

【地震(じしん)にそなえよう！たいせつないのちを まもる あんぜんルール】

杉戸町立泉小学校

その①：学校(がっこう)の「行(い)き・帰(かえ)り」のとき、地震(じしん)がきたら？

登下校(とうげこう)のときは、おうちの人(ひと)や先生(せんせい)が近(ちか)くにいないかもしれません。じぶんでじぶんをまもる行動(こうどう)をとりましょう。

まず、どこにいても「だんごむしのポーズ」！

グラツときたら、すぐにこのポーズ！

1. しゃがむ！（まず、ひくくなる）
2. あたまをまもる！（ランドセルやカバンで、たいせつな頭(あたま)をまもる）
3. じっとする！（ゆれがおさまるまで、うごかない）



いる場所(ばしょ)で、行動(こうどう)はちがうよ！

- せまい道(みち)や、ブロックべい・古(ふる)い木(き)の家(いえ)のそばにいるとき
 - すぐに はなれる！
 - ブロックべいやかべが、たおれてくるかもしれません。あわてずに、広(ひろ)い場所(ばしょ)に移動(いどう)しましょう。
- 広(ひろ)い道路(どうろ)のまんなかあたりにいるとき
 - まわりの車(くるま)にちゅうい！ して、そのばで「だんごむしのポーズ」。
 - あわててとびだすと、車(くるま)にぶつかってしまうきけんがあります。
- 橋(はし)の上や、川の近(ちか)くにいるとき
 - すぐに はなれる！
 - 橋(はし)はとても大きくゆれたり、こわれたりするかもしれません。川の近(ちか)くもあぶないので、はなれましょう。

ゆれがおさまったら、まわりのようすをよく見て、あぶないものがないかかくにんしてから、学校(がっこう)にもどるか、おうちにかえるか、近(ちか)くのひなん場所(ばしょ)へいきましょう。

その②：学校(がっこう)がおわってから、地震(じしん)がきたら

おうちにいるとき

- つくえの下など、安全(あんぜん)な場所(ばしょ)にもぐる！
 - ゆれを感(かん)じたら、すぐにテーブルやつくえの下に入り、あしをしっかりとちましょう。
- ガラスからはなれる！
 - まどガラスや、食器(しょっき)だなからは、すぐに はなれよう。われると、とてもあぶないです。



- **うちの人がいなくても、あわてない！**
 - おるすばんの時(とき)に地震(じん)がきたら、とてもこわいと思います。でも、まずはおぼえたルールどおりに、じぶんの体(からだ)をまもることを考(かんが)えてください。
- **あわてて外にとびださない！**
 - ゆれているときに外に出ると、上(うえ)からものがおちてくるかもしれません。ゆれがおさまってから、おちついて行動(こうどう)しましょう。

公園(こうえん)や、外(そと)であそんでいるとき

- **広(ひろ)いまん中へあつまる！**
 - ブランコや、すべりだいなどの遊具(ゆうぐ)から、すぐに はなれましょう。たおれてくるかもしれません。
 - 木や電柱(でんちゅう)がない、広(ひろ)い場所(ばしょ)にあつまりましょう。
- **がけや川のちかくには、ぜったいにちかづかない！**
 - がけくずれや、水があふれてくるおそれがあります。

お店(スーパーなど)や、エレベーターのなかにいるとき

- **お店(みせ)にいるとき**
 - ものがおちてこない、かべの近くなどであんぜんをかくほし、「だんごむしのポーズ」。
 - お店の人の話をよくきいて、おちついて行動(こうどう)しましょう。
- **エレベーターのなかにいるとき**
 - **ぜんぶのかいのボタンをおす！**
 - とまったかいで、すぐに おりましょう。もし、とじこめられてしまったら、「ひじょうようボタン」をおして、たすけをまちましょう。

【さいごに】ふだんの「そなえ」が、いちばん大切(たいせつ)！

1. **うちのルールをきめておこう！**
 - 地震(じん)のあと、どこにあつまる？(近くの学校や公園など、ひなん場所をかくにん)
 - どうやってれんらくをとる？(災害用伝言(さいがいようでんごん)ダイヤル「171」のつかいかたを、うちの人とれんしゅうしておこう)
 - こわれたいえには、かってにはいらない、などのやくそく。



2. **うちの「防災(ぼうさい)グッズ」をかくにんしよう！**
 - うちの防災(ぼうさい)グッズはどこにありますか？なにがはいっていますか？うちの人といっしょに見てみましょう。
 - 自分(じぶん)のランドセルにも、小さいライトやホイッスル(ふえ)、ばんそうこうなどを入れておくと、あんしんです。

