種です。交通違反等をして交通事故を起こすと、未成年であっても次の責任を問われることがあります。

■ 刑事上の責任

相手に怪我させたり、死亡させた場合、過失傷害等の罪に問われる場合があります。

■ 民事上の責任

加害者は、被害者に対する損害賠償の責任を負います。数千万円の賠償金を支払わなければならない場合もあります。

■ 道義上の責任

加害者である責任が有り、被害者を見舞う等、誠実な対応が必要となります。



<このような加害事故が発生しています>

■ 事例1【～ H17.11.25 横浜地裁】

女子高校生が夜間、携帯電話を操作しながら、無灯火で走行中、前方を歩行中の看護師(57歳)と衝突。看護師には重大な障害(手足がしびれて歩行困難)が残った。 **判決 賠償額約5,000万円**

■ 事例2【～ H17.9.14 東京地裁】

男子高校生が朝、赤信号で交差点の横断歩道を走行中、旋盤工(62歳)の男性が運転するオートバイと衝突。工員は頭蓋内損傷で13日後に死亡した。 **判決 賠償額約4,032万円**

■ 事例3【～ H14.2.15 さいたま地裁】

男子高校生が朝、自転車で歩道から交差点に無理に侵入し、女性の保健勧誘員(60歳)が運転する自転車と衝突。保健勧誘員は頭蓋骨骨折を負い、9日後に死亡した。

判決 賠償額約3,138万円

※賠償額とは、判決文で加害者が支払いを命じられた金額。



“心のゆとり”が事故を防ぐ

- ・ **時間に余裕**を持って出発することで、あせりからくる無理な歩行、走行を防ぎましょう。
- ・ 道や横断歩道を渡るとき、**手を挙げたり、目を合わせる**などして、意志を伝えあいましょう。
- ・ **お年寄り**や**体が不自由な方**は、視野が狭くなったり、思うように体が動かなかったりします。その点を配慮して歩行、走行をしましょう。
- ・ **小さな子ども**は予想外の動きをします。突然の動きにも対応できるゆとりをもって歩行、走行をしましょう。



いのちの声「尊き命見つめて」

～交通事故で愛娘を失った

佐藤逸代さんの思い～



あれからいくつの季節を数えたでしょうか？
春は痛いです。梅の花が甘く香り、桜の花が空を優しい
ピンクに染めていく春を感じるたびに胸が痛みます。

3月は次女有希の誕生日です。4月は進級の季節です。あれから、毎年、主役のいない誕生日を過ごしてきました。今年は、高校3年生になっているはず。そうやって、学年をカウントしてきました。でも、居ないのです。高校はどの制服に身を包んだのかさえも分からない。有希の人生は12歳と4カ月、中学一年生で止まったままなのです。

「会いたい」と何度叫ぼうと、「抱きしめたい」と心の中で何回願っても、二度と、触れることも、声を聞くことも出来ない。10ヶ月間、私のお腹の中で息づき、12年と4カ月、泣いて笑って怒って、ともに成長してきた愛娘は居ないのです。

自動車という凶器により、突然、命を奪われたのです。いつものように元気に笑っていた彼女の命を、未来を、愛を奪ったのは赤信号無視という一人のドライバーの行いです。5年前の夏の出来事です。

ジリジリと照りつける太陽の季節が近づくと、毎年、体調を崩します。夏は苦しみです。有希が旅立った日が近くなると、「一緒に生きている」と言い聞かせる作業も無駄になります。7月17日の命日への時間が、有希が居ない現実として、目の前に突きつけられるからです。

私はあれから、二つの時間と二人の自分を持つことになってしまいました。有希を失ってからの止まってしまった時間と、その後も懸命に生きている時間。自分の命に変えてもいいと思っている娘すら守れなかった母親失格の自分と、もう二度と悲しい被害者を作らないために、使命感を持って生きている自分。二つの時間と、二人の自分、その間を行ったり来たりして生きています。



あなたに、佐藤さんの思い、伝わりますか…？

それは、言葉には表わすことの出来ない、永遠に続いていく苦悩です。愛娘を失った空虚、痛み、哀しみだけでは済まないのです。

これが、交通事故の現実です。車は便利なものという一面だけではなく、尊き命を奪うことになる凶器でもあるのです。車を操るのは、ドライバーという人間です。ハンドルを握る人の心の持ち方次第で、変化するのです。人を思いやる気持ちや、危険を察知する能力、それらが必要です。それは、歩行者や自転車であっても同じです。自分も人も傷つけない。そのために、どんな配慮や考慮、言葉がけや行動が必要になるのか、自分を大切に思う気持ちがあれば想像出来ると思います。自分も人も愛すること、その気持ちが優しさを生み出すのだと思います。

人は幸せになるために、この世に生を受けていると信じています。もちろん日常を送るということは、苦しいことや辛いこと悲しいこともあると思います。それでも、私たちは「今」を生きているのです。それは、当たり前のことではありません。ひとつの命が存在し、一人の人生という歴史を積み重ねていけるのは、「今」を生きているという繰り返しの時間、当たり前でない命を、大切にしてほしいと思います。自分にも、人にも、想像力を巡らせ、思いやりの気持で接することが、自分や人を守ることに繋がるのだと思います。被害者にも加害者にもならない。それが私の祈りです。

皆さんの健康と安全を心より願っています。

●佐藤逸代さんプロフィール●

幼稚園の先生として勤務され、結婚後、3人の娘さんの母親に。しかし、平成17年、次女の有希さんを交通事故で亡くされる。娘さんを失った経験をもとに「命の大切さ」を中学校、高等学校、警察関係等の講演活動で訴え続けてみえる。現在、心理カウンセラーとしても悩める人の心のケア、サポートをしている。



自分でやってみよう！ ～交通安全対策編～

◆ハザードマップ・新聞で交通安全をアピール！



県立豊田北高等学校【ハザードマップ】

- ・通学路の危険箇所
- ・自分や友だちのヒヤリ・ハット体験
- ・周辺での交通事故発生状況（警察署から情報提供）

上の3項目などをもとに、友だちや保護者、警察署の方などから情報を収集し、学校周辺のハザードマップを作成してみよう。

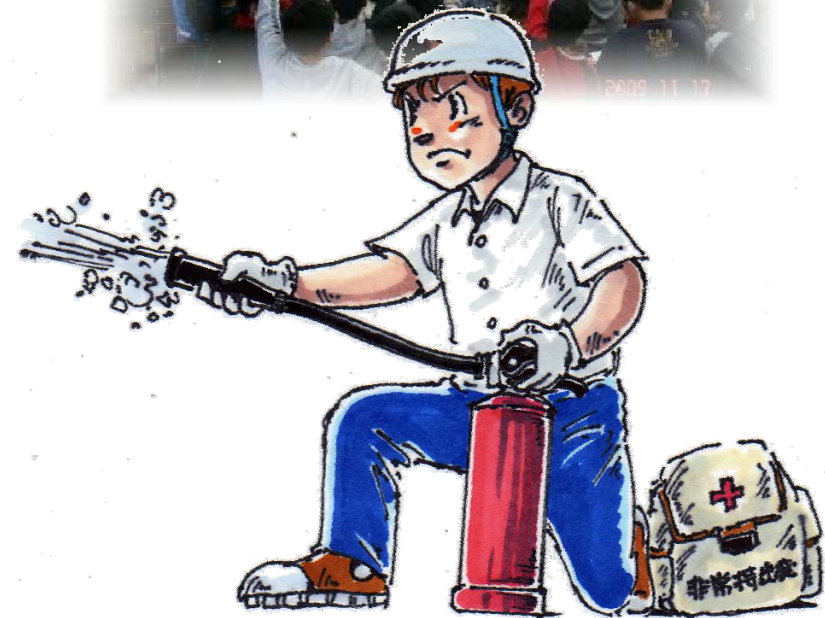
マップは校内に掲示したり、「交通安全新聞」に掲載するなどして、生徒や保護者にも配布し、みんなの力で情報を発信し、交通安全への意識を高めよう。

そして、自分自身、交通事故を起こさないためにどんなことを心がけるか、自分の交通安全目標を立ててみよう。

県立高蔵寺高等学校【啓発チラシ】



防災・減災編



1 地震について

1 地震防災は、なぜ必要？

東海地域では、近い将来に東海地震・東南海地震などによる大災害の発生が予測されています。

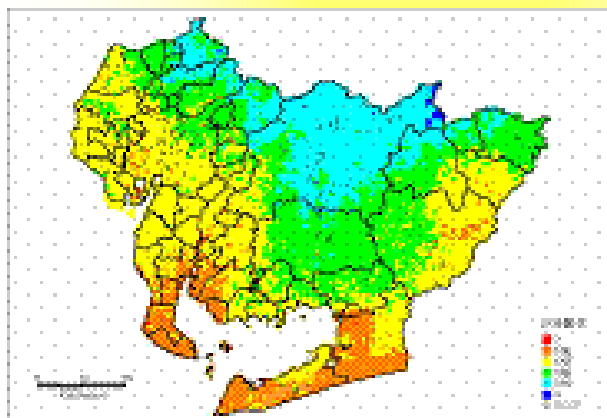
地震から命を守り、災害に適切に対応するために、地震災害を他人事と考えず、室内の安全確保、非常用品の準備など事前の備えをしていくことが必要です。



東海地方で想定される大地震は？

● 東海・東南海地震などの海溝型巨大地震 ●

駿河湾から四国沖につながるプレート境界では100年～150年おきに繰り返し巨大地震が発生しています。しかし、駿河湾から遠州灘では150年以上発生していないため、いわゆる「東海地震」の発生が危惧されています。



また、1944年の東南海地震から65年以上がたち、東海地震・東南海地震が同時に発生する可能性もあります。この場合、静岡県・愛知県・三重県の広い範囲で震度6弱以上になるといわれています。

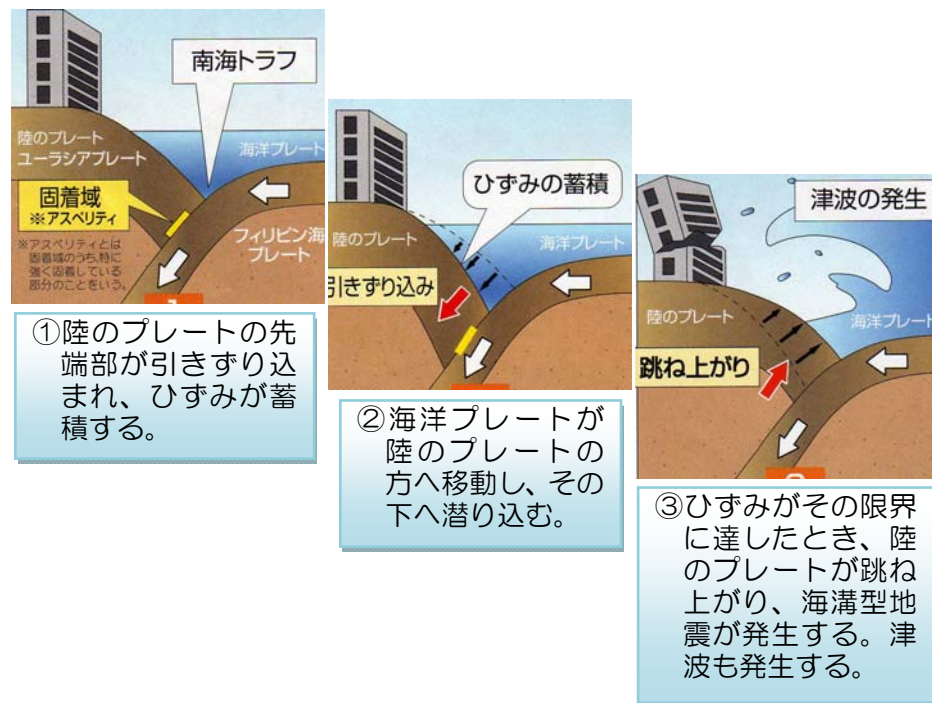
● 内陸活断層の地震 ●

東海地方には多くの活断層があることが知られています。活断層の地震は都市の足下で発生するので狭い範囲で強い揺れによる甚大な被害が出ます。

1995年阪神・淡路大震災、2004年新潟県中越地震などが代表例で、東海地域でも1891年の濃尾地震などがあります。

また1944年東南海地震の1ヶ月後に発生した1945年三河地震のように、東海・東南海地震の前後に内陸活断層の地震も活発になる可能性もあります。

2 地震発生のしくみ（海溝型地震発生のしくみ）



3 どのような被害が予想される？

(1) 建物の倒壊

阪神・淡路大震災では、10万棟以上の建物が全壊し、多数の死者がでました。

※ 1981年以前に着工した建物
古い耐震基準のため、耐震性が劣る場合がある → 耐震診断・耐震改修が必要。



(2) 家具の転倒

強い揺れにより室内の家具が転倒し、下敷きとなり大けがや死亡するおそれがあります。

※ 全ての家具を固定することが望ましいですが、上階では揺れが大きくなるため、特に気をつけましょう。



(3) 火災

地震時には多数の火災が同時に発生し、消火も難しい状況です。大火のおそれがあります。

※ 揺れがおさまったら、初期消火に努め、避難する際には、ブレーカーを落として下さい。



(4) 津波

海溝型地震では、海底の地殻変動が起こります。
→ 津波の発生が予想されます。

※ 海岸付近で揺れを感じたら、直ぐに高い場所へ避難する



4 気象庁の震度段階

震度：震源からの距離や地盤の状態によって異なる各地点の揺れの強さ

震度5弱

○ 大半の人が、恐怖を覚え、物につかまりたいと感じる。棚にある食器類や本が落ちたり、固定していない家具が移動することがある。



震度5強

○ 物につかまらなると歩くことが難しい。棚にある食器類や本で落ちる物が多くなる。固定していない家具が倒れたり、補強されていないブロック塀が崩れることがある。



震度6弱

○ 立っていることが困難。固定していない家具の大半が移動し倒れるものもある。耐震性の低い木造建物は、瓦が落下したり、建物が傾くものもある。壁のタイルや窓ガラスが落下することもある。



震度6強

○ はわないと動けない。飛ばされることもある。耐震性の低い木造建築は、傾く物や倒れる物が多くなる。大きな地割れ・地すべりが発生することがある。



震度7

○ 耐震性の低い木造建築の多くが傾いたり倒れる。耐震性の高い木造建築でもまれに傾くことがある。耐震性の低い鉄筋コンクリート造の建物では、倒れる物が多くなる。



5 地震災害への備え

(1) 住まいの安全点検

- 住宅の耐震診断・耐震改修
- 家具類の固定 等



(2) 水・食料等の備蓄

- 3日以上飲料水、食料等を備蓄しておく
 - ※ 飲料水は一人1日3リットルが目安です。
- ラジオ、懐中電灯、衣類等の準備

P.57 「防災用品チェックリスト」参照

(3) 家庭内で防災会議を開催

- 予め、お互いの連絡方法、避難経路・場所を確認する。
 - ※ 避難場所は現地に行き、確認する。安全に避難場所等に向かえるか経路も確認する。



(4) 防災訓練への参加

- 地域等で行われる防災訓練に、積極的に参加する。



“地域の絆と力”が命を救う

- ◆ 阪神・淡路大震災で 要救助者 約 35,000 人の内、
27,000 人 (77%) が 隣・近所によって
8,000 人 (23%) が 消防・自衛隊によって

★いかに地域の人々の力とつながりが大切か、

数字が物語っている！

救助されました！

☑ 確かめよう！防災用品チェックリスト

いつ起こるかわからない自然災害。いざというときに迅速に避難し、避難生活ができるようにするには、日頃からの備えが必要です。家族の方といっしょに、防災用具をチェックしてみましょう。



◆ 食料関係 ◆

- 水 (1人1日3リットルが目安)
- 乾パン、クラッカー、缶詰
- ナイフ、缶切り □ レトルト食品
- 鍋、水筒 □ 卓上コンロ
- 粉ミルク、ほ乳びん (赤ちゃんのいる場合)

◆ 貴重品 ◆

- 印鑑 □ 現金 (小銭も)
- 預金通帳や有価証券など
- 連絡カードや身分を証明するもの

◆ 衣類関係 ◆

- 衣類、下着 □ 寝袋
- 雨具 □ タオル、毛布

◆ 安全対策 ◆

- 救急医療品 □ 常備薬の予備
- 底の厚い靴 □ ヘルメット、防災頭巾、帽子
- 軍手 □ 防塵マスク

◆ 日用品 ◆

- 携帯ラジオ □ 懐中電灯
- 予備の電池 □ マッチ、ライター
- ロープ □ 包装用ラップ
- 筆記具 □ ビニール袋 (ゴミ袋)
- ティッシュペーパー、生理用品
- 使い捨てカイロ



6 地震が起こったら

(1) 建物の中では

ア、最初の大きな揺れは1分間 ※海溝型の場合



- 転倒のおそれのある家具等から離れ、机等の下に身を隠す。
- 照明や窓の下を避ける。

※ 慌てて外に飛び出さない。

イ、揺れがおさまったら



- ガスの元栓を閉め、コンセントを抜く。火が出たら落ち着いて初期消火。ドア・窓を開けて脱出口を確保する。

※ 天井まで火がまわったら、消火は無理。急いで逃げる。

(2) 路上では

ア、安全な場所へ避難する

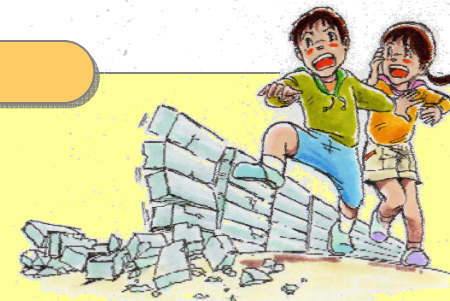
- その場に立ち止まらず、窓ガラス・看板などの落下物からカバン等で頭を保護して、空き地や公園に避難する。

※ 近くに空き地等がない場合、周囲の状況から判断して、建物から離れた安全性の高い場所へ移動する。



イ、危険な場所に近づかない

- 倒れそうな電柱や垂れ下がった電線に注意する。
- ブロック塀や自動販売機には近づかない。



(3) 電車などの車内

- つり革や手すりに両手でつかまる。
- 途中で止まっても、非常コックを開けて勝手に車外に出たり、窓から飛び降りたりしない。
- 乗務員の指示に従って、落ち着いた行動をとる。



(4) 劇場・テパート等

- カバン等で頭を保護し、ショーウィンドウや商品等から離れる。窓際はガラスに注意。広いスペースへ避難。
- エレベータの中にいたら、最寄の階で速やかに降りる。
- 地震後は、閉じこめられる危険性があるため、エレベーターは使用しない。



(5) 海岸付近

- 地震を感じたら、直ちに高台へ避難し、津波による被害を回避する情報をよく聞く。
- 注意報、警報が解除されるまで海岸には近づかない。

7 地震がおさまったら

●家族の安全確認、余震に注意

- ・倒壊しかけた家屋に近寄らない。
- ・隣近所に声をかけ、状況により、徒歩で避難する。

●隣近所で消火・救出・救護

- ・隣近所で協力し、消火、怪我人の救出・救護にあたる。

●自力でのく

- ・備蓄しておいた飲料水、食料等を利用する。
- ・デマに注意し、正しい情報をつかむ。

●生活の維持と回復

- ・災害(余震)に注意し、情報の収集にあたる。
- ・復旧に向け努力する。



東海地震警戒宣言発令！そのときあなたは…？

小 ← 危険度 → 大

情報名	観測情報	注意情報	予知情報
発表基準	観測された現象が前兆現象であると直ちに判断できない場合	観測された現象が、前兆現象である可能性が高まった場合	東海地震の発生のおそれがあると判断した場合
主な防災対応	<ul style="list-style-type: none"> ●テレビ・ラジオで情報収集(平常生活) 	<ul style="list-style-type: none"> ●在校中…授業や行事等は中止。生徒は帰宅または保護者へ引き渡し。 ●登下校中…速やかに帰宅する。 ●在宅中…解除されるまで休校 ●公共交通機関は稼働している。 	<p>【警戒宣言発令】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●鉄道の運行中止、交通規制、百貨店の営業中止等。 ●身を守るため、安全な場所を確保。 ●必要に応じて避難所へ速やかに避難。

2 風水害について

1 台風とは？

「台風」とは、熱帯の海上で発生した「熱帯低気圧」のうち中心付近の最大風速が17.2m/s(34ノット、風力8)以上になったものです。

※ 愛知県では過去に「伊勢湾台風」等の大きな台風が上陸しており、大きな被害に遭っています。

- 台風は、巨大な空気の渦巻き。その風は、上から見て反時計回りに吹きます。
- 進行方向に向かって、右側は風が強く、左側は、右側に比べ風が幾分弱い。
- 台風の眼にはいると、風は急に弱くなります。台風の眼の通過した後は、風向きが反対の強い風が吹きます。



【参考：風速の強さ】

風速 10～15m/s	風に向かって歩きにくくなる。傘がさせない。取り付けの不完全な看板などが飛び始める
風速 15～20m/s	風に向かって歩けない。転倒する人もいる。ビニールハウスが壊れ始める。
風速 20～25m/s	しっかり身体を確保しないと転倒する。飛来物で窓ガラスが割れる。
風速 25m/s以上	立ってられない。屋外での行動は危険。取り付けの不完全な外装材が飛び始める。

(風速は、10分間の平均風速)

2 集中豪雨とは？

「集中豪雨」とは、狭い範囲に比較的短時間に大量の雨が降る現象です。愛知県では、平成12年の東海豪雨や平成20年8月末の豪雨など、何度も被害に遭っています。

※ 集中豪雨は、梅雨の終わり頃や台風シーズンに発生しやすく、河川の氾濫やがけ崩れなどで大きな被害が出る場合があります。

3 風水害への備え ~台風や集中豪雨が原因で起こる災害~

(1) 洪水害

- 「洪水害」とは、一般には堤防の決壊や河川の水が堤防を越えて起こる氾濫を言います。

◆急増する「都市型水害」

(昔) 雨水は地下へのしみ込みが多く、田などに一時的にたまり、ゆっくり川へ流れ込んでいた。

(現代) 地表がアスファルトに覆われ、雨水を下水道で処理
→ 集中豪雨により、下水道施設の能力を上回る大量の雨水が短時間に流入し、洪水が発生

● “洪水害”への備え

- 事前に防水板や土のう等を用意しておく
 - 土のうなどで水をせき止めるのは、有効です。
 - 初期の段階なら、二重にしたゴミ袋に半分程度水を入れた臨時の水のうで応急処置も有効です。
- 川の防災情報をリアルタイムに入手する（インターネット）
 - ◆ 国土交通省 <http://i.river.go.jp>
 - ◆ 愛知県 <http://www.kasen-owari.jp/>

(2) 土砂災害

- 「土砂災害」には、主に「土石流災害」「地すべり災害」「がけ崩れ災害」の3つがあります。

● 「土石流」災害



山、川の石や土砂が集中豪雨などによって一気に下流へ押し流されるもの。

- スピードが速く、また直進するので、沢の出口等が危険。

● 「地すべり」災害



粘土等の滑りやすい地層に地下水が作用して、地面がゆっくりと動きだすもの。

- 極めて緩慢に起こり、広い範囲にわたって被害をもたらす。

● 「がけ崩れ」災害



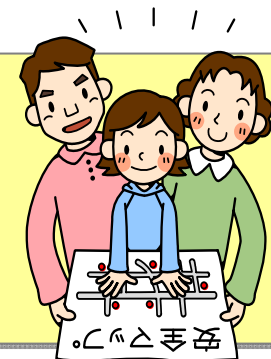
集中豪雨等により、急な斜面が突然、崩れ落ちるもの。

- 崩れ落ちるスピードが速いため、早めの避難が必要。

● “土砂災害”への備え

● 危険な場所や避難場所の確認

- 市町村が作成している土砂災害危険箇所マップやハザードマップから、自宅周辺の危険箇所、避難場所を確認しましょう。



●前兆に注意する

■土石流の前ぶれ

- ・山鳴りがする。
- ・雨が続けているのに川の水位が下がる。
- ・急に川の流れが濁り流木が混ざる。

■地すべりの前ぶれ

- ・沢や池の水が濁る。
- ・斜面から水が噴き出す。
- ・地面にひび割れができる。



■がけ崩れの前ぶれ

- ・がけに割れ目が見える。
- ・がけから水がわき出ている。
- ・がけから小石がばらばらと落ちてくる。

●気象情報に気をつける

- テレビやラジオの気象情報に気をつけ、土砂災害警戒情報が流れたら、いつでも避難できるようにし、市役所や役場から流される避難情報等によく耳をかたむけましょう。

(3) 竜巻

- 「竜巻」は、台風、寒冷前線、低気圧などの周辺で発生します。台風シーズンの9月が最も多い。
- 台風などの周辺で積乱雲が発生すると、積乱雲は雲の中に強い上昇気流を伴い、その気流が何らかの原因で回転すると「竜巻」となります。

(4) 高潮災害

- 「高潮災害」は、台風の接近に伴って発生することが多く、海上が異常に上昇して起こる災害です。



●気圧低下による吸い上げ効果

台風は中心気圧が低いため、その部分の空気が海面を吸い上げるように作用し、海面が上昇する。



●風による吹き寄せ効果

台風による強風が沖から海岸に向かって吹くと、海水が海岸に引き寄せられて海面が上昇する。

●“高潮災害”への備え

●高潮危険度を把握する

- 自宅や通学路等の高潮危険度を把握しましょう。
- 過去に被害がないかどうかを含めて把握しましょう。

●避難場所や避難経路を確認する

- 自治体提供の防災情報をチェックし、避難経路をあらかじめ確認しましょう。



4 風水害が起こったら ～避難の心得～



風水害時の避難心得

- (1) **避難する時は、紐で締められる運動靴で**
長靴は中に水が入り、動きにくくなる。
- (2) **はぐれないよう、互いの体をロープで結んで避難**
特に子どもからは、絶対に目を離さない。
- (3) **歩ける深さの限界は、男性で70 cm、女性で50 cm**
流速がある場合、足のくるぶし以上の水量があると、流されるおそれがあり危険。無理せず、自宅の2階や近所のアパートやマンション、高台で救助を待つようにする。
- (4) **互いに手をつなぐことは、行動の自由を奪う**
非常持ち出し品などは、できるだけ背負うようにして、手を自由にする。
- (5) **水面下の危険に注意**
浸水時、水面下には、ふたの脱落したマンホール、側溝、段差など危険が多いので、長い棒などを杖がわりにして、安全を確保しながら歩く。
- (6) **高齢者や体の不自由な人は背負う**
小さな子どもは、浮き袋などを利用して安全を確保する。

● “都市型水害”がおこったら

● 洪水時は、地下室・地下街から直ぐ避難する

- 停電により電灯が消え、エレベーターが停止します。
- 水圧でドアが開かなくなることもあります。
- 地下街では防火扉が停電により、自動的に閉まることがあります。



● “竜巻”に遭遇したら

● 屋外の場合

- 飛来物に注意し、近くの頑丈な建物に避難する。
- 真っ黒な雲が近づいてくるのを見たら、避難を考える。

● 屋内の場合

- 窓やドアから離れ、家の中で一番丈夫な所へ移動する。時間があれば、雨戸を閉める。

● “高潮災害”の危険を感じたら

● 早めに避難

- 風雨の状況、自分や一緒に避難する人の体力、避難時間等を考え、早めに避難しましょう。
- 避難の際には、気象庁の発表する台風等の気象情報や市町村の発表する避難情報等を積極的に入手しましょう。

気象予警報の地域分け

● 西部

■ 尾張東部

名古屋市、瀬戸市、春日井市、犬山市、小牧市、尾張旭市、豊明市、日進市、愛知郡

■ 尾張西部

一宮市、津島市、江南市、稲沢市、岩倉市、愛西市、清須市、北名古屋市、弥富市、あま市、西春日井郡、丹羽郡、海部郡半田市、常滑市、東海市、大府市、知多市、知多郡

■ 知多地域

■ 西三河北西部

豊田市（西三河北東部の区域を除く）、みよし市

■ 西三河南部

岡崎市、碧南市、刈谷市、安城市、西尾市、知立市、高浜市、幡豆郡、額田郡

● 東部

■ 西三河北東部

豊田市
(旭支所管内、足助支所管内、稲武支所管内、下山支所管内)

■ 東三河北部

新城市、北設楽郡

■ 東三河南部

豊橋市、豊川市、蒲郡市、田原市

※平成22年5月27日から、警報・注意報は市町村単位で発表されています。

3 災害用伝言ダイヤル・災害用伝言板

災害時、安否の確認などの連絡に、家族間や知人間などの連絡に活用できます。

● 災害用伝言ダイヤルの使い方

■「171」番へ電話する

- NTTの一般電話、公衆電話、携帯電話、PHSから利用可

1 7 1

■伝言を録音する場合

- 「1」を押す

1

■伝言を聞く場合

- 「2」を押す

2

■被災地の人

- 自宅の電話番号を入力

■被災地以外の人

- 被災地の人々の電話番号を市外局番から入力

■伝言を録音する（聞く）

- 1電話番号あたり10伝言まで
- 1伝言30秒以内
- 伝言の保存は2日間（48時間）

【伝言のポイント】

- ① 自分の安否や具合
- ② 現在位置
- ③ 今後の行動予定

● 携帯電話災害用伝言板の使い方

■各社のトップメニューから「災害用伝言板」を開く

■伝言を登録する場合

- 「登録」を選択して伝言を入力

■伝言を確認する場合

- 「確認」を選択し、被災地の人々の携帯電話番号を入力し、伝言を見る

高校生も大切な一員！災害ボランティア

次の記録は1995年1月17日に阪神・淡路大震災が起こった直後のある避難所（中学校）の記録です。誰もが辛いはずの避難生活のなか、黙って動き出した高校生たち。彼らの姿から、あなたは何を感じますか？



<1月22日 午前4時>

避難所の大半の人々は、浅い眠りについていた。翌朝の便所の水をくむため、疲れ果てた身体をひきずり便所の前に行くと、高校生風の4、5人がしゃがんでいた。声をかけるのをためらい、大きなバケツを一人で台車に積み込んでプールの方へ押していくと、彼らが黙ってついてきた。

プールの水をくみ出すと、彼らが黙々とバケツリレーを始めた。とても手際よい。妙にうれしくなった。

「ビジュアル版 幸せ運ぼう」より

●参考 徒歩帰宅支援ステーション

東海地震の警戒宣言発令や突発地震により交通機関等が途絶し、徒歩で帰宅する場合は、「徒歩帰宅支援ステーション」で支援が受けられます。

■設置場所（右下ステッカーが貼ってある店舗）

- コンビニエンスストア ●ガソリンスタンド ●郵便局 など

■支援内容

- 水道水、トイレの提供
- ラジオ等のメディアを通じた災害情報の提供
- 市町村版徒歩帰宅支援ルートマップの提供

（注）状況によっては支援が不可能な場合があります



自分でやってみよう！ ～防災対策編～

① 家族会議を家族に提案してみよう。

学校等で学んだ防災への心構えと知識を生かし、次のような項目を参考にしながら、「我が家の防災対策」について家族で話し合う機会をつくろう。



- 安全な避難ルートの確認
- 家族間の連絡の取り方
- 最終的な集合場所
- 減災対策の確認
- 自分の住む町の地盤、標高、災害歴
- 伝言ダイヤル等の確認

② 家族と防災対策のチェックをしよう

災害が起きたときのことを考えて、次のような項目について、必要な準備が整っているか、家族といっしょに点検をしておこう。防災用品については必要に応じて補充・交換を、減災対策については実際に家具等を揺すって強度を確かめるとともに、出入口を塞ぐことがないよう、避難通路を確保しておこう。

- 「地震への備え」(P.56) をもとに点検
- 防災用品チェックリスト (P.57) をもとに点検

③ 地域の方との関係を築いておこう

いざというときに、素早く力になってくれるのが、近隣や地域の方々。日頃から、互いに声を掛け合える、そんな人間関係を築いておくことが大切です。地域の一大人として、期待されています。

- 普段から隣近所の方と挨拶を交わす。
- 隣近所の要援護者を気にかける。
- 地域の「防災訓練」に参加する。



日常生活編



1 熱中症を防ぐために

熱中症とは、熱に中る（あたる）という意味で、適切な措置が遅れた場合、高体温から多臓器不全を併発し、死に至ることもあります。正しく理解し、熱中症事故を予防しましょう。

1 熱中症の症状とは

熱中症とは、暑さの中で起こる障害の総称です。大きく次の3つに分けることができ、次のような症状が現れたら要注意です。

●熱けいれん

・大量の発汗あり。水のみを補給した場合、血液の塩分濃度が低下し四肢や腹筋がけいれんを起こす。

●熱疲労

・脱水によるもので、倦怠感、脱力感、めまい、吐き気、嘔吐、頭痛などの症状あり。体温の上昇は顕著ではない。

●熱射病(重症)

・体温調節が破綻。高体温と意識障害が見られる。脳、肝、腎、心、肺などの多臓器障害を合併し、死亡率が高い。

◆ こんな症状があったら熱中症かも

軽

めまい 立ちくらみ 筋肉痛 汗がとまらない

中

頭痛 吐き気 体がだるい(倦怠感) 虚脱感

重

意識がない けいれん 高い体温
まっすぐに歩けない、走れない
呼びかけに対して正しく返事ができない

2 熱中症を予防する

● 熱中症が起こりやすい条件とは？

気温が高い

湿度が高い

風が弱い

急に暑くなった

●どんなときに？ ～屋外や運動中だけじゃない！～

- 炎天下のランニングやダッシュを繰り返している時に。
- 屋内で、長時間運動をしている時に。
- 梅雨時、高湿度の体育館で密集して集会をしている時に。
- 試験休み明け、久しぶりの部活動で急激な運動をした時に。

● 熱中症の予防法

1 気温・湿度に応じて運動をする

- ・35℃以上の環境下での運動は原則として避ける。暑い季節の運動は、なるべく涼しい時間帯に。

2 こまめに休憩、水分・塩分補給をする

- ・汗をかいた分、こまめに水分補給を行い、体温調節が正常に行われるようにする。スポーツドリンク等で塩分補給も忘れずに。

3 徐々に暑さに体を慣らす

- ・梅雨明けなど急に暑くなったときに事故は多い。試験休み後や病気後、合宿の初日などは、短時間で軽めの運動から始める。

4 できるだけ薄着で、直射日光は帽子で避ける

- ・暑いときはできるだけ軽装で吸湿性や通気性のよいものを選ぶ。屋外で直射日光が当たる場合は帽子を着用する。



3 熱中症になったときには

● 意識がある、反応が正常な時

涼しい場所へ避難させる

衣服を脱がせ、身体を冷やす

水分・塩分を補給する

■ただし、水を自力で飲めない、または症状が改善しない場合は、直ちに救急隊を要請しましょう。

● 意識がない、反応がおかしい時

救急隊の要請をする

涼しい場所へ避難させる

衣服を脱がせ、身体を冷やす

医療機関に搬送する

■倒れたときの状況が分かる人が医療機関に同行しましょう。



● 参考 積極的に身体を冷やすには

- ① 水をかけたり、濡れタオルをあてて、うちわ等であおぐ。
 - ② ①に加えて、氷やアイスパックがあれば、頸部、脇の下、足の付け根などの大きい血管を冷やすのも効果的。
- ※できるだけ迅速に体温を下げることであれば、救命率が上がります！



2 水難事故を防ぐために

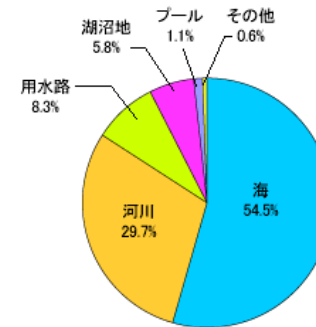
水難事故とは、河川、湖沼、海浜など、一般に水上で起こった事故のことをいいます。気象状況や天候によって急変するため、的確な状況判断をし、ルールを守ることで、水難事故を未然に防ぐことができます。

1 水難事故発生状況

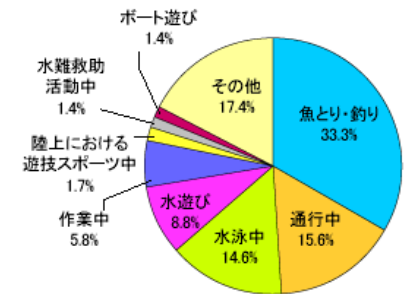
■平成19年中 【平成20年7月17日(警察庁発表)】

- 水難事故件数 1,492件 (前年対比+44件)
- 水難者数 1,721

平成19年水難の場所別水死者数の割合



平成19年水難の行為別水死者数の割合



● 近年の水難事故の例

①用水路における短時間の増水

2008年7月、神戸市内の河川敷へ親水利用に来ていた子ども3名を含む5名が、局地的な雨による急な増水に巻き込まれて、各所で次々流され犠牲となった。事故発生の50分前には大雨洪水警報が発表されていた。

②川で溺れた友人を助けようと溺死

2009年7月、東京都の多摩川において、高校のサッカー部の仲間8人で、護岸ブロックから川に飛び込むなどして遊んでいるうちに、1年の男子生徒1名が行方不明になり、それを探しているうちにさらに1名が行方不明に。岸から約2メートルの川の中から2人は発見されたが、搬送先の病院で死亡が確認された。

2 水難事故を防止するには



「水泳中に人が溺れた」「子供が川で流された」というのも水難事故の1つ。自分の命はもちろんのこと、周りの人にも目を配って、水難事故を防ぎましょう。

● 水難事故を防ぐポイント

- ① 危険と思われる場所や、遊泳禁止区域では泳がない。
- ② 睡眠不足や体調不良、疲れているときは水に入らない。
- ③ 食後はすぐに水に入らない。
- ④ 準備体操をするとともに、定期的に休憩をとる。
- ⑤ 気象状況に注意し、天候が悪化したときは泳がない。
- ⑥ 自分の体力、技術を過信しない。
- ⑦ できるだけ一人では泳がない。
- ⑧ 幼い子から目を離さない。
- ⑨ 釣りやボートなどで水辺に行く時は、必ずライフジャケット等を着用する。



● プールに潜む危険とは？

遊泳中におぼれたり、プールサイドですべてケガをするほか、思わぬ事故が起こることがあります。

● 循環口への引き込み事故

プールの底や壁にある循環口に体を引き込まれて、おぼれてしまうという事故がありました。引き込まれないように網や格子などがついていますが、不用意に近づかないよう気をつけましょう。

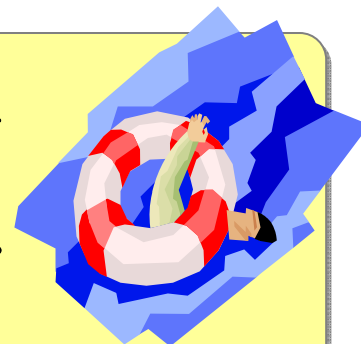
● 飛び込み事故

深く飛び込んでしまい、頭を強く打つという事故がありました。他の人にぶつからないような配慮も必要です。飛び込みを禁止してるプールもあるので、注意しましょう

3 水難事故に遭っている人をみかけたら

● 水難事故に対処する

- 1 すぐに消防署に通報するとともに、周囲の人と協力して救助する。
(一人だけでは危険)
- 2 泳いで助けに行くのは最後の手段。
泳がないで救助するのが最もよい方法です。



■ 単独で助けに行くのは自分まで溺れてしまう危険がありますので、背が立つところ以外の場所においては不用意に飛びこまないで、周囲の人と協力し、ロープや竿、浮き輪などを使って溺れている人を陸地に引き寄せするなど十分安全を確保した上で助けるようにしましょう。

● 海浜で起こる「離岸流」って何？

海ではとても強い流れにより、岸から沖へ流れる海水の流れがあります。その流れに乗ってしまったら…。

① 落ち着くこと！

・離岸流はオリンピック選手でもその流れに逆らって泳ぐことが難しいほど強い流れなのです。

② 岸と平行に泳ぐ！

・離岸流の幅は10~30メートルだから、横に移動すれば抜け出せる。

③ 岸に向かって泳ぐ！

・離岸流から抜け出せたら、流れに逆らわず岸に向かって泳ぐ。



3 落雷事故を防ぐために

屋外で活動しているとき、登下校をしているとき、死亡者を出す重大事故を引き起こすのが落雷。年間 50 件以上起きており、そのほとんどが注意すれば防げたものばかりです。体育の授業や部活動、野外活動などで、どのような安全対策が必要なのでしょうか。

1 落雷事故とは

● 雷の危険性

- ◆ 雷の電流は、一般家庭の数百から数百万倍。
- ◆ 雷の直撃を受けると80%以上が死亡。
- ◆ 落雷死亡者数は、年平均13.8人(1994~2003警察白書)。
主な死因は、落雷による呼吸停止、心拍停止。



<このような落雷事故が発生しています>

■事例① 部活動・大会中に…

軟式野球の試合中に、河川敷野球場の2塁ベース後方10mの芝生に落雷。塁審一人と外野手の高校生2人負傷。さらに、グラウンドのベンチにいた高校生がショックで一時過呼吸状態。青空も見えていたが、遠くに雷鳴は聞こえていた。(2005.8 東京都)

■事例② 学校行事のハイキング中に…

中学校で全校ハイキングを大気が不安定な日に強行。2日前から継続して出されていた雷注意報を学校側は把握していなかった。雷鳴を聞き、中止を決定直後、登山道脇の木に落雷。列になって歩いていた生徒9人が負傷。

(2007.6 栃木県)



■事例③ 避難したはずが…

4人でゴルフプレー中、雷雨にあい、高さ十数mの木の下で雨宿り中、木に落雷。木から1m程度の距離にいた、ゴルファー2人とキャディ1人が死亡、2人が負傷。(1997.9 茨城県)

2 落雷を回避する方法とは

● 落雷への安全対策

1 遠くの雷鳴・急発達した黒雲に注意

- 雷鳴が聞こえたら、たとえ遠くであっても避難した方がよい。雷雲から10km離れた場所に落ちるケースもある。
- 頭上で急に黒雲が発達したときも要注意!

2 低い場所へ、低い姿勢で

- 運動場、海岸、山頂など、周囲にさえぎるものが何もない場所では、低い場所を探して(無ければその場で)、身を低くする。(※)
※校舎や体育館、校外であればバス・電車・鉄筋コンクリート建築も可
- 複数の時は一カ所に固まらず、ばらばらで!

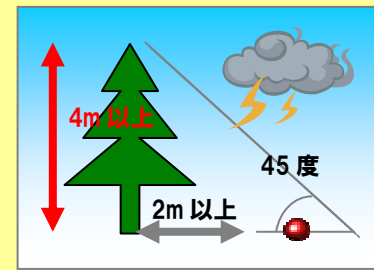
3 低い姿勢をとるときは、両足を閉じて

- 足を開いていると、一方の脚から胴体を通して他方の脚へと電流が流れて感電する可能性が高くなる。脚は閉じて、身をできる限り小さくして座る。

4 4m以上の物体から2m離れて避難する

- 側撃(※)を避けるためにも、4m以上の高い木(電柱等)の根元から2~3mの場所で、一番高い部分を45度の角度で見上げられる場所で低い姿勢をとる。

※側撃…落雷を受けた物体から放電を受けること。



5 ラケット、クラブ、釣竿、傘等は手放す

- 雷は、伝導性に関係なく高く突き出たものに落ちる。金属非金属かどうかは無関係、人体も例外ではない。

4 日常生活のけがを防ぐために

あなたは最近、学校でけがをしましたか？そのけがはどんなときに、何が原因でどのように起きたのでしょうか？それらを知っておくことで、毎日のけがを防ぐことができます。

1 高校生のけがの実態 日本スポーツ振興センター「学校の管理下の災害22より」

● 高校生のけがの傾向は？

- ◆ **どんなとき？**…半数以上が部活動中、授業では「保健体育」。
- ◆ **どんな部位？**…半数近くが「脚」のけが。
- ◆ **どんなけが？**…挫傷・打撲が多いが、骨折や捻挫が増える。

👉 考えてみよう！～どうしたらけがが防げたかな？～

■事例① 野球部の部活動中に…

他選手のバント練習をネット裏で見ていた時、打者のファールチップボールが防球ネットの破損箇所を抜けて顔面を直撃、複数の歯が抜けた、折れたりした。(2年男子)

■事例② 理科の補習授業後の休憩時間中に…

理科の補習授業後、他の生徒が実験で使っていた**蟻酸**の匂いをいたすらで友だちにかがせたところ、手で払いのけられ、液が顔、目、首にかけられ負傷した。(2年女子)

■事例③ 体育祭の練習中に…

体育祭で披露する応援団の練習で、木刀を使用して踊る場面の練習をしていたところ、振り抜いた木刀が近くの生徒の鼻の頭から左眼にかけて当たってしまった。視力、眼球運動障害が残る。(1年男子)

けがの多いスポーツは？

- 1位：バスケットボール
- 2位：サッカー
- 3位：野球



2 日頃のけがを防止するは

● 「人」で防ぐ

- ① 安全な行動の仕方を身につけ、規則を守る。
- ② 規則正しい生活をし、ストレスやイライラをとり除く。
- ③ 睡眠不足や疲れているときは激しい運動をしない。
- ④ 運動をする際には、準運動備・ストレッチを行う

「もししたら…」と
危険を予測して対処
することが大切！

● 「環境」で防ぐ

- ① **もの**…部活動の道具、授業の用具などの整理整頓と管理を。
- ② **場所**…教室・階段・廊下・体育館等の清掃や点検を。
- ③ **自然環境の変化**…天候の急変、季節や時間の変化に対応。



心の健康も大切です！

● 気分転換やリラクゼーション

ストレスなどから逃れられないとき、**熱中できる趣味**を持っていると気分転換が図れます。また**適度な運動**をしたり友人と**楽しい時間を過ごして**ストレスを発散することも大切。**入浴**や**ストレッチ**などもリラクゼーションも効果があります。

● 困ったり、悩んだりしたら相談

自分では解決できない悩みなどは、早めに、家族や友人、先生など**信頼できる周りの人に相談**しましょう。場合によっては、**カウンセラー**や**医師**などの**専門家**や**専門機関**の力を活用することも必要となります。そのためにも、日頃から周りの人々とコミュニケーションがとれていることが大切です。



5 知っておきたい応急措置

もし災害や事故によって、目の前に傷病者がいたら…。心肺蘇生法など応急措置を迅速に行うことで、救える命があります。AEDも含め、基本的な措置の仕方を身につけておきましょう。

1 心肺蘇生法

●1 傷病者(倒れている人)がいたら

- ➡ 反応を確認する
「大丈夫ですか」



●2 反応がないなら

- ➡ 大声で人を呼び
「119番に電話してください！」
「AEDを手配してください！」
- ➡ 気道を確保する
- ➡ 呼吸を確認する



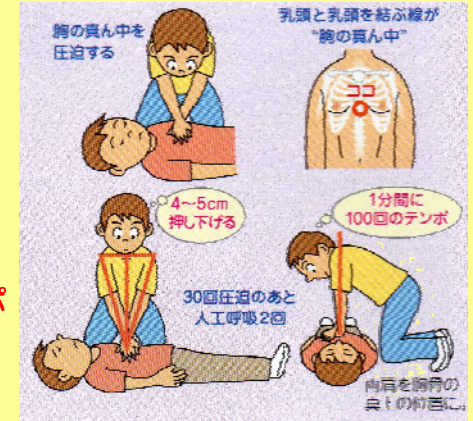
●3 普段通りの呼吸がないなら

- ➡ 人工呼吸を2回行う
・ただし、感染防護具がなければ直ちに胸骨圧迫(心臓マッサージ)を行う



●4 反胸部圧迫(心臓マッサージ)を行う

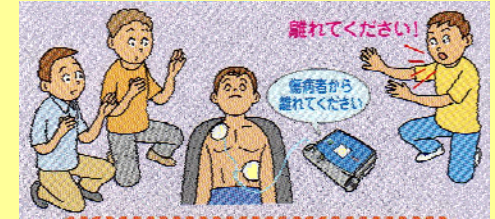
- 胸の真ん中圧迫する
 - ・ 乳頭と乳頭を結ぶ線が“胸の真ん中”
- 4～5cm押し下げる
 - ・ 両肩を肋骨の真上の位置に。
- 1分間に100回のテンポ



30回圧迫のあと
人工呼吸2回

●5 AEDが到着したら

- ➡ 電源を入れ、操作は音声指示にしたがう
 - ・ 自動的に心電図解析が始まる
- 「離れてください！」

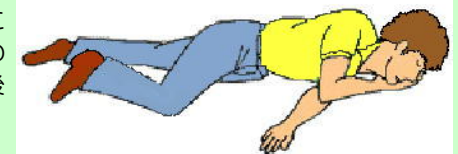


- 普救急車が来るまで心肺蘇生とAEDを繰り返す
胸骨圧迫30回 ↔ 人工呼吸2回
2分ごとにAEDから指示が出る

●参考 反応は無いが呼吸は正常なときは

回復体位

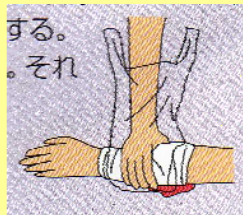
- ・ 下あごを前に出し、上側の手の甲に傷病者の顔を乗せる。さらに上側の膝を約90度に曲げて、傷病者が後ろに倒れないようにする。



2 止血方法

● 直接圧迫止血法

- きれいなガーゼやハンカチなどを傷口にあて、手で圧迫する。
- 大きな血管からの出血の場合で片手で圧迫しても止血しないときは、両手で体重を乗せながら圧迫止血をする。



● 感染防止のため

血液に直接触れないように注意する。ビニール・ゴム手袋の利用。ビニールの買い物袋などを利用する方法もある。

● 積極的な救命措置が命を救う

応急手当は、例え練習を行ったとしても、実際の場面で使うことに不安があるかもしれません。しかし、名古屋市内の高校3年生のA君は、喘息発作で呼吸停止した男性を、ヨット講習会や保健体育の授業で学んだ応急手当を思い出して人工呼吸を行い、助けました。彼は「**自信はなかったけど、(相手が)元気になるって本当によかった。**」と話しています。(朝日新聞1993年9月3日)。

また東京都内のレストランで、のどをつまらせ呼吸困難になったお年寄りを助けた女性によれば、「**応急手当は習ったことはあるが、実践は初めて。自分でも不安だったが、何とか助かれればと気を奮い立たせてやった。**」とのことです。

(読売新聞2000年2月10日)

この二人は不安を乗り越えて行動することにより、人の命を救ったのです。



<現代保健体育改訂版 大修館書店より>

相談窓口 ~困ったとき・いざというときのために~



● 相談窓口 (犯罪に係るもの)

機関名	連絡先	時間帯等
ハートフルライン 犯罪被害者のためのこころの悩み相談	052-954-8897	月～金(除祝日) 9時～17時
レディース・ホットライン 性犯罪被害相談	0120-67-7830 (県内のみ可能)	月～金(除祝日) 9～12時・13～17時
ふれあいコール 電車内の痴漢被害相談	052-561-0814	終日
ストーカー110番 ストーカー被害に関する相談	052-961-0888	終日
警察本部 住民相談室 相談したい・助言がほしいとき (各警察署にも相談窓口があります)	#9110 (プッシュ回線) 052-953-9110	月～金(除祝日) 9時～17時

● 相談窓口 (悩み相談)

機関名	連絡先	時間帯等
一般教育相談 愛知県教育総合センター	0561-38-2217	月～金 9時～17時
心の健康電話 愛知県精神保健福祉センター	052-951-2881	毎日 9時～17時
こころの電話 愛知県教育・スポーツ振興財団	052-261-9671	毎日 10時～22時

おわりに ～ 今後 私たちができること ～

周りを見て下さい。

あなたの周りには、学校安全ボランティア（スクールガード）、防犯ボランティア、交通安全指導員、防災ボランティアリーダー、消防団 など、あなたの安全を守るために、多くの方が活動しています。

例えば、

- ・スクールガードは、不審者等から子どもを守るために、登下校時を中心に見守り活動やパトロール
- ・防災ボランティアは、災害が起こった場合、消火、救出や被災者のお世話などの復旧に向けた活動等をしています。

このように皆さんは、多くの人達に支えられ助けられながら、安全に生活しています。

将来の子どもたちが安全に過ごすことのできるよう、またあなたの住んでいる愛知県を安心して住みやすい街にするためにも、あなたの力を活かして下さい。

そして、何よりもあなた自身のために、あなたの命を大切にしてください。たった一つの命なのだから…。



自分の命は自分で守る！

■平成 22 年 7 月 発行
■愛知県教育委員会健康学習課
名古屋市中区三の丸三丁目 1-2
052-954-6793 (ダイヤル)