

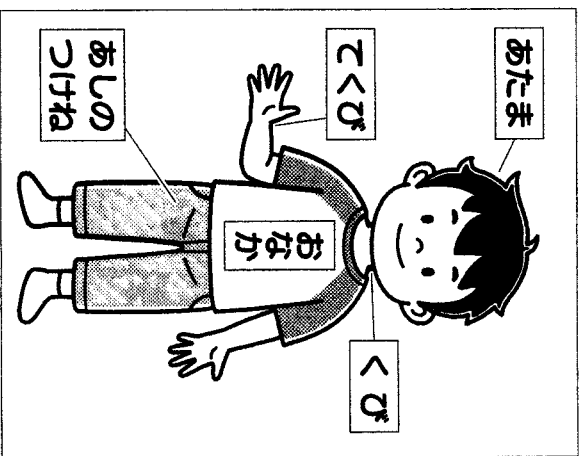
監修 全国学校安全教育研究会／東京都江東区立大島幼稚園 園長 村田有美子先生



## 地震発生！ 身の安全を第一に！

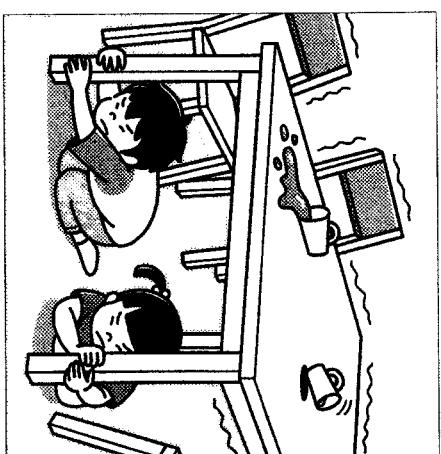
毎年9月1日は「防災の日」です。大正時代この日に発生した、関東大震災にちなんだものです。「地震大国」ともいわれる我が国では、いつ起きるともしれない地震から身を守るために、どうすればよいかを、日頃から家族で確認しておくようにしましょう。

## からだの だいじな ところを まもろう



ものが たおれて こない・おちて こない・いどうして こない とこで からだを まるめようね。

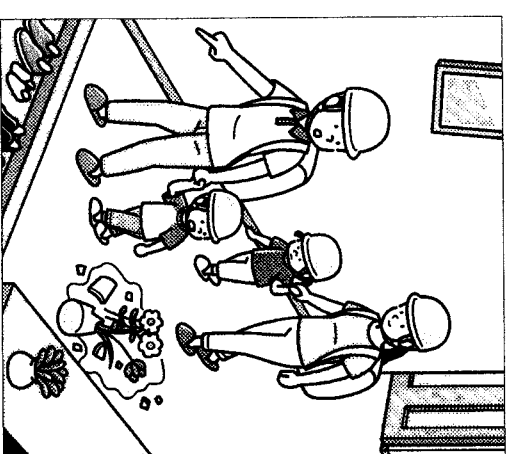
**保護者の方へ** 地震発生時には、なによりも自分の身を守ることが第一です。家具や照明などの転倒する物・落下する物・移動してくる物からはできるだけ離れましょう。そして、体を丸めて両手で頭を包み込む姿勢を作り、頭や首・腹部などの体の大切な部分と、手首や足の付け根といった太い血管のある部分を守りましょう。



つぐえや テーブルの したに かくれる ときは  
じしんの ゆれで  
うごかないように  
つぐえや テーブルの  
あしを りょうで  
しっかりと つかんで  
ゆれが おわるまで  
かくれよう。

**保護者の方へ** 机やテーブルがある部屋では、その下に隠れて落下物から身を守ります。その際、脚を両手でしっかりとつかんで、地震の揺れによって机やテーブルが動いてしまわないようにしましょう。

## ひなん するのは ゆれが おわってから



あわてて にげると  
あぶないよ。  
ゆれが おわるのを  
まって まわりの  
ようすに ちゅうい  
しながら あせらず  
おちついて  
ひなん しよう。

**保護者の方へ** 避難所などへ移動する時には、かならず揺れが収まってからにしましょう。まず保護者が冷静になり、子どもたちの不安を取り除くような言葉をかけ、周囲の状況に注意しながら、落ち着いて避難しましょう。

10月号では、「機断歩道を渡る時の注意」について取り上げます。

