

家族で防災会を開いて話し合ってみよう

「自分の命は自分で守る」とこの言葉を強調しましたが、「地震がおきたとき、どうすればいいか」「家族が別々になったときの連絡はどうすればいいか」といったことについて、月に一度、家族そろって防災会を開き、地震がおきたときの対応方法などを話し合っておきましょう。

！ 避難場所・避難方法の確認

家の近くの避難場所はどこか、避難場所までの経路を確認しよう。また家からいって、学校にいるときなど、いろいろな場面での避難方法を考えてみよう。

！ 家の危険箇所をチェック

家の中ではどこが安全か、また危険なところはないか、チェックしよう。家具は地震でたがれないよう、L字金具で固定したり、重さを工夫したりしよう。

！ 非常食・非常持ち出し品の置き場所を確認

非常食確保、非常持ち出し品の置き場所を決め、みんなで確認しよう。また非常食の賞味期限や、ラジオや懐中電灯の電池が切れていないかもチェックしよう。

！ 家族との連絡方法は？

「緊急伝言ダイヤル」などによる連絡方法を決め、家族がはなればなれになったときの連絡方法を考えてみよう。



電話が通じない！

災害時の連絡方法

「災害伝言ダイヤル171」
「災害伝言ダイヤル171」
「災害伝言ダイヤル171」

「家族や友人とにかく連絡をとりたい」そんなときのために、「災害伝言ダイヤル171」の使い方を家族みんなでおぼえておきましょう。

地震などの大きな災害がおきたとき、電話はたいては通じないでしょうか？「いまはケータイがあるから大丈夫さ」なんて思っている人は、災害が起きると、たくさんの人が家族や友人のことを心配して、たくさん連絡をくれます。しかし、これが電話が通じにくくなる原因になってしまふことがあります。

メッセージの発信



覚えておこう！緊急時の連絡先や避難場所

災害が起きたとき、家族と一緒にいるとは限りません。緊急時の連絡先や、避難場所などをあらかじめ話し合っておきましょう。（このページをコピーして点線に沿って切り抜くと防災メモとして使えます。）

●我が家の防災メモ

氏名	年齢	性別	
住所	電話番号		
学校	学校 学年	学年	組
学校 連絡先	番号		

●家族への連絡先

名前	電話番号
名前	電話番号
名前	電話番号

●集合場所や避難場所

家族の集合場所	
避難場所の	
避難場所の	

津波



津波の被害状況（写真提供：NHK）



ボランティアの活動の様子（写真提供：ボランティアセンター）

地震 津波 風水害 雪害

ボランティア

保存版
中学生用

災害から命をまもるために

世界では異常気象や地震などの自然災害によって、過去に何度も大きな被害、犠牲者が出ています。秋田県も例外ではなく、昭和58年（1983年）の日本海中部地震、平成3年（1991年）の台風19号（温帯リンゴ台風）をはじめ、多くの被害、犠牲者が出た災害が発生しています。



東日本大震災

東日本大震災の被害状況（写真提供：NHK）



秋田県教育委員会

東日本大震災では、強い揺れと大津波で多くの被害が出ました。

地震から命を守るには、日頃からの備えが必要です。

明日来るかもしれない地震に備えて!! 正しい意志決定と行動選択で、被害を最小限に!!

自分の安全を確保し、自分の命は自分で守ろう! 「落ちてこない、倒れてこない、移動してこない」場所に!

屋内にいるとき

まず身の安全を

丈夫なテーブルや机の下に身を伏せて揺れがおさまるのを待ちましょう。テーブルなどが近くにないときは、床や壁やクッションで頭を守りましょう。



火の始末を

揺れを感じたらすぐに火を消しましょう。



外にいるとき

高い建物がある街中や道路では

・壁ガラスや看板が落下する恐れがあります。
・カバンなどで頭を保護して、近くの公園や空き地に避難しましょう。
・最新のビルは、耐震性が高く防災設備も整っているため、いったんビル内に入って、揺れがおさまるのを待つことも一つの手段です。ブロック塀に囲われた道路では、壁が倒れてくる恐れがあります。ブロック塀や自動販売機など、倒れやすいものから離れ、揺れがおさまってから、近くの公園や空き地に避難しましょう。

海・河川の付近にいるとき

津波に注意

・強い地震(震度4程度以上)を感じたとき、又は強い地震であっても震し時間ゆっくりとした揺れを感じたときは、直ちに海岸(海に近い河川)から離れ、**高いでかさなどの安全な建物へ避難しましょう。**
・警報や注意報が発表されるまで海辺(海に近い河川)に近づかないようにしましょう。



山の近くにいるとき

強い地震により、土砂災害(がけ崩れ、土石流、地すべり)が発生するおそれがあります。地震や地震後の雨や雪によっても土砂災害が起こりやすくなるので、地震発生後しばらくの間は土砂災害の危険地域には近づかないようにしましょう。
特に、土砂災害警戒区域等の近くにある家では日頃から山やがけの状況に注意し、危険を感じたら早めに避難しましょう。



揺れがおさまったら・・・

身の周りの安全確認をしよう

○家族(友達)の安全を確認 ○災害状況を確認 ○火が出たら素早く消火

危険ならすぐに避難する!

周りの人と協力し合おう

○声を掛け合おう ○けが人の救出・救傷



正しい情報を収集しよう

○ラジオ等で正しい情報を確認

生活の維持と回復

～避難所・被災地でのボランティアとして～

○避難所では協力して自主運営 ○災害情報・避難情報の収集

助け合いの心をもとう

大地震などの災害が発生したときには、生活の基盤が一瞬にして破壊されるため、ありとあらゆる分野で被災者への支援が必要となります。行政だけで対応することが難しい場合であっても、様々な分野のボランティア活動が被災者の生活の大きな手助けになります。

<ボランティア活動の例> ●負傷した人の応急手当 ●被災物資の荷下ろし、仕分け、配布 ●避難所の運営 ●お年寄りや体の不自由な人の介助 等

山は地震以外の災害にも注意

山地は土石流やがけ崩れなどの土砂災害にも注意

土砂災害が発生する前には、異常を知らせる前兆現象が発見することが多くあります。

日頃から土砂災害危険箇所(土砂災害警戒区域)の状況を確認するとともに、正しい避難場所と避難ルートを確認しておきましょう。

土砂災害の前兆現象

- 川の水位が急激に上がった
- 濁り水が急に増えた
- 枯れたことのない湧き水が止まった
- 山の木が傾いたり、斜面に亀裂が走った
- 山の斜面から石が転がり落ちてきた
- 地鳴りが聞こえてきた

土砂災害にも注意!

土砂災害は秋田県においても発生しています。前兆には地震期に多く発生する「表面前兆」、雪先に多く発生する「全面前兆」があります。表面前兆は時速100～200キロメートルと新幹線並みで、被害は広範囲になります。前兆は、急な斜面、硬木林や表根が浅い植生の斜面で、多く発生しています。土砂(セッコク)やスノーボール、雪しわなどの前兆の兆候に注意しましょう。山頂などで風が一方から吹き、風下方向にできる雪の痕

風水害にも注意しよう

強い風や大雨などによっておこる災害が風水害です。風水害には、洪水、土砂くずれ、竜巻、突風などがあります。

洪水

台風などの大雨によって河川があふれ、堤防をこえたりした水が沿岸に被害を与えるのが、洪水です。また集中豪雨にも注意が必要です。

土砂くずれ

土砂災害には、主としてがけくずれ、地すべり、土石流があります。大雨によって山やがけの地盤がやわらかくなったりして、川の水が急に増えたときは危険です。前兆を発見したときは、すぐにがけや谷筋から離れた場所に逃げましょう。

竜巻

竜巻は、発達した積乱雲(モクモクした、雲やひょうをもたらすこともある入道雲の仲間)によってつくられる。大抵中の雲しゅうすまきです。

次のような状況になると、竜巻が発生するような「発達した積乱雲」がみなさんの周辺まで近づいている可能性があります。

- ◆真っ黒い雲が近づき、周囲が急に暗くなる。
 - ◆雲脚が雲に入ったり、雲光が見えたりする。
 - ◆ヒヤッとした冷たい風が吹き出す。
 - ◆大粒の雨や「ドョウ」が降ります。
- 日頃から、台風や大雨に関する情報(天気予報)を確認することが大切です。特に、**注意報・警報が発表された場合は、安全対策に心がけましょう。**