

公開用シナリオ ワークシート作業用教材（地震津波編）

P.	タイトル	説明概要
1	サムネイル	<p>地震・津波から命を守る ワークシート編</p> <p>この教材では、ワークシートを使って手を動かしながら、あなたの自宅とその周辺における地震と津波のリスクを確認し、命を守るためにどのような行動をとればよいかを考えていきます。</p>
2	作業の準備	<p>まずは作業の準備です。</p> <p>一つ目は「ワークシート」です。この動画教材の枠外に関連リンクを掲載していますので、記入できるよう紙に印刷して机の上に置いてください。筆記用具も忘れず準備しておきます。</p> <p>二つ目はお住まいの市町村が発行している「ハザードマップ」です。ハザードマップでは、自宅周辺での津波災害のリスクや、地震や津波が起こった際の避難場所を確認することができます。</p> <p>それでは、各家庭に配布されているハザードマップを手元に置いてください。市町村のホームページで公開しているハザードマップを使う場合は、画面に表示するか、紙に印刷して手元に置いてください。なお、ハザードマップはそれぞれの自治体で色使いや表現が異なるため、この教材では、国土交通省の「重ねるハザードマップ」を使って説明します。</p> <p>準備はできましたか？それでは始めましょう。</p>
3	ワークシートの説明	最初にワークシートについて説明します。
4		ワークシートの流れに沿って、自宅周辺における地震と津波のリスク、緊急時の避難場所と避難経路、地震や津波が起こった時にとる行動、さらに日頃からの備えについて、一緒に考えていきます。
5	自宅と自宅周辺のリスクを確認	自宅と自宅周辺のリスクを確認
6	ワークシート Check1	<p>Check 1 自宅にある地震のリスクを確認</p> <p>それでは、まず、自宅にある地震のリスクを確認しましょう。ここでは一般的な家の間取りを想定して、「台所」、そして「居間・寝室」の2つに分けて考えます。</p>

<p>7</p>	<p>自宅にある地震のリスク（台所）</p>	<p>「台所」では、冷蔵庫や食器棚などの大型家具類、火元であるガスコンロなどに着目します。</p> <p>まずガスコンロの周辺を見渡し、燃えやすいものが倒れてこないかを確認しましょう。</p> <p>次に食器棚です。地震で食器棚が転倒したり、中の食器が飛び出して落下し、割れた破片でケガをするおそれもあるため、しっかりと対策しておくことが大切です。まず、食器棚の本体は L 字金具などを使って天井や壁、柱に確実に固定しましょう。上下が別々の食器棚の場合は、連結させた上で固定するか、連結しない場合は、上段、下段それぞれを固定します。また、引き出しや観音開きの扉にはストッパーなどの扉開放防止器具を取り付け、中の食器が飛び出さないようにします。割れやすい食器は伏せて収納し、棚の底に滑り止めシートなどを敷くことも効果的です。</p> <p>次に冷蔵庫です。冷蔵庫は、上部と下部をそれぞれ固定することが大切です。まず、上部をベルトや L 字金具などで背面の壁に固定させます。また、底には移動用のキャスターが付いているため、地震で大きく移動してしまうことがあります。キャスターは必ずロックしましょう。</p> <p>最後は電子レンジです。電子レンジは、レンジ台に固定し、レンジ台そのものも床や壁にしっかりと固定しましょう。また、家具類の配置も、出入り口や窓の近くを避けるなど、転倒・移動して避難の妨げにならないように工夫してください。</p>
<p>9</p>	<p>自宅にある地震のリスク（居間・寝室）</p>	<p>次に「居間・寝室」です。</p> <p>テーブルや椅子の脚には、滑り止めをつけておきましょう。</p> <p>収納ワゴンや洋服ラック、ピアノなど、キャスター付きの家具は、キャスターロックをかけ、固定用の下皿などを設置して動かないようにします。</p> <p>また、テレビは、取扱説明書の転倒防止対策に従って固定します。テレビは重心が高いため、テレビ台に固定しても、テレビ台ごと転倒することがあります。テレビ台も壁や床などに固定しましよ</p>

公開用シナリオ ワークシート作業用教材（地震津波編）

		<p>う。</p> <p>ストーブを使う場合は、周囲に燃えやすいものが倒れてこないように配置しましょう。</p>
10		<p>就寝時の安全を確保するため、ベッドの周辺はなるべく家具を置かず、安全スペースを作りましょう。</p> <p>衣類タンスはL字金具などで天井や壁、柱に固定し、引き出しや観音開きの扉にはストッパーなどの扉開放防止器具をつけて、飛び出しを防ぎます。</p> <p>また、家具類の配置も、出入り口や窓の近くを避けるなど、転倒・移動して避難の妨げにならないように工夫してください。</p>
12	ワークシート Check2	<p>Check 2 ハザードマップで、自宅周辺の地震と津波のリスクを確認</p> <p>次に、ハザードマップを使って、自宅周辺の地震と津波のリスクを確認します。</p>
13	自宅周辺の地震・津波のリスク	<p>まず、重ねるハザードマップを表示します。枠外に掲載しているリンクをクリックすると、このような画面が表示されます。</p> <p>左上のボックスから、「津波」を選択します。色が付いたところは、津波による浸水が想定されている区域です。ただし、想定された規模を超える津波が襲来した場合には、この区域の外まで津波の被害が及ぶおそれがあることも覚えておきましょう。</p>
14		<p>次に自宅の住所を入力します。表示された住所の候補から、自宅に近いものを選択してください。</p> <p>あなたの自宅がだいたいわかる程度に拡大しながら、自宅付近が真ん中の＋（プラス）印に合うように画面を動かします。</p>
15		<p>自宅が、津波の浸水想定区域に入っている場合は、ワークシートにチェックをつけましょう。自宅そのものは区域外でも、周辺に津波浸水想定区域がある場合は、チェックをつけるようにしてください。</p> <p>なお、この項目にチェックをつけなかった場合、以降のワークシートにおいて、津波の項目を記入する必要はありません。</p>
17		<p>次に、地震と津波の「指定緊急避難場所」を、それぞれ表示させましょう。</p>

公開用シナリオ ワークシート作業用教材（地震津波編）

		<p>「指定緊急避難場所」とは、災害の危険から命を守るための緊急的な避難場所のことで、地震や津波、洪水、火山現象など、災害の種別ごとに市町村が指定を行っています。</p> <p>左のボックスから、「すべての情報から選択」、「指定緊急避難場所」を選択すると、災害の種別が表示されます。「地震」「津波」を順番にクリックすると、左のボックスの下部に追加されます。</p> <p>左のボックスで、「地震の指定緊急避難場所」をクリックして、地図に表示させます。</p>
18		<p>自宅から一番近い指定緊急避難場所はどこでしょうか。</p> <p>また、そこまでの避難経路を、ハザードマップで確認して、ワークシートに記入しましょう。</p>
20		<p>次に、「津波の指定緊急避難場所」を表示させます。いくつかは「地震の指定緊急避難場所」と共通していますが、多くは違う場所が指定されていることに気づいたでしょうか？同じ場所から避難する場合でも、地震と津波では適した避難場所が異なります。</p>
21		<p>地震は“広い場所へ”、津波は“高い場所へ”。この違いを覚えておきましょう。</p> <p>それでは、地震と同じように、津波についても、自宅から一番近い指定緊急避難場所と、そこまでの避難経路をワークシートに記入してください。</p> <p>避難場所までの道順を思い出し、途中で危険な場所がないか確認し、ある場合はワークシートに記入しましょう。</p>
22		<p>ブロック塀や看板、ガラス張りの建物、急な崖や山の近く、橋を渡る地点などは、地震によって通行できなくなったり、危険が高まったりしている可能性があります。避難経路を考えるときには、なるべくこうした場所を避けるようにしましょう。</p> <p>また、海や川の近くは津波の危険があります。絶対に近づかず、できるだけ離れた経路を選びましょう。</p>
24	自宅はどうなる？	自宅はどうなる？
25	ワークシート Check3	Check 3 実際に地震と津波が起こったら、あなたの家はどうなる？
26	あなたの家はどの	避難場所と経路を確認したら、次は視点を自宅に戻して考えてみ

公開用シナリオ ワークシート作業用教材（地震津波編）

	<p>ような状態に？</p>	<p>ましょう。</p> <p>実際に地震と津波が起こったら、あなたの家はどのような状態になるでしょうか。ここまでの内容を踏まえて、想像してみましよう。</p> <p>地震の項目は、まず家全体、そして台所、居間・寝室と、順番に記載していきます。</p>
28		<p>次に津波の項目です。</p> <p>ハザードマップでは、自宅周辺が津波の浸水想定区域に含まれているでしょうか。</p> <p>重ねるハザードマップの地図をクリックすると、その地点での津波の浸水想定が表示されます。</p> <p>また、津波は海から押し寄せることに加えて、海から川を逆流して川も急激に増水します。海や川との位置関係から、津波がどの方向から押し寄せてくるかも考えてみてください。その方向に、船着き場や駐車場などがあれば、小型の船や自動車が流され、自宅周辺に押し寄せてくるおそれもあります。これはあくまで一例であり、津波は、あらゆるものを巻き込みながら、あなたの自宅周辺に押し寄せてくるのです。</p> <p>これらを踏まえて、津波が起こった際に、自宅がどのような状況になるか考えて、ワークシートに記入しましょう。</p>
30	<p>地震発生後、気象庁の情報や周囲の状況に応じてとる行動</p>	<p>地震発生後、気象庁の情報や周囲の状況に応じてとる行動</p>
31	<p>ワークシート</p> <p>Check4</p>	<p>Check4 自宅で緊急地震速報 どう対応？</p>
32	<p>自宅で緊急地震速報 どう対応？</p>	<p>ここからは、実際に地震と津波が起こったときの行動を考えます。あなたは自宅にいます。すると、緊急地震速報をテレビやスマートフォン等で見聞きしました。</p> <p>台所、居間・寝室を想定し、記載例も参考にしながら、「何をしている時に」「部屋のどの場所で」「どうやって」「何をやる」をワークシートに書き出してみましよう。</p>

公開用シナリオ ワークシート作業用教材（地震津波編）

		緊急地震速報は、大きな揺れが来る前のごく短い間にお知らせする情報です。ただし、震源に近い場所では、緊急地震速報を見聞きする前に、地震による大きな揺れが突然起こることがあります。そのような場合でも、今回考えた身の安全を守る行動は、必ず役に立ちます。
34	ワークシート Check5	Check 5 強い揺れが長く続いた その後、どう行動？
35	強い揺れが長く続いた その後、どう対応？	緊急地震速報を見聞きした後、実際に強い揺れがきて、長く続きました。その後、地震による揺れが収まりました。自宅はどのような状況でしょうか。 また津波のリスクはありますか？ 記載例も参考にして、地震への対応と津波への対応について具体的に記入しましょう。
37	ワークシート Check6	Check 6 避難場所、避難経路、経路上の要注意箇所
38	避難場所、避難経路、経路上の要注意箇所	地震による自宅の損壊、あるいは津波のおそれがあることから、あなたは自宅から避難することにしました。 ここまで考えてきたことを改めて整理し、「いつ」「どこへ」「どの経路を通して」「この経路を通るときに注意する箇所」をワークシートに記載していきましょう。 津波からの避難は、津波警報を見聞きしたら速やかに行うのが基本です。しかし、地震の震源が陸域に近い場合には、津波警報の発表が間に合わず、津波が襲ってくることがあります。このため、海の近くにいる場合に「強い揺れを感じた時」や「弱くてもゆっくりとした揺れを感じた時」にも高台へ避難することが大切です。この点も忘れずにワークシートに記入しましょう。
40	日頃からできること	日頃からできること
41	ワークシート Check7	Check 7 いま、あなたができることは？
42	いま、あなたができること	ワークシートの最後の項目です。これまでの内容を踏まえて、いま、あなたができることはなんですか。

公開用シナリオ ワークシート作業用教材（地震津波編）

		<p>自宅の地震対策の見直し、地震や津波の際の避難場所を家族で話し合うこと、地震・津波に関する情報の入手方法の確認、避難生活に備えた非常用持ち出し品や水、食料の備蓄など、たくさんの「いまできること」が考えられます。</p> <p>すべての地震・津波対策を一度に進めるのはむずかしいものです。まずは今日、できることをひとつ、ワークシートに書き出し、行動の第一歩にしていきましょう。</p>
43		<p>これで、ワークシートは完成です。大変おつかれさまでした。</p>
44	おわりに	<p>このワークシートでは、地震や津波が起こった際の、あなたの家のリスクと、あなた自身がどのように命を守るのかを、具体的に確認してきました。</p> <p>人それぞれ、置かれている状況は異なります。そのため、ワークシートに書かれる内容も、人によって違って当然です。ほかの人の考えや経験を聞き、役に立つと思った方法があれば、ぜひ取り入れてみてください。</p> <p>地震と津波は、前触れなく突然やってきます。また、事前の想定を超える規模で襲ってくることもあるのです。「いざ」というときに迷わず自分の命を守る行動がとれるよう、今日のワークシートで見つけた「できること」から、一つずつ備えを進めていきましょう。それでは。</p>