大雨や台風、大雪に備えよう

洪水

土砂災害

雪崩

台風から、台風や大雨・大雪などに関する情報（天気予報）を確認することが大切です。
特に、注意報・警報が発表された時は、安全対策に心がけましょう。

家族で防災会議を開いて話し合ってみよう

①緊急避難場所はどこか、避難場所までの道順を確認しよう。
②家族がはなればなれになったときの連絡方法を決めておこう。
③非常持ち出し品の置き場所を決め、みんなで確認しよう。
④家の中でどこが安全か、また危険なところはないか、チェックしよう。

電話が通じない！

災害時の連絡方法

「災害用伝言ダイヤル171」

「津波や火災にとにかく連絡をとりたい」そんなときのために、「災害用伝言ダイヤル171」の使い方を家族みんなでお覚えておきましょう。

メッセージの録音

メッセージの再生・消去

一秒を争う時は…

公衆電話

災害時には地震などによる大きな揺れがおさまった時点で「災害輻輳（ふくそう）通話」という扱いになり、通話が優先されるためつながりやすくなります。
しかも無料でかけられます。
（最初に10円玉が落ちないものもあります）

保護者の皆様へ

家の近くの避難場所はどこか、また避難場所までの道順を、家族で確認してください。
緊急の連絡先には親戚、知人の記入をお願いします。

住所	
名前	
生年月日	
性別	
保護者名	電話番号
保護者名	電話番号
緊急連絡先（親戚、知人など）	
避難場所	
学校連絡先	

リサイクル適正

この冊子は、再生紙を使用しています。

参考資料：秋田県防災課発行「わたしのサバイバル手帳」「突然災害への備え」

（平成24年5月作成）

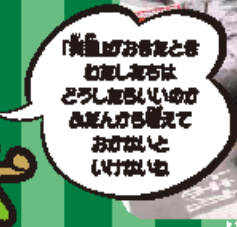
秋田県を襲った自然災害

保存版

小学生
高学年用

災害から命をまもるために

東日本大震災



秋田県教育委員会

自分の安全を確保し、自分の命は自分で守ろう！

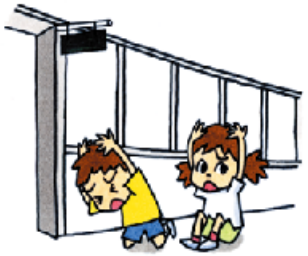
地震がおこったら…。

学校にいるときに

教室では

●つくえの下にもぐって、頭を守ろう。
●つくえのあしを持ってつかもう。
●あわてて教室の外に、とび出さないようにしよう。
●出入り口に集まらないようにしよう。

ろう下や階段では



●窓ガラスからはなれよう。
●天井のでんとうの下からはなれよう。
●近くの教室ににげて、机の下にもぐろう。
●階段付近に集まらないようにしよう。

体育館やグラウンドでは

●グラウンドでは
・地割れに注意しよう。
・鉄棒やサッカーのゴールなどからはなれよう。
●グラウンドでも体育館でも、大きなゆれを感じたら、まん中にいどうしよう。

ひなんするときのやくそく お・か・し・も

●「おさない、かけない、しゃべらない、もどらない」のやくそくをまもって先生のいうことにしたがいましょう。

ゆれがおさまって、ひなんするときは…

●校内放送や先生の指示を、静かに聞こう。
●ろう下や階だんでは、おさない、かけない、しゃべらない。
●ひなんする時は、われたガラスに気をつけよう。
●津波が来そうなら、高いところへひなんしよう。
●安全な場所にひなんしたら、もどらないようにしよう。

自分の身の安全が確認できたら

ひなんするときに、クラスの名前や下級生にも声をかけよう。

けが・病人にも

いざという時、かんたんな応急処置ができるように学んでおこう。

学校へのいきかえり

「落ちてこない・倒れてこない・移動してこない」場所に！

せまいみちでは

●ブロックべいや自動はんばい機からはなれよう。
●窓ガラスが落ちてくる可能性があるビルや家からはなれよう。

歩道橋や橋の上では

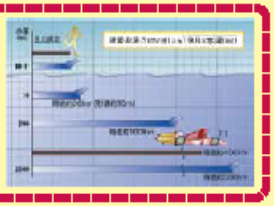
●すばやく安全な場所へ移動しよう。

海の近くでは

●津波が来るかもしれません。
すぐにできるだけ高い所へにげよう。

山道では

●落石やがけくずれに注意しよう。

津波について

①津波は、地震が起きてから、間もなく襲ってくることがあります。
②津波の海岸までの伝達速度は、ジェット機並みの速さになることもあります。
③津波は、繰り返し襲ってきます。最初の波が一番大きいとは限りません。
④津波は、場所によって、高さがちがいます。
⑤たとえ30cmの津波でも、立っていられないほどのいりょくがあります。
⑥津波は、川や水路をさかのぼります。海辺でなくても危険です。