



新時代へ躍り出そう

TOKUSHIMA

保護者の
皆さんへ

地震、大雨、台風等の災害時に徳島県内にいる皆さんが適切な避難行動をとれるよう、県公式LINEを通して最新の防災情報を発信しております。
ご登録のほど、よろしくお願いたします。

徳島県公式
LINE



徳島県防災人材育成センター TEL.088-683-2100

●この冊子は、特定非営利活動法人 減災教育普及協会に協力を得て作成しました。

じ ぶん いのち まも ちから み
自分の命を守る力を身につける!



せん せい ひと
先生やおうちの人と
かんが
いっしょに考える



じ
地しんから
いのち まも
命を守る
ノート



とくしま けん
徳島県
TOKUSHIMA Pref.

ねん
年

くみ
組

な まえ
名前



す 住んでいるところでは、
どんな地しんが起こりますか？

す 住んでいるところ



す みんなの住んでいるところは、どこですか？
そこではどんな地しんが起こるでしょうか？
お友だちや先生、おうちの人と考えてみよう！



ぼうさい 防災すだちくん

じ 地しんの名前

Blank box for writing the name of the earthquake.

じ 地しん

つよ ゆれの強さ

しん度 (Magnitude)

おお エネルギーの大きさ

マグニチュード M

なが ゆれの長さ



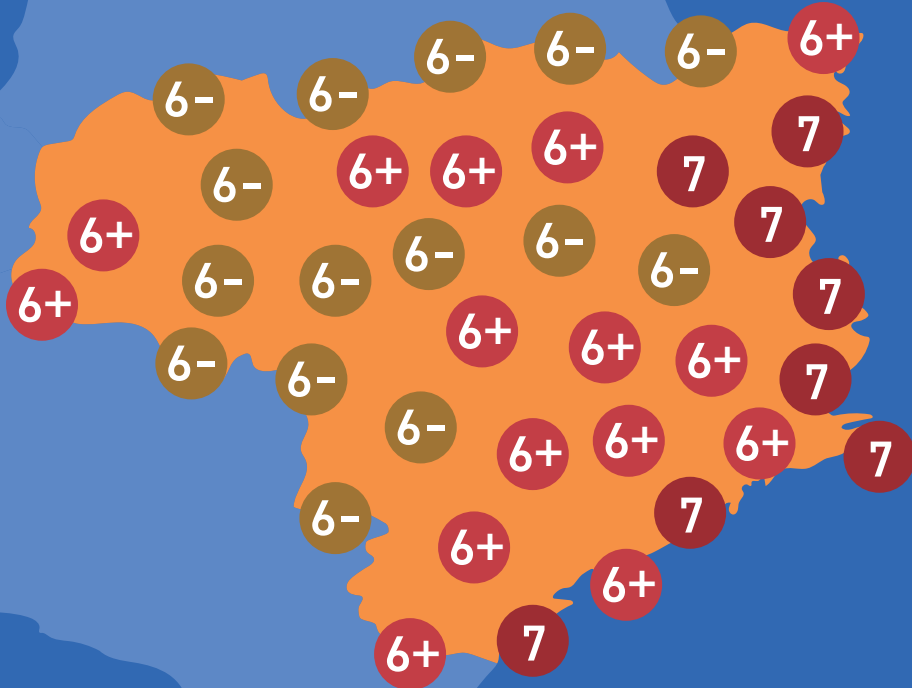
じ 地しんのひがいは、
「ゆれの強さ」と「長さ」によって
おお 大きくなります。

これは、地しんの
おお エネルギーの大きさだよ！



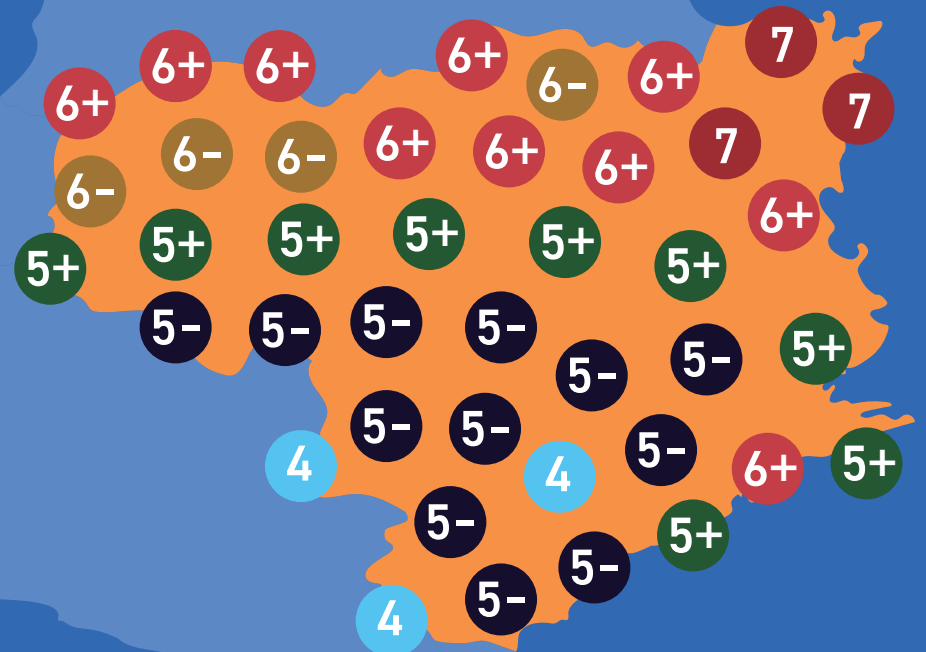
● よそ 予想される地しんを知る

なんかい 南海トラフ地しんのしんど



とくしまけん ぼうさい げんさい
徳島県の防災・減災マップで、
地しんや津波の想定を調べよう！

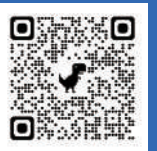
ちゅうおうこう ぞうせんかつだんそうじ 中央構造線活断層地しんのしんど



だいき ぼうさいがいがいじ ひがい
大規模災害時にどういふ被害が
そうてい 想定されるかが分かる情報です。
あなたのお家や学校がどうなる
のか確認しておきましょう。



とくしまけん
徳島県
ぼうさい げんさい
防災・減災
マップ



この2つの地震は、徳島県で特に大きな被害が想定されている地震です。
地域によっては、他にも想定されている地震があります。

ゆれたらどうなる？

しん度によってひがいがどのくらいかわるか知ろう。

しん度 **1**



わずかにゆれを
感じる人がいる。

しん度 **2**



ゆれを感じる人が
おおくなる。

しん度 **3**



ほとんどの人が
ゆれを感じる。

しん度 **4**



つり下げたものが
大きくゆれる。

しん度 **5** 弱



こわいと感じ、もの
につかまりたくなる。
不安定なものが落ち
たり倒れたりする。



しん度 **5** 強



つかまらないと歩
けない。固定してい
ないものの多くが
倒れる。



しん度 **6** 弱



ゆれに強い



ゆれに弱い



立っているのがむずかしい。家具が動
いたり倒れたりする。ガラスが割れる
ことがある。ゆれに弱い建物は、瓦が
落ちたり倒れたりする。

しん度 **6** 強



ゆれに強い



ゆれに弱い



はわないと動けない。家具は、倒れる
ものが多くなる。弱い建物は、倒れる
ものが増える。地面が割れたり、山が
くずれたりする。

しん度 **7**



ゆれに強い



ゆれに弱い



はわないと動けない。ゆれに弱い建物は、かたむいたり、
くずれたりすることが増える。ゆれに強い建物でも、まれ
にかたむくことがある。学校のようなコンクリートの強い
建物でも、ガラス・天井・壁などの一部がくずれる。

6 弱 **6** 強 **7** は、
たいしんかされてい
る建物でも、ひがい
がでるからとくに注
意がひつようだね！

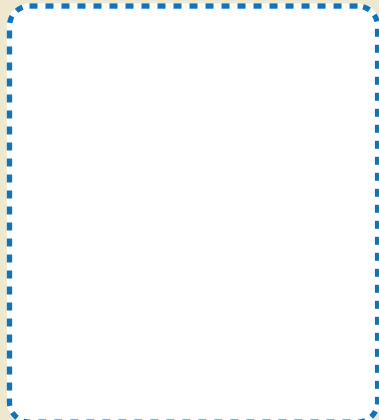


がっ こう
学校はどうなりますか？

かんが じぶん がっこう ぼしょ か
考えたことや自分の学校のきけんな場所を書いてみよう。



出典：東日本大震災文庫(宮城県) / 提供者：気仙沼市

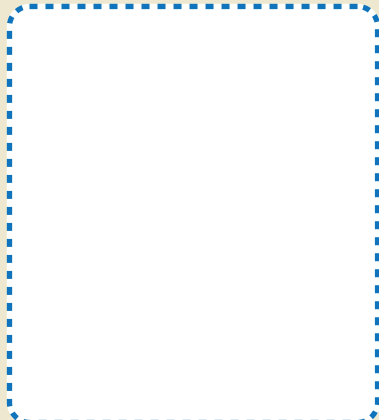


つう がくろ
通学路はどうなりますか？

かんが じぶん つうがくろ ぼしょ か
考えたことや自分の通学路のきけんな場所を書いてみよう。



令和6年能登半島地震 / 提供者：徳島県



いえ なか
家の中はどうなりますか？

かんが じぶん いえ なか ぼしょ か
考えたことや自分の家の中のきけんな場所を書いてみよう。



出典：熊本災害デジタルアーカイブ / 提供者：熊本県上益城消防組合消防本部



まち
町はどうなりますか？

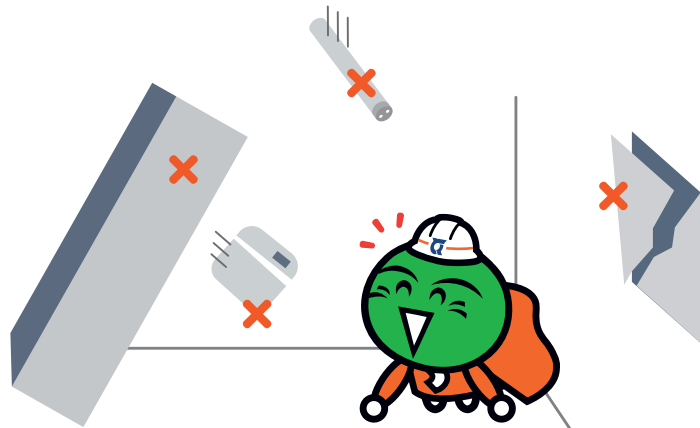
かんが じぶん いえ ちか ぼしょ か
考えたことや自分の家の近くのきけんな場所を書いてみよう。



令和6年能登半島地震 / 提供者：徳島県



きけんが**すく**少ない場所を**ばしよ**知ろう

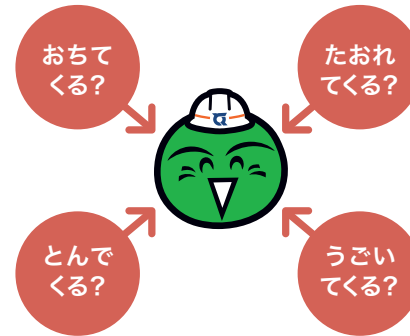


- おちて
こない
- たおれて
こない
- とんで
こない
- うごいて
こない

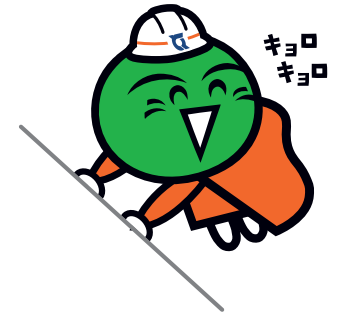


ひがいを**よ**予想して
あぶない場所を**ばしよ**さがしておく

にげる**れんしゅう**練習をしよう



ゆれの**なか**でも
あぶない**もの**をさがす
キョロキョロする



ひくくなる
なにか**なに**につかまる
うごかない**もの**で、**からだ**をささえる



ひくくなる
からだをささえる
ささえてにげる、カエルのポーズ*



ゆれが**つよ**強い時は
もっとひくくなる
はってにげる、トカゲのポーズ*

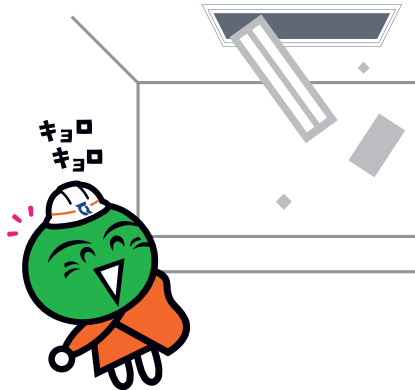
※「気象庁震度階級関連解説表」では、震度6強以上でははわないと動けないとされています。

がっ こう つう がく る れんしゅう
学校や通学路でもにげる練習をしよう

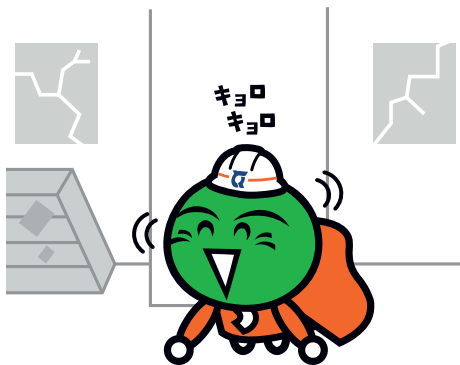
きょうしつ
教室



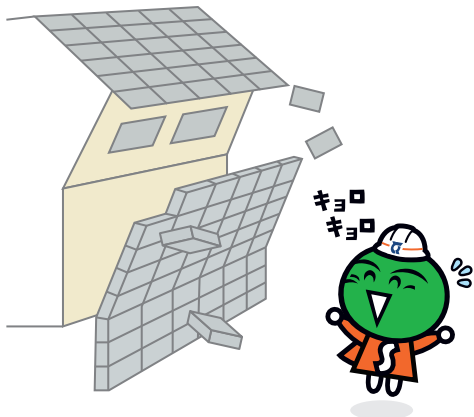
たい いく かん
体育館



か
ろう下



つう がく る
通学路



がっ こう まち なか
学校で、おうちで、町の中で、
いまじがおこったら、
あなたは どうする？



じ ぶん いのち まも こうどう か
自分の命を守る行動を書きだしてみよう!

A large empty rectangular area with a dashed blue border, intended for writing an answer to the question above.

いきのこるためのじゅんびは できていますか？

いきのこるためのじゅんび



もの
たて物のたいしんか



たい
ガラスの対さく



かく
家具のこてい



たか ところ もの
高い所に物をおかない



ぼしょ しら
あぶない場所を調べる



ぼうさいくんれん さんか
防災訓練に参加しよう

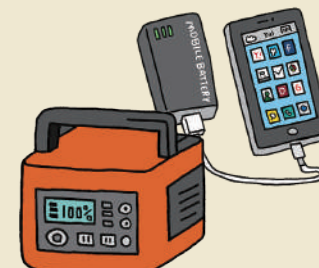
ひなん場所ぼしょ きは決めていますか？
 あんあん びかくにんなど、れんらくほうほう き方法は決めていますか？
 おうちの人やまわりの人と決めておこう！



いきのこった後のじゅんび



ぼしょ しら
ひなん場所を調べる



でんき
電気のじゅんび



あん
安びかくにんなど、
ぶじをれんらくする
じゅんび



みず た もの くすり
水、食べ物、薬など
ぼうさいようひん
防災用品のじゅんび