

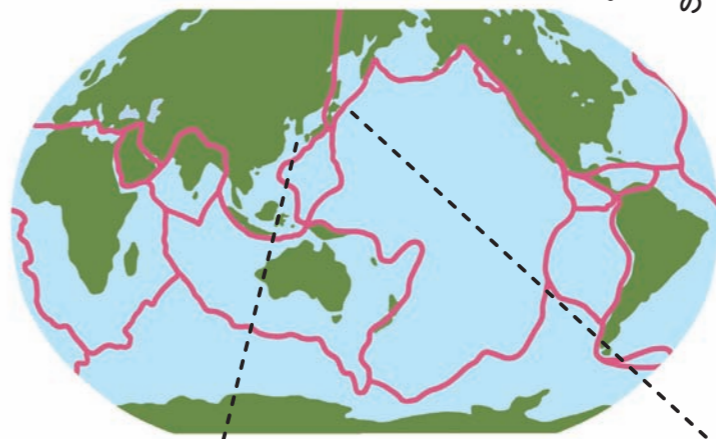


じしんはどいつて おきるの??

じしんがおきると、
じめんがおおきくゆれるね。
じしんはじめんのしたにある
おきないわがずれておきるんだよ。

にほんのまわりのプレート

じめんのしたには、
プレートというおきないわの
いたのようなものがあります。
プレートとプレートのさかいめでは、
よく、じしんがおきます。
ちせうは、
じせうすうまごの
プレートに
おおわれている。

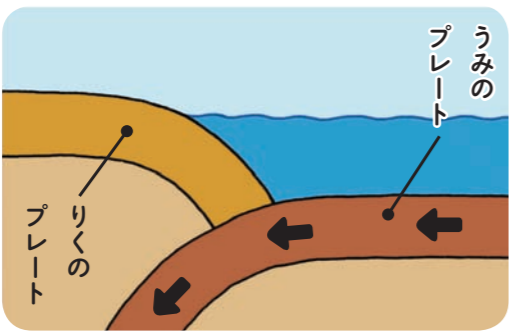


にほんのしたには、4つのプレートがあり、
プレートのさかいめではよくじしんがおきる。

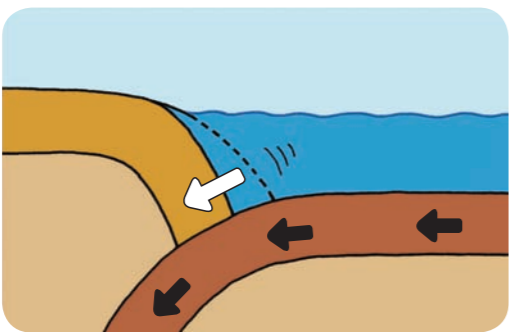
プレートのさかいめでは、うみのプレートと
りくのプレートがぶつかりあっています。
プレートとプレートのうごきがじしんをひきおこします。

じしんがおきるしくみ

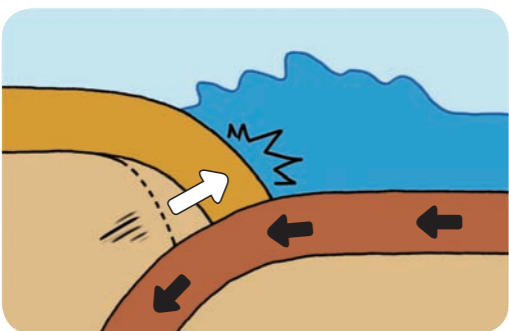
① りくのプレートのしたに、
うみのプレートが
もぐりこむ。



② りくのプレートが
うみのプレートに
ひきずられていく。

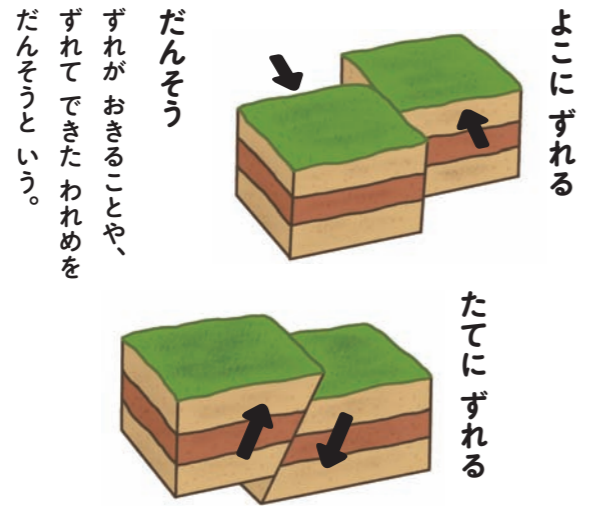


③ ひきずられていた
りくのプレートがもとこ
もどろうとして、
きゆうにはねあがる。
このうごきがじしんを
おこしたり、つなみを
おこしたりする。



だんそうのずれでおきるじしん

うみのプレートとりくのプレートの
さかいめではないところでも
じしんはおきます。
じめんのしたのいわのいたが
こわれてずれることで、
じしんをひきおこします。



うちの かたへ

海と陸のプレートがぶつかりあう「プレート境界地震」は、
長くゆっくりとした揺れが特徴で、震源が海底にあるため、津
波を伴います。一方、プレート運動により地下の岩盤が壊れて
ずれることやその割れ目を「断層」といい、今後もずれる可能
性がある断層を「活断層」といいます。日本には約2000の

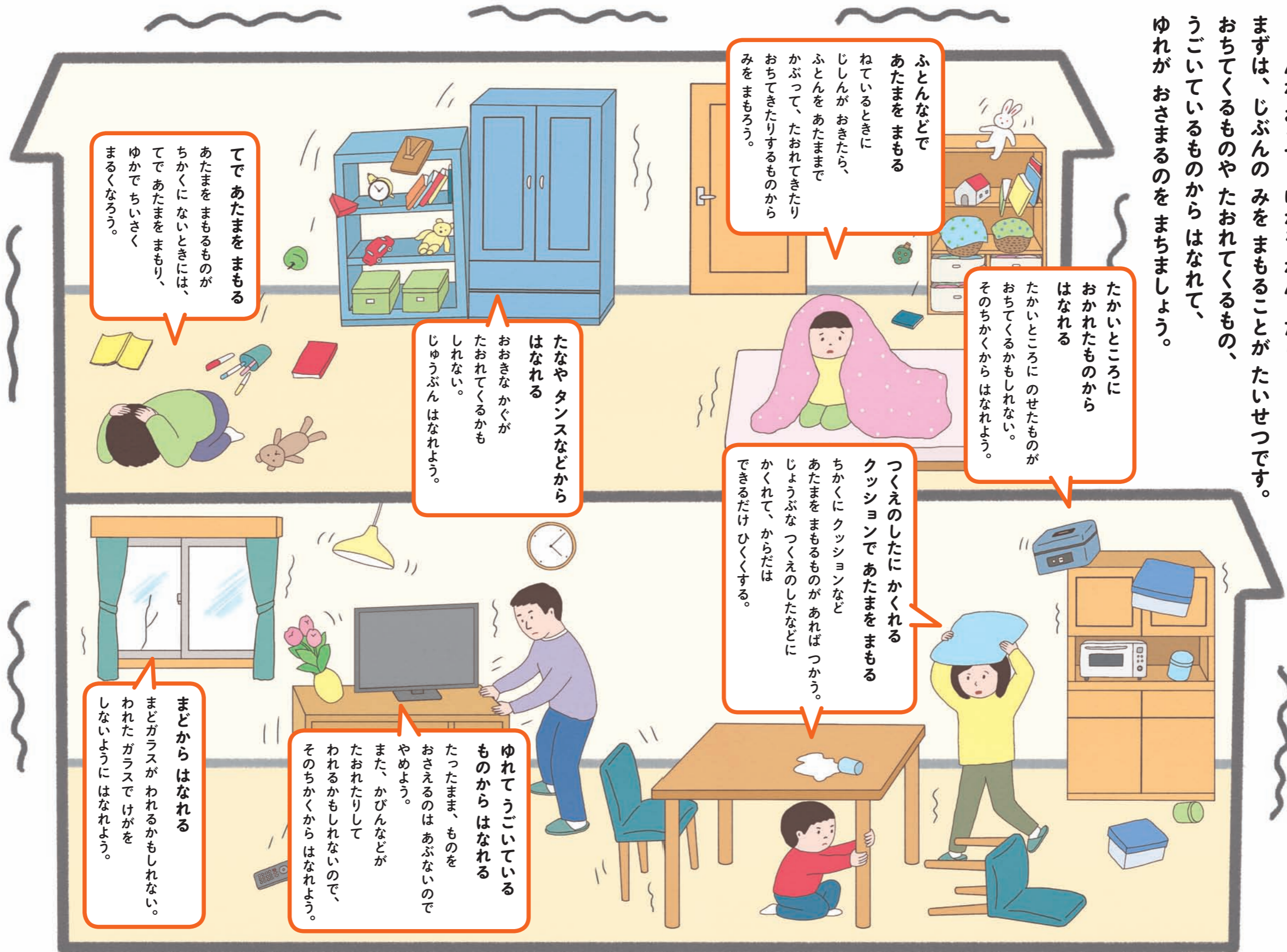
活断層があるとされ、この活断層が横や縦にずれて動いた時に
起きるのが「活断層型地震(123ページ)」です。活断層型地震は、
「直下型地震」ともいわれ、震源(122ページ)が浅く、下から突き
上げるような縦揺れが起きます。ほかに、火山活動によって火
山やその周辺で起きる「火山性地震」もあります。



ゆれをかんじたら どうしたらいい？ーいえー

じしんがくるといつも
びっくりしてしまうね。
どうしたらあわてずに、
こうどうできるかな。

じしんがおきて、ゆれをかんじたら
まずは、じぶんのみをまもることがたいせつです。
おちてくるものやたおれてくるもの、
うごいているものからはなれて、
ゆれがおさまるのをまちましよう。



たかいところに
おかれたものから
はなれる
たかいところにのせたものが
おちてくるかもしれない。
そのちかくからはなれよう。

ふとんなどで
あたまをまもる
ねているときに
じしんがおきたら、
ふとんをあたままで
かぶって、たおれてきたり
おちてきたりするものから
みをまもろう。

たなやタンスなどから
はなれる
おおきなかくが
たおれてくるかも
しれない。
じゅうぶんはなれよう。

てであたまをまもる
あたまをまもるものが
ちかくにないときには、
てであたまをまもり、
ゆかでちいさく
まるくなろう。

つくえのしたにかくれる
クッションであたまをまもる
ちかくにクッションなど
あたまをまもるものがあればつかう。
じょうぶなつくえのしたなどに
かくれて、からだは
できるだけひくくする。

ゆれてうごいている
ものからはなれる
たったまま、ものを
おさえるのはあぶないので
やめよう。
また、かびんなどが
たおれたりして
われるかもしれないので、
そのちかくからはなれよう。

まどからはなれる
まどガラスがわれるかもしれない。
われたガラスだけが
しないようにはなれよう。

うちの かたへ

地震の時は、「物が落ちてこない」「倒れてこない」「移動して
こない」安全な場所を確保して、身を守ることが大切です。隠
れる場所がなければ、後頭部にクッションや手を当て、ひざを
床について体を丸めるポーズで身を守ります。火の始末は、揺
れがおさまってからにします。しかし、気が動転して適切な判

断を下すのが難しくなる場合もあります。そうならないために、
日頃からどう行動すべきかを家族で話し合ったり、防災訓練に
参加したりしましょう。万が一閉じ込められた場合は、大声を
出し続けると体力を消耗するので、硬いものでドアをたたいた
り、笛をふくなどして助けを呼びましょう。



ゆれをかんじたら どうしたらいい？ーそとー

ようちえんやほいくえん、がっこうからのかえりみちやこうえんにいくとちゅう、もしじしんがきたらどうしたらいいのかな。

そとやどろろに
いるとき、
じしんがおきたら、
おちてくるものやたおれてくるもの、
ゆれてうごいているものからはなれて
かばんなどであたまをまもりながら
ひろくてあんぜんなばしょに
ひなんしましょう。



かんばんなどが
おちてこないところに
ひなんする
おみせやビルの
かんばんが
おちてくるかもしれない。
あたまをまもりながら
あんぜんなばしょへ
ひなんしよう。

われたまどガラスなどが
おちてこないところにひなんする
まどガラスがわれたり、
かべがはがれて
たてもから
おちてくるかもしれない。
あたまをまもり、
ようすをたしかめながら
ひなんしよう。



でんちゅうからはなれる
でんちゅうが
たおれるかもしれないので
そばをはなれよう。
でんせんがきれて
ぶらさがっていたら、
ぜったいにちかづかない。
さわると、かんでん(↓90ページ)
してしまう。

じどうはんばいきから
はなれる
じどうはんばいきが
たおれてくるかもしれない。
あんぜんなところまで
はなれよう。



へいやいしがきから
はなれる
へいやいしがきが
くずれてしたじき
なるかもしれない。
あぶないのではなれよう。

じわれ(↓123ページ)が
おこっている
ところにはちかづかない
じめんがわれたり、
へこんだりしたところには
あぶないのでちかづかない。
そこからはなれよう。



こうえんやグラウンドなど
ひろいところにひなんする
たおれてきたりおちてきたりする
ものがない、こうえんや
グラウンドにひなんしよう。



おうちの かたへ

外にいる時に、揺れを感じたら、「物が落ちてこない」「倒れてこない」「移動してこない」安全な場所へ避難することが大切です。その際、安全確認せず道路にとびだしてはいけません。揺れがあまりに大きすぎて動けない場合は、持っている鞆などで頭を守りましょう。外では、窓ガラスや看板だけでなく空調機の

室外機やベランダの物干し竿なども落下する危険があります。また、工事現場では、はしごなどの工事機材が倒れてくるかもしれないので、できるだけ離れましょう。狭い道路は、何かが倒れてきたり落ちてきたりした場合、逃げる場所が少ないので、速やかに広い場所へ避難することが大切です。



ゆれをかんじたら どうしたらいい？ーまちー

じしんがおきたとき、
たくさんのおもちゃが
のりもののなかにいても、
おちついてみまもろう。

まちでじしんにあってしまったら、
どうしたらよいでしょようか。

おみせやエレベーター、
のりもののなかなど、
どこにいるかによって
みのまもりかたがちがいます。

おみせのなかにいるとき

しょうひんがたなからとんでくるかも
しれない。たなからはなれ、
かごやかばんであたまをまもり、
ひろいばしょにうつろう。



ショーケースなどのガラスが
われるかもしれない。
あぶないのでガラスからはなれよう。



エレベーターやエスカレーターは
じしんでとまることがある。
ゆれがおさまったら、かいだんをつかおう。



ゆれがおさまったら、はしらずに
おちついてそとへでよう。
そとにできるときは、
ものがうえからおちてこないか、
よくみてからでよう。



エレベーターのなかにいるとき

ゆれをかんじたらすぐにすべてのかいの
ゆきさきボタンを押して、とまったかいでおりよう。
もし、とじこめられたらひじょうようのボタンを
おして、そとにれんらくしよう。



のりものにつかっているとき

きゆうにのりものがとまるかもしれないので
たおれたりしないように、
てすりにつかまってあしでふんばろう。
すわっていたら、かばんなどであたまをまもろう。



ゆれがおさまっても
かかってそとにでたりせず、
かかりいんの
いうとおりしよう。



おうちの かたへ

大きな地震が起きた時、地下街では、停電で多くの人がパ
ニックになり、非常口に殺到する可能性があります。揺れてい
る中でむやみに移動するのは危険です。落ち着いて、柱や壁の
そばで揺れがおさまるのを待ちましょう。
車を運転中に揺れを感じたら、慌ててブレーキをかけず、ハ

ザードランプを点灯して少しずつ減速し、道路の左側に停止さ
せます。すぐ外に出ずに、ラジオなどで情報を確認しましょう。
車を置いて避難する時は、できるだけ道路外に移動させます。
緊急車両が通行する時、車を動かせるように、ロックせずキー
をつけたまま避難しましょう。



ゆれがおさまったら

ゆれがおさまったら、どうすればいいのかな。けがをしたり、かじになったりしないようにきをつけてはいけなね。

ゆれがおさまっても、じしんが

さらにべつのさいがいをもたらすことがあります。

じぶんのみをまもるために、

どんなことをするべきなのか、

しっておきましょう。

ドアやまどをあけておく

きけんをかんじたら、いつでもそとに

でられるように、ドアやまどをあけておこう。



ひをけす

ゆれがおさまったら

あわてずに

ガスコンロのひをけそう。



くつやスリッパをはく

われたガラスなどが

ゆかにちらばっている

かもしれないので、

けがをしないように、

くつやスリッパをはこう。



テレビやラジオを
つける

じしんのニュースを

みたり、きいたりして、

ひがいのようすや、

にげるひつようが

あるのかどうかを

しろう。



きんじよのようすを
たしかめる

もし、きんじよで

かじがおきていたら、

「かじだー」とさけんで、

まわりのひとにしらせよう。



かぞくのぶじをたしかめる

いっしょにいるときは、おたがいに

けががないかをたしかめよう。

かぞくがとおくにいるときは、

あらかじめきめておいたほうほうで

れんらくをとろう。



もしそとでじしんがおきたら

そとにいるときにじしんにあい、

ゆれがおさまったら、

いえのちかくにいるときは、

おちついていえにかえりましょう。



ようちえんやほいくえん、がっこうの

ちかくにいて、いえにひとがいない

ときは、がっこうやえんに

むかいます。

おうちの かたへ

地震が起きた時、どこにいるかによって、その後の対応が変わってきます。自宅にいる場合は、ガスコンロの火を消し、ガスの元栓を閉め、外に避難する必要があります。また、近くで火事が起きていないか、家屋に倒壊の恐れがないかなど、安全を

確認したり、ラジオなどで正確な情報を得たりして、避難するかどうかを決めます。もし、家から遠い場所で地震にあい、交通機関が止まってしまった場合は、無理をして歩いて帰ることはせず、近くにある安全な建物や一時避難できる場所で待機しましょう。



ようちえんやほいくえん、 がっこうでじしんがきたら

えんやがっこうにいるときでも
じしんはくるかもしれないね。
おちついてみをまもるには
どうしたらいいのかな。

えんやがっこうにいるとき、
じしんがおきたら、まずはおちついて
せんせいのいうとおりに行きましょう。
せんせいがいないときも、
あわてずにつくえのしたにもぐったり、
あたまをかかえて
みがかめたりして、
じしんがおさまるのを
待ちましょう。

きょうしつの中にいるとき



たなからはなれる

たながたおれてしたじきに
なることがあるので、
たなからはなれよう。

まどからはなれる

ガラスがわれることが
あるので、まどからはなれよう。

つくえのしたにもぐる

まどガラスのはへんや、
しょうめいきぐなどが
おちてくるかもしれない。
つくえのしたにもぐったら、
つくえのあしをもち、
ゆれがおさまるのをまとう。

たいいくかんにいるとき

まどガラスやバスケットボールの
ゴールのしたからはなれて
みがかめてあたまをまもり、
ゆれがおさまるのをまとう。



ゆれがおさまってからひなんするとき

こうしゃやたいいくかんなどの
たてもののなかにいるときは、
ゆれがおさまってから
こうていにてましよう。
いどうするときは、ヘルメットや
ぼうさいずきんであたまをまもり、
ひとをおしたり、はしったりせず、
ひなんしましょう。



こうていにいるとき

こうしゃの
まどガラスがわれたり、
かべがこわれたりすることが
あるので、こうていの
まんなかにあつまろう。



おうちの かたへ

地震が起きた時は、どのような状況でも、「物が落ちてこない」「倒れてこない」「移動してこない」場所に素早く身を寄せて安全を確保することが大切です。園や学校の廊下や階段で地震にあった場合、近くの教室の机の下に隠れるか、窓ガラスやロッカーから離れて揺れがおさまるのを待ちます。また、体育館で

は、照明器具やバスケットボールのゴールの落下などには十分に気をつけましょう。学校や園の中でも、必ず先生が子どもに近くにいるとは限らないため、地震が起きた時、子どもが自分で考えて行動できるように、日頃から家族で話をしておくことが大切です。



じしんにそなえる

もしじしんがおきても、
ふだんからちゃんと
じゅんぴをしておけば、
あわてなくてもすむね。

じしんがおきたときは、おちついて
こうどうをするようにしましょう。
そのためには、さいがいにそなえて
じゅんぴをしておくことが
たいせつです。

たかいところに
ものをおかない
たなのうえなどに
おもいものをおいておくと
おちてあぶないので
おかないようにしましょう。

つくえやいすに
すべりどめをつける
つくえやいすは、
たおれたりすべったり
しないように、あしに
すべりどめをつけよう。

ドアのちかくに
ものをおかない
じしんのゆれでものが
たおれてでぐちが
ふさがれない
ようにする。

ひなんようぐを
じゅんぴする
さいがいにそなえて
ひつようなものを
じゅんぴしておく。
(↓114ページ)

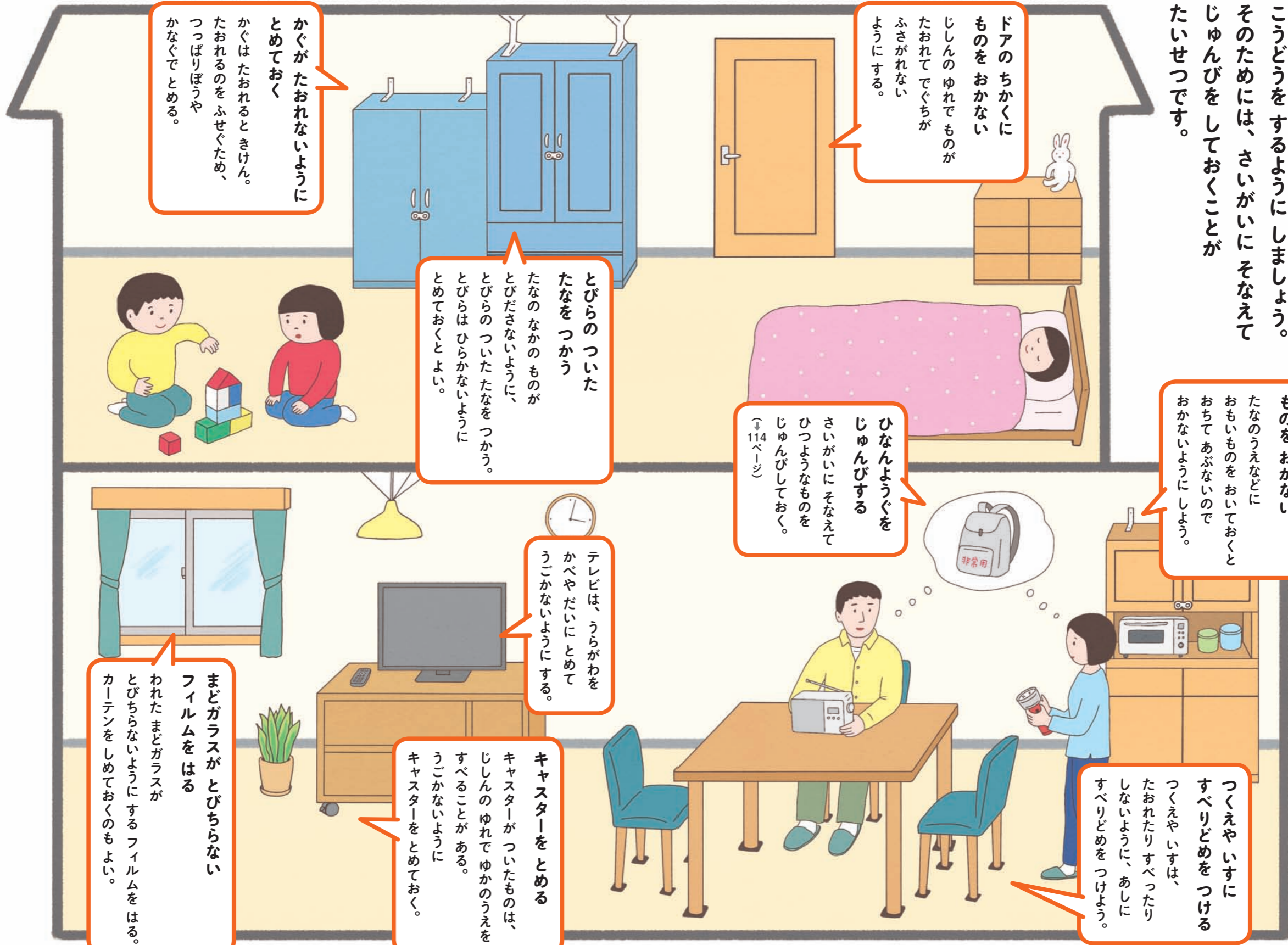
テレビは、うらがわを
かべやだいにとめて
うごかないようにする。

キャスターをとめる
キャスターがついたものは、
じしんのゆれでゆかのうえを
すべることがある。
うごかないように
キャスターをとめておく。

まどガラスがとびちらない
フィルムをはる
われたまどガラスが
とびちらないようにするフィルムをはる。
カーテンをしめておくのもよい。

とびらのついた
たなをつかう
たなのなかのものが
とびださないように、
とびらのついたたなをつかう。
とびらはひらかなないように
とめておくともよい。

かぐがたおれないように
とめておく
かぐはたおれるときけん。
たおれるのをふせぐため、
つつぱりぼうや
かなぐでとめる。



おうちの かたへ

このページで紹介した地震への備えの例は、子どもだけでは
準備が難しいため、おうちのかたが一緒にこなうようにしま
しょう。

地震が起きた時の怪我の原因の多くは、家具類の落下、転倒、
移動によるものです。そのため、その防止対策をおこなえば、

怪我をするリスクが下がります。特に寝室では、寝ているとこ
ろから離れた場所や入口をふさがない場所に家具を置きましょ
う。また、建物の耐震診断も重要で、1981年以前に建てら
れた建築物は、大地震に対する安全性が低いといわれているた
め、特に注意が必要です。