

じしん お

地震が起きたら！～身の守り方～

木津川市立加茂小学校
安全教育部

いつどこで自然災害が発生するのかは、わかりません。

もしも、の時に備えて、自然災害が発生した時の「身の守り方」を覚えておきましょう。

＜学校にいる時に地震がおこったら＞

*物が「落ちてこない」「倒れてこない」「移動してこない」場所に避難する。
*頭を守る。

*授業中



机の下に隠れる。机は軽く地震の揺れで移動することがあるので、必ず机のあしを持って揺れがおさまるのを待つ。

身をかくす場所がないときは「ダンゴムシのポーズ」



運動場や体育館など、身をかくす場所がないときは、ダンゴムシのように体を丸めて、手で頭を守りながら、揺れがおさまるまで待つ。

*トイレ中

ドアが開かなくなったり、閉じ込められたりする危険があるので、揺れを感じたら、すぐにドアをあけて、揺れがおさまるまで待つ。

＜避難の時の約束＞

「おかしも」

お…おさない

か…かけない

し…しゃべらない

も…もどらない

おさない

かけない

しゃべらない

もどらない



＜登下校中に地震がおこったら＞



ひろいばしょ いどう ゆ
広い場所に移動。揺れがおさまるまでその場でしゃがんで待つ。

じどうはんぱいき でんちゅう くるま へい き たもの
自動販売機・電柱・車・塀・木・建物などのそばから離れる。

て あたま まも
手さげかばんやランリュックで頭を守る。
ゆ ひなん
揺れがおさまってから避難する。



＜家にいる時や、出かけている時に地震がおこったら＞

学校にいる時と同じ

お たお いどう
「落ちてこない」「倒れてこない」「移動してこない」場所に避難する。
あたま まも
そして、頭を守る！

かく ばしょ だんごむし ぼーず み まも
隠れる場所がないときは、ダンゴムシのポーズで身を守りましょう。

* エレベーターの中にいたら

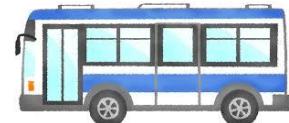


かい ぼたん お かい お
すべての階のボタンを押して、とまった階で降りましょう。

と こ いんたーほん がいぶ れんらく
もし閉じ込められたら、インターホンで外部に連絡して、

たす く ま
助けが来るのを待ちましょう。

* バスに乗っていたら



きゅうぶれーキ てんとう ゆ かん
急ブレーキがかかると、転倒してけがをするおそれがあります。揺れを感じたら、しっかり
て 手すりにつかまって、急ブレーキに備えましょう。

じしん
地震はいつおこるかわかりません。自分で自分を守るために、
じしん とき こうどう
地震がおこった時にあわてずに行動できるようにしておきましょう。

＜地震が起きた時の 合い言葉！＞

お たお いどう
「落ちてこない」「倒れてこない」「移動してこない」
ばしょ ひなん あたま まも
場所に避難する そして、頭を守る！