

とよなか ぼうさい BOOK

めざせ！
ぼうさいリーダー！



はじめに



こんにちはワニ！
ぼくといっしょに
べんきょうしよ！

豊中市公式キャラクター
マチカネくん
さみがかりやならさい
の男の子。みんなにぼう
さいのことをしつてもら
うために、たくさんべん
きょうしているよ！

大きな地震や、つなみのニュースなどを見るこ
とが、最近が増えていくかと思ひます。さいがいは、
時をえらばず、場所をえらばずとぜんやつてき
ます。さいがいは時には「自分の命は自分で守る」とい
ういしきを持つことがとても大切です。この本を
読んで、無理のないはいいので、少しづつぼう
さいについていしきしてみましよう。

もくじ

1. 阪神・淡路大震災から30年 2ページ
2. もしも、おおきなじしんがおきたら？ 3ページ
3. おおきなじしんに、そなえるためには？ 5ページ
4. もしも、おおきなたいふうがきたら？ 7ページ
5. ちょっと+（プラス）の防災コラム 9ページ
6. マチカネくんとゆく！「レッツゴー！防災公園！」 . . . 10ページ
7. チャレンジ！ぼうさいクイズ（もんたい） . . . 15ページ
8. チャレンジ！ぼうさいクイズ（こたえ） 17ページ

はんしん あわじ だいしんさい 阪神・淡路大震災から30年

● ゆがんでしまった豊中市内のマンション

● くずれてたおれてしまった家

● たおれてしまったブロックべい



じしんって、
とっても
こわいね.....！



● コンビニにできた行列



● おれてしまったクリーンランドのえんとつ



もしも、おおきな

じしんが おきたら？

- ・テーブルの下などに
かくれる
- ・カバンなどで頭を守
る
- ・ゆれがおさまるのを
まつ
- ・あわててコンロの火
を消そうとしない



①まずはみをまもる！

ゆれた！

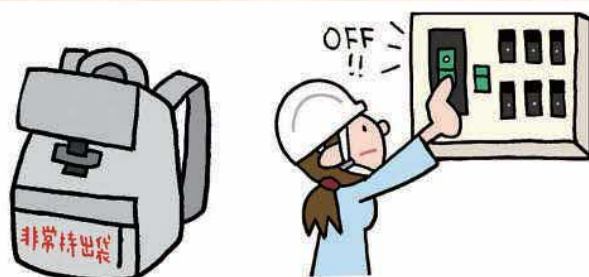
- ・ドアを開けて、にげ
道をつくる
- ・あわてて外に出ない
- ・火を消す
- ・スリッパや、くつを
はいてケガをふせぐ
- ・家族の安全をかくに
んする



②あんぜんをかくほする！

ゆれが
おさまった

- ・ひじょう用リュック
を用意しておく
- ・ラジオやテレビなど
で、正しいじょうほ
うを集める
- ・ひなんするときは、
ブレーカーを落とそ
う



③ひなんにそなえる！

すこし
おちついた

- ・おうちをはなれると
きは、カギをかけよ
う
- ・近所の人と声をかけ
あおう
- ・地いきの人たちとい
っしょに行動しよう



④ちかくのひとときょうりよく！

もうすこし
おちついた

- ・ひなん所では、みん
なで助けあつて生活
する
- ・ラジオなどでじょう
ほうを集める
- ・水や食りようはびち
くしておく、とて
も役立つよ



⑤みんなできょうりよく！

ひんが
はじまった

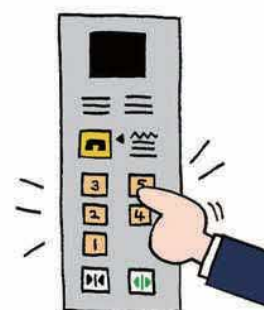
●建物の中にいたら



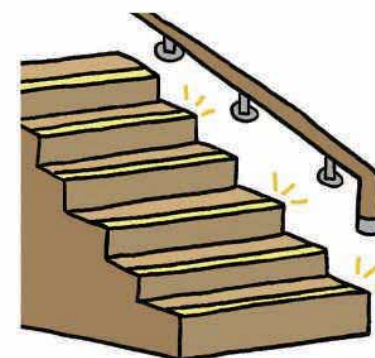
たおれてきそうなもの
からは、はなれよう！



つくえや、テーブルの
下にかくれよう！



エレベーターの中にい
るときは、全部の階の
ボタンをおそう！



建物から出るときは、
エレベーターじゃなく
てかいだんをおう！

●建物の外にいたら



大きなかんぱんが落ち
てくることもあるよ！



ブロックべいや電柱な
どからはなれよう！



できるだけ、たてもの
にも近づかないように
しよう！



川や、海などからはす
ぐにはなれよう！

地しんは、いつ起ころかわからない！
そのとき、君がどこにいるかわからない！



おおきなじしんに、

そなえるためには？

・水
ひとり1日3リットル
を、3日分いじょう

・たべもの
すぐに食べられるもの
を中心にえらぼう。ひ
なん所生活であきがこ
ないように、好きな食
べものをえらぼう



そなえる



ローリング
ストック

食べる



買う



ひつようなものは



なんだろう？

- ・おかね
- ・ほけんしょう、いんかん、つつちゅうなで
- ・水
- ・たべもの
- ・けいたいラジオ
- ・かいちゅうでんとう
- ・モバイルバッテリー
- ・ばんそうこう
- ・いつものんでいるおくすり
- ・ハブラシ
- ・あせふき、ボディタオルなど
- ・けいたいトイレ
- ・ビニールぶくろ
- ・トイレットペーパーやティッシュペーパー
- ・生理用品
- ・キッチン用ラップ
- ・家族に赤ちゃんがいるときは、オムツなどの赤やん用品



ひじょう用リュックの中に入れておきたいもの

●家具のおきかたに気をつけよう

ねる場所には、大きな家具をおかないこと！

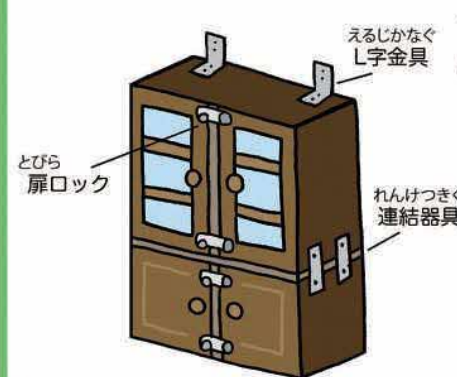


近くにスリッパを置いておくと、足をケガしなくてすむよ。

家具がたおれても、にげ道をふさがないようにしよう。



家具などは動かないように、できるだけこていしておこう！



●事前に決めておこう

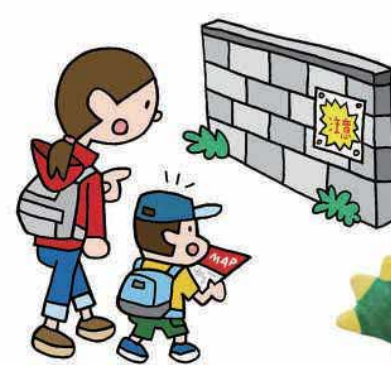
家族と話し合って、大きな地しんが起きたときにどこに集まるかを決めておこう。



みんなの学校はひなん所になるよ。おぼえておこう！



おうちの近くをさんぽして、きけんそつな場所をさがしてみよう！



君はもう、だいじょうぶ？
あうちの人といっしょにかくにんしよう！



もしも、おおきな

たいふうがきたら？

なにがとんでくるかわからない！
外に出るのはきけん！ ぜったいにやめよう！

● 建物の中にいるとき

安全なたてものの中にいるときは、外に出ない！



おうちが安全でないときは、ひなん所のかいせつじょうほうや外の様子をかくにんしてから、早めにひなんしよう！



● 建物の外にいるとき

風でものがとばされてきたり、大きな木や電柱などがたおれてくることがあるよ。



がけがくずれてくることもあるよ。



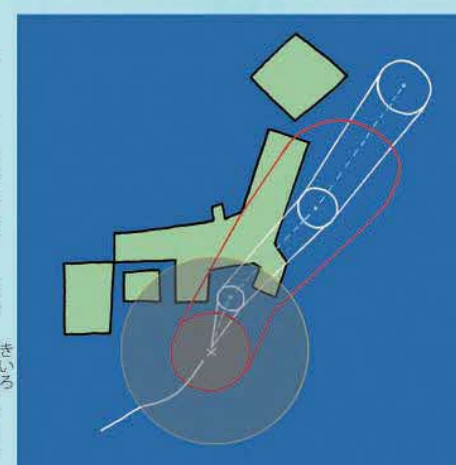
今いる場所で雨がふつていなくても、川の上流でたくさん雨がふっていたら、川があふれてくることもあるよ！



すぐにはなれて安全な場所にひなんしよう。

■ 台風じょうほうの見方

左の図の、×マークのところが「いまの台風を中心」だよ。



×マークのまわりの、黄色い○の中は、とても風が強い「強風いき」。
赤い○の中は、もっと風が強い「ぼう風いき」。

強風いきの風速は15メートルいじょう。これは、かさがこわれてしまうほどの強い風なんだ。

台風などの動きは、あるていどよそくできる！
しっかりとじゅんぴをしてそなえよう！

● じょうほうを集めよう

天気よほうなどで台風の動きをしらべよう。

テレビのリモコンにある「dボタン」をおすと、ひなん所が開いているかどうかなど、さいがいに開するじょうほうを見ることができ。



ねんのため、ラジオも用意しておこう！

おぼえておきたい「けいかいレベル」

■ けいかいレベル3
「高れい者等ひなん」
体が不自由な人などがひなんする。

■ けいかいレベル4
「ひなんしじ」
全ての人がひなんしないといけない。



● 事前にそなえておこう

外においているものはできるだけおうちの中に入れておくか、こていしておこう！



おうちのまわりのみぞなどにゴミがたまっていたら、そつじしておこう！



水や電気が使えなくなることもある。



モバイルバッテリーやかいんトイレを用意しておくと安心だよ。



「指定きんきゅうひなん場所」と「指定ひなん所」はどちらがう？

「指定きんきゅうひなん場所」とは、災害からすぐに身を守るために行く場所なんだ。だから、さいがいのしゅるいごとに決められているよ。「地しんのときはがんじょうなたてものの中にひなんする」、「水がいのときはできるだけ高いたてものにひなんする」というように、きんきゅう時には行くべき場所がかわってくる。だから注意がひとつだよ。

「指定ひなん所」は水道や電気などがとまってしまったときや、おうちがくずれそうでキッチンなど、一時的に生活する場所として行くところなんだ。開せつされたことをかくにんしてから行く！

●に人がはいっていくマークは「指定きんきゅうひなん場所」



いそいで行く！
さいがいのしゅるいに注意！



あわてず、じゅんびして行きやう

おうちに人がはいっていくマークは「指定ひなん所」

マチカネくんとゆく！レッツゴー！防災公園

ぼうさいこうえん

防災公園とは？
さいがいが起きたとき役に立つ公園のことだよ。
豊中市内には、
・野畑南公園
・野田中央公園
・ふれあい緑地の3か所があるんだ！

今日は、ふれあい緑地にやってきましたよ！
防災公園って、どんなところなんだろう？

とよなかし こうしき
豊中市公式キャラクター
マチカネくん(ぬいぐるみのすがた)

もしかしてここを開けると……？

マチカネくん、さっそくなにかを発見……

なんだろアレ……

中からコンセントが！
上についてるのはソーラーパネルだワニ！

さいがい用伝言ダイヤル

さいがい用伝言ダイヤルとは、さいがい時に使えるようになる、電話を使った伝言サービスのこと。いざというときのために、おぼえておこう。

《自分の声をろくおんするとき》

- ①「1・7・1」に電話をかける。
- ②「1」をおす。
- ③おうちの電話番号をおす。
- ④自分の声を伝言としてろくおんする。

《ろくおんされた伝言をきくとき》

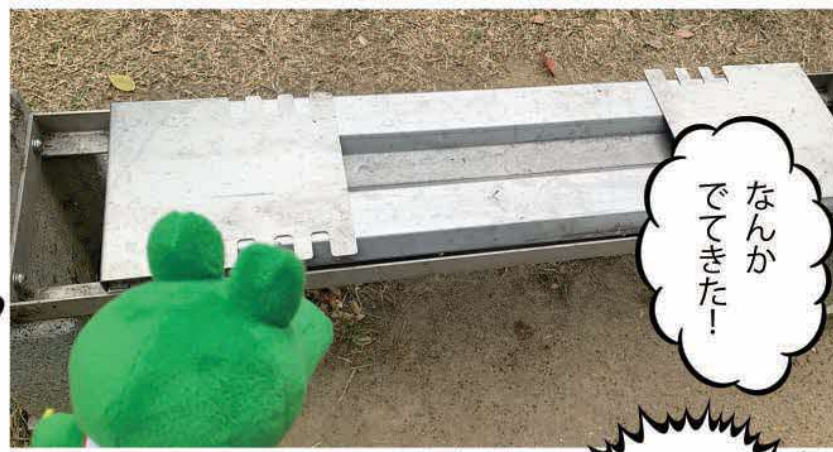
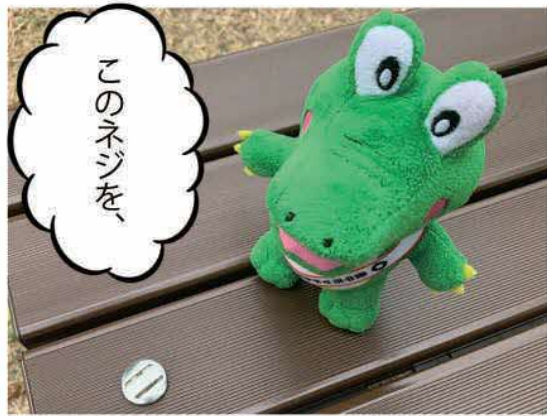
- ①「1・7・1」に電話をかける。
- ②「2」をおす。
- ③おうちの電話番号をおす。
- ④ろくおんされた伝言をきく。

公しゅう電話のつかいかた

- ①受話器をとる。
- ②お金をいれる。(10円玉か、100円玉。)
10円玉1まいだけだとすぐに通話が切れてしまうので、お金は多めにいれておこう。
- ③ツーンという音がしたら、電話番号をおす。



171



ぼうさいこうえん 防災公園 まとめ!!



チャレンジ！

ぼうさいクイズ

Q 1
はんしん・あわじ大しんさいがおこったとき、豊中市のしん度はどれくらいだった？

- ① しん度8
- ② しん度7
- ③ しん度5弱〜6弱

Q 4
部屋の中のをなえについて、まちがっているものはどれでしょう。

- ① 出入口のあたりに家具をおかない
- ② 大きな重い家具の近くでねる
- ③ 重いものは下におく

Q 7
3人分の水を、1週間分びちくした。どのくらいの量がひつようだろうか。

- ① 約3リットル
- ② 約10リットル
- ③ 約60リットル

Q 10
さいがいのきけんから一時的ににげるための公園や広場などの場所のことをなんという？

- ① 指定きんきゆうひなん場所
- ② 指定ひなん所
- ③ ひじようぐち

Q 13
ひなん所で生活するときに重要なことは、つぎのうちどれでしょう？

- ① トイレをガマンしない
- ② 場所節約のため、通路を作らない
- ③ 物資は早い者勝ちでゲットする

Q 16
家族が無事かどうか知りたいけど、れんらくがとれません。さいがい用伝言ダイヤルの番号は？

- ① 110
- ② 117
- ③ 171

Q 2
はんしん・あわじ大しんさいでは、たくさんの方が命を落としました。一番多かった理由はなんでしょう。

- ① 火事
- ② 建物のとうかい・家具の下じき
- ③ つなみ

Q 5
家の中にいるとき、大きな地しんが発生しました。まずはじめにすることは？

- ① つくえの下などで頭を守る
- ② 台所の火がついてないか見に行く
- ③ 外に出て助けをもとめる

Q 8
ひなんするとき、家を出る前にしておくべきことは？

- ① カギを開けておく
- ② ドアを開けておく
- ③ ブレーカーを落としておく

Q 11
指定きんきゆうひなん場所はどこ？



Q 14
川の近くにいるときにつなみけいほが発令されました。どこへ行く？



Q 17
大きなさいがいが発生してから72時間以内ににつながるむせんLANは？

- ① 0000JAPAN
- ② free_wifi_72
- ③ J_rescue

Q 3
はんしん・あわじ大しんさいで、生きうめになった人を一番多く助けたのはだれでしょう。

- ① 消防隊
- ② 自衛隊
- ③ 家族や近所の人たち

Q 6
家の近くを歩いているとき、大きな地しんが発生しました。どこへ行くのがいい？

- ① 電柱につかまりに行く
- ② ブロックベいにもたれに行く
- ③ ひらけた場所に行く

Q 9
ひなんするとき、安全を守るために正しい行動はどれでしょう？

- ① 速く走れる底のうすいくつをはく
- ② ねる場所近くにくつをおいておく
- ③ 室内では土足をさける

Q 12
さいがいによっておうちで生活ができなくなったときにひなんする場所をなんという？

- ① 指定きんきゆうひなん場所
- ② 指定ひなん所
- ③ ひじようぐち

Q 15
北のほうで火事が発生しました。北から風が吹いています。どちらの方向ににげる？

- ① 北
- ② 東
- ③ 南

Q 18
さいがい時、スマホのバッテリーを長持ちさせるための方法は？

- ① GPSをオフにする
- ② 画面の明るさを最大にする
- ③ 音楽のストーリーミング再生をする

クイズの ことえ！

③ しん度5弱〜6弱

しん度は0から4、5弱、5強、6弱、6強、7までの10だんかい。はんしん・あわじ大しんさいのときは、豊中市の最大しん度は5弱から6弱だったと言われているよ。

② 建物のとうかい・家具の下じき

多くの人が、建物のとうかいや、家具の下じきとなることで命を落としてしまったんだ。

③ 家族や近所の人たち

自分の力でだつしゅつできなかった3.5万人たちのうち、2.7万人が、近りに住んでいる人などに助けられたんだ。

② 大きな重い家具の近くでねる

ねている間にたおれてきたら、あぶない。ねる場所に大きな家具をおくのはさけよう。

① つくえの下などで頭を守る

コンロなどの火は、自動で消えるようになっていことが多く。あわてず、まずは自分の身を守ろう。

③ ひらけた場所に行く

電柱や、ブロックベいなどはたおれてきてあぶないよ。できるだけひらけた何もない場所に行こう。

③ 約60リットル

1人あたり、1日にひつような水の量は約3リットル。3リットル×3人分×7日分で、63リットルもひつようなんだ。

③ ブレーカーを落としておく

ブレーカーを上げたままひなんすると、ふつきゅうしたときに火事のげんいんになることがあるよ。

② ねる場所近くにくつをおいておく

くつやスリッパは、ガラスなどのはへんから足を守るために重要だよ。

① 指定きんきゅうひなん場所

さいがいが起きた時、すぐに身を守るための場所が「指定きんきゅうひなん場所」。「指定ひなん所」との違いをおぼえておこう。

③



① は指定ひなん所。
② はひじょうぐち。

② 指定ひなん所

おうちのかわりに生活をするための場所が「指定ひなん所」。「指定きんきゅうひなん場所」との違いをおぼえておこう。

① トイレをガマンしない

ひなん所に人が多くても、トイレはガマンしないようにしよう。ひなん所では、おたがいに助け合って生活しよう。

②

川とはすい直にげよう。川や海からは、はなれることが重要だよ。

② 東

火事が起きている北や、風下の南はやけどするおそれがあるよ。風とすい直方向の、東か西にげよう。

A 16

③ 171

さいがいの時に使える伝言ダイヤルだよ。いざという時のためにおぼえておこう。

A 17

① 0000JAPAN

スマホを持っている人は、いざという時のためにおぼえておこう。

A 18

① GPSをオフにする

GPSとは自分がいる場所をとくていするじょうほうのこと。オフにすることで、電池を節約できる。