

2 子どもたちが学ぶ

本市では「ふるさと姫路の未来をひらく人づくり」を基本理念として、自立し、認め合い、つながる教育を推進している。安全・防災教育では、自他の命を守る能力や共生の心を育むことをねらいとする。

■ 本指針に掲載している内容と実践例

ねらい		実 践 例	学 年
姫路市で起こりうる災害を学ぶ	学習 1	～私たちの身の回りで何が起こるのか①～ 「地震や津波に対して正しい知識を身につけよう」⇒P84	小・高学年 総合 一斉学習
	学習 2	～私たちの身の回りで何が起こるのか②～ 「大雨による災害の危険を知り、 自分たちにできる対策を考えよう」⇒P86	小・中高学年 中学・高校生 理・社・特別
命を守る避難行動を学ぶ	学習 3	～幼児に身につけさせておきたいこと～ 「地震が起きたとき、あわてないで避難しよう」⇒P88	幼 4.5 歳児 健康・環境 訓練・実技
	学習 4	～子どもたちが身につけておくべき行動～ 「災害時に命を守る避難行動ができるようになろう」⇒P90	小・高学年 特別活動 グループ学習
	学習 5	～体験型学習施設等を活用して～ 「ひめじ防災プラザで学ぼう」⇒P92	小・中学年 社会 施設見学
身近な地域に起こる危険を学ぶ	学習 6	～防災マップ作りを通して～ 「校区の防災マップを作ろう」⇒P94	小・高学年 総合 グループ学習
	学習 7	～ロードマップ作成から安全を考える～ 「安全な通学を考えよう」⇒P96	中学生 特別活動 グループ学習
	学習 8	～不審者による被害を受けないための行動を学ぶ～ 「不審者遭遇時に命を守る避難行動を考えよう」⇒P98	小・高学年 特別活動 グループ学習
共に生きる心を学ぶ	学習 9	～自分たちができる被災地支援～ 「ぼくらができる被災地支援を考えよう」⇒P100	小・高学年 特別活動 一斉学習
	学習 10	～ボランティア活動を通して～ 「共生の心を育むボランティア活動をしよう」⇒P102	高校生 特別活動 実技・演習
心のケアについて学ぶ	学習 11	～自分ができるストレス対処方法～ 「災害とわたしたちの心を学ぼう」⇒P104	全学年 保健 実技・演習
身体の清潔を保つ方法を学ぶ	学習 12	～身近にあるものを災害時に役立てる～ 「災害時に身体の清潔を保つ方法を学ぼう」⇒P106	全学年 特別活動
正確な情報を扱うことを学ぶ	学習 13	～確かな災害情報の収集と発信～ 「災害時の正確な情報で、自分の命を守ろう」⇒P108	中学 2 年生 特別活動
災害時の食事について学ぶ	学習 14	～災害時の食生活の課題を解決するための方法～ 「災害時でも元気 UP！できる食事を考えよう」⇒P110	小・高学年 総合学習

■ 安全教育の目標 [文部科学省「生きる力をはぐくむ学校での安全教育」より]

日常生活全般における安全確保のために必要な事項を実践的に理解し、自他の生命尊重を基盤として、生涯を通じて安全な生活を送る基礎を培うとともに、進んで安全で安心な社会づくりに参加し貢献できるような資質や能力を育成する。

- 様々な自然災害や事件・事故等の危険性、安全で安心な社会づくりの意義を理解し、安全な生活を実現するために必要な知識や技能を身に付けていること。 (知識・技能)
- 自らの安全の状況を適切に評価するとともに、必要な情報を収集し、安全な生活を実現するために何が必要かを考え、適切に意思決定し、行動するために必要な力を身に付けていること。 (思考力・判断力・表現力等)
- 安全に関する様々な課題に関心をもち、主体的に自他の安全な生活を実現しようとしたり、安全で安心な社会づくりに貢献しようとしたりする態度を身に付けていること。 (学びに向かう力・人間性等)

■ 各発達段階等における重点

幼児	◎日常生活の場面で、安全な生活習慣や態度を身につけることができる。 ◎災害発生時には、教職員や保護者の指示に従い行動できる。 ◎危険な状態を発見したときに、近くの人に伝えることができる。
小学生 低学年	◎安全に行動すること、安全のためのきまりや約束を守ること、身の回りの危険に気付くことができる。 ◎危険発見時や災害発生時には、近くの人に連絡し、指示に従い行動できる。
小学生 中学年	◎「生活安全」「交通安全」「災害安全」の危険の原因や事故防止を理解し、危険に気付くとともに、自ら安全な行動ができる。
小学生 高学年	◎様々な場面で発生する危険を予測し、進んで安全な行動ができる。 ◎自分自身の安全だけでなく、家族など身近な人々の安全にも気配りができる。 ◎簡単な応急手当ができる。
中学生	◎交通安全や日常生活に関して安全な行動をとるとともに、応急手当の技能を身につけ、防災への備えや的確な避難行動ができる。 ◎自他の安全に対する自己責任感をもつことができる。 ◎学校、地域の防災や災害時のボランティアの大切さを理解し、参加できる。
高校生	◎自らの安全確保に加え、友人・家族・地域等の安全に貢献する大切さがわかる。 ◎心肺蘇生法などの応急手当の技能を高め、適切な手当が実践できる。 ◎安全安心な社会づくりの理解を深めるとともに、地域の安全に関する活動や災害時のボランティア活動等に積極的に参加できる。
障害のある 児童生徒等	◎児童生徒等の障害の状態、発達の段階、特性等及び地域の実態等に応じて、自ら危険な場所や状況を予測・回避したり、必要な場合は援助を求めたりすることができる。

■ 防災教育副読本 [兵庫県教育委員会「明日に生きる」(平成24年改訂版)]



- ・小学生用(低学年・高学年)
- ・中学生用
- ・高校生用

※兵庫県教育委員会教育企画課

ホームページ掲載

- ・防災教育授業実践例(小学生・中学生)

[<https://www.hyogo-c.ed.jp/~kikaku-bo/>]

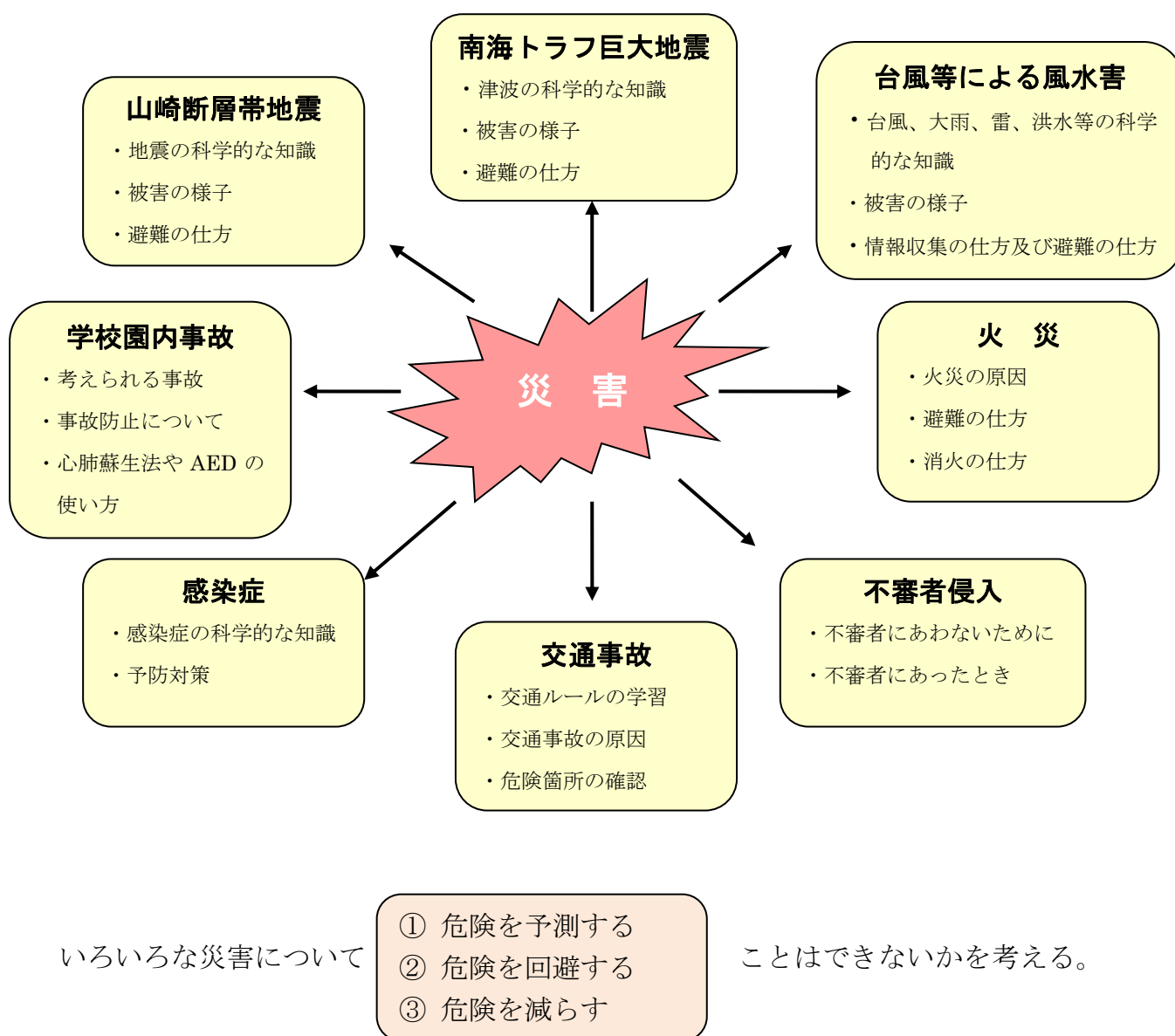
学習1 ●姫路市で起こりうる災害を学ぶ ～私たちの身の回りで何が起こるのか①～

姫路市で起こりうる災害は様々なものが予想される。その中でも共通の学校災害の被害想定を P12 から掲載している。それらの学校災害が発生した場合、私たちの身の回りで何が起こるのかを知識として習得しておかなければならない。

その知識をもとに、「命を守るためにどのような行動をすべきか」と考えを深めることで、将来、遭遇するかも知れない災害に対しても応用できるようになる。

〔子どもの学び〕

- 災害の起こり方や被害の様子について学ぶ。
- 災害を減らすための日頃の備えの大切さを学ぶ。



実践例①「地震や津波に対して正しい知識を身につけよう」

指導する学年：小学校6年生	指導する教科等：総合的な学習の時間	時数：1時間
ねらい：地震や津波の起こり方や被害などを学び、日頃の備えを考えることで、いざ地震が起きた時に自分の命を守れるようにする。		
使用する資料等：高学年用「明日に生きる」P34-35『二つの大地震』（兵庫県教育委員会） 「1.17は忘れない」（兵庫県教育委員会）		
1 導入（5分） ○ 阪神・淡路大震災や東日本大震災時の被害の様子の画像や映像などを見ることによって、地震や津波の災害に対して関心をもつ。 2 展開（35分） （1）地震について ① 地震は、プレートの活動によって引き起こされることを学ぶ。 ② 日本は、地震大国であることを学ぶ。（4つのプレート） ③ 地震によってどんな被害が起こるのかを学ぶ。 ④ 山崎断層帯地震と南海トラフ巨大地震について学ぶ。 （2）津波について ① 津波の起こり方を学ぶ。 ② 津波と普通の波の違いを学ぶ。（速さ、威力、繰り返し、地形による津波の高さなど） ③ 南海トラフ巨大地震での津波到達時間及び津波の高さ（予想）について学ぶ。 3 まとめ（5分） ○ 地震や津波に備えて日頃から準備しておかなければならないことを話し合う。 ① 地震が起きた時のための身の回りの確認をする。 ② 津波が来た時のための避難方法の確認をする。		
確認事項：◎ 地震や津波の起こり方などを知ることができたか。 ◎ 日頃から準備しておかなければならないことが発表できたか。		
関連する教科・行事等：6年理科「土地のつくりと変化」 特別活動（学校行事）「避難訓練」		



学習2 ●姫路市で起こりうる災害を学ぶ ～私たちの身の回りで何が起こるのか～

近年、台風や大雨などによる災害が増加している。大雨や土砂災害の被害について知るとともに、児童それぞれが身の回りの危険に気づき、自ら安全な行動ができるようにしたい。

〔子どもの学び〕

○大雨が降ると危険な状況になることを知り、危険から身を守る方法を考える。

大雨の災害でどんな被害が出るのかを知る。

- ・川や池の水が堤防からあふれ街が水浸しになってしまう。
- ・大雨で山が崩れ、家などが押しつぶされてしまう。

自分たちにできることを考える。

- ・ハザードマップを活用し、自分たちの住んでいる地域の特徴を知る。
- ・危険な箇所には近づかない。危険がせまる前に早目に避難する。
- ・もしもの時の避難先を家族と相談しておく。

「総合治水」により水害からみんなの命と財産を守ろうとしていることを知る。

- ・総合治水により「ながす・ためる・そなえる」の3つの対策を講じていることを知る。

防災教育資料集



兵庫県防災教育資料集 <https://web.pref.hyogo.lg.jp/ks13/bousaisiryou.html>

兵庫県 CG ハザードマップ <http://www.hazardmap.pref.hyogo.jp/>

実践例② 「大雨による災害の危険を知り、自分たちにできる対策を考えよう」

指導する学年： 小学校 3 年生

指導する教科等： 特活

時数： 1 時間

ねらい： 自分たちの生活している地域にも水害の被害にあう危険性があることを知り、自分たちにできる対策を考える。

使用する資料等： 『兵庫県防災教育資料集』 P2～5 関連データ： 小学生用 パワーポイント
『兵庫県 CG ハザードマップ』 土砂災害ハザードマップ

1 導入（5分）

パワーポイント

- (1) 兵庫県で過去におきた水害の被害について知る。
- (2) 近年、大雨の発生回数が増加していることや、都市化が進み水害の危険性が高まっていることを知る。



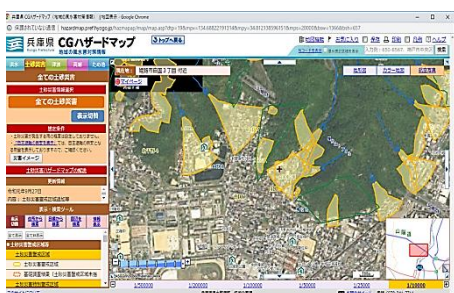
『兵庫県防災教育資料集』より

2 展開（30分）

グループでの話し合いから全体での交流

- (1) ハザードマップを確認し、自分たちの住む地域の特徴について気付いたことを話し合う。
- (2) 自分たちの生活している場所で危険な箇所を話し合う。
ため池、用水路、川沿いの道、橋、山のすぐ近く 等
- (3) 避難に備えてどのような準備が必要かを話し合う。

早めの避難、非常持ち出し袋、避難所の場所、家族との話し合い 等



『兵庫県 CG ハザードマップ』より



3 まとめ（5分）

ふりかえりカード

○学習の感想を書き、今後の自分の行動について考える。

確認事項： ◎ 自分たちの住んでいる地域の特徴や危険な箇所を知ることができたか。

◎ 危険から身を守り、自ら安全な行動をしようと思えることができたか。

関連する教科・行事等： 6 年理科「土地のつくりと変化」 特別活動（学校行事）「避難訓練」

学習3 ●命を守る避難行動を学ぶ ～幼児に身につけさせておきたいこと～

幼児は、災害時にパニック状態になり、的確な判断がしにくくなることが予想される。そこで、「あわてないこと」「逃げること」に焦点をあてた行動を身につけることが必要である。

〔子どもの学び〕

○ 災害に遭遇したときに、どのように行動すればよいかを学ぶ。

幼児に学ばせておきたいこと

「あわてないで、逃げる」

- ・ 大人がいるときは、大人の指示をよく聞いて
- ・ 先生がいるときは、先生の指示をよく聞いて
- ・ 一人のときは、周りをよく見て

火事的时候は

- ・ ハンカチで口と鼻を覆う
- ・ 低い姿勢で逃げる

不審者のときは

- ・ 声を出して逃げる
- ・ 近くの大人のいる場所に逃げる

津波的时候は

- ・ 海や川から離れる
- ・ 高い場所に逃げる

地震的时候は

- ・ 物が「落ちてこない」
「倒れてこない」「移動してこない」
場所で身を守る

避難時の約束

—「お・は・し・も」—

(お) おさない (は) はしらない (し) しゃべらない (も) もどらない



「教師の配慮事項」

- ・ 災害発生時、幼児ができるだけ恐怖や不安を感じることなく、落ち着いて避難ができるように配慮する。
- ・ 安全に避難できる態度を養うため、日頃から、園内や家庭、地域の防災への取組を見たり聞いたり、考えたりする機会をもち、自分の身は自分で守ることや身近な防災について関心をもたせるようにする。

実践例③「地震が起きたとき、あわてないで避難しよう」

指導する学年： 4 歳児・5 歳児	領域：「健康」「環境」	時数： 40 分
ねらい： 地震発生時の身の守り方や避難の仕方が分かり、安全に行動できるようになる。		
使用する資料等： 絵本『あしたもあそぼうね』（兵庫県教育委員会）		
1 導入（5分） 話し合いをする。 ○ 幼児の活動 ◇ 指導上の留意点 ○ 様々な状況で揺れを感じたときの行動の仕方や避難時の約束を思い出す。 （好きな遊びのとき、クラス活動のとき、家にいるとき、外出のとき等、『お・は・し・も』） ◇ 様々な場面での地震発生時の状況が予想できるようにする。 2 展開（20分） 避難訓練をする。 ○ 揺れ（地震発生）の合図を聞き、自分がいる場所や状況に応じた行動をとる。 ◇ 一人一人の幼児が、場面や状況に合った行動をとっているかを見守る。 「机の下で頭を守るんだよ」 「あわてないで、建物から離れよう」 「安全な所で頭を守って待つんだよ」 ○ 揺れが収まった合図と集合の指示を聞き、先生の所に集まる。 ◇ 『お・は・し・も』を守って集まるように指示する。 ◇ 整列させ、幼児の人数と状況を確認する。 ○ より安全な場所への避難について指示を聞き、約束を守って先生や友達と一緒に避難する。 ◇ 「あわてないこと」「約束を守って逃げること」「命を守ること」の大切さを知らせる。 3 まとめ（15分） 話し合いをする。 ○ 避難訓練時の行動や態度等について話し合う。 ○ 絵本『あしたもあそぼうね』を見る。 ◇ 絵本を通して、避難訓練を振り返ったり、災害や防災への関心を高めたりする機会にする。		
確認事項： ◎ 身を守る行動ができたか。 ◎ 約束（『お・は・し・も』を含む）を守って避難できたか。		
環境の構成： 約束（身の守り方や『お・は・し・も』等）のイラストや写真等を掲示しておく。 関連する行事： 「引き渡し訓練」 参考資料： ビデオ「もしも、じしんがおこったら」		

学習4 ●命を守る避難行動を学ぶ ～子どもたちが身につけておくべき行動～

災害に遭遇した際、自分や周囲の人の命を守るために正しい行動を選択することが大切である。子どもたちの発達段階に応じて、自己の安全を確保したうえで、周囲に声をかけたり、災害時要援護者を援助したりできるような態度を育てる。

〔子どもの学び〕

○ 火災発生時、地震発生時、津波発生時、不審者遭遇時における避難行動を身につける。

自分の命を守るために

- ・安全な場所を判断する
- ・危険なものから離れる
- ・あわてないで、早く逃げる
- ・頭を保護する、煙を吸わないようにする
- ・一度避難したら、戻らない

〔火災〕

- ・人命最優先 早く避難する
- ・煙を吸わないようにする
- ・消火中、天井に火が移ったらすぐに避難する
- ・逃げ遅れたら外に知らせる

〔洪水・台風〕

- ・危険がせまる前に早目に避難をする
- ・避難路上が浸水している場合は、高い所へ避難し、救助を待つ

周囲の人を助けるために

- ・避難をするときに周囲の人に声をかける
- ・災害時要援護者がどこにいるのかを把握しておく
- ・自身の安全を確保できたら、周囲の人を助けるために何ができるかを考える

〔地震・津波〕

- ・緊急地震速報を活用して自分の身を守る
- ・津波が来ると考え、高い所へ避難する

「子どもたちが自分で判断できるように」

- ・「今、ここで学校災害が起こったら、自分の命を守るためにどう行動するのか」を常に意識できるよう、いろいろな場所や場面を想定した発問をすることが大事である。
- ・「自己の安全を確保した後、周囲の人を助けるためにどう行動できるのか」については、「二次被害にあわない」「現場に戻らない」という視点を忘れないようにする。

実践例④「災害時に命を守る避難行動ができるようになろう」

指導する学年：小学校 6 年生

指導する教科等：特別活動

時数：1 時間

ねらい：災害場面において、自分で自分の身を守るための状況把握や判断について考え、よりよい避難行動をしようとする態度を身につける。

使用する資料等：高学年用「明日に生きる」P40-41『しゅん時の判断 救った命』
同 P44-45『地震時に命を守る避難行動』（兵庫県教育委員会）

1 導入（10 分）

（1）自然災害の写真や映像から災害時の起こりうる状況や危険について考える。

（2）日常における災害時の備えについて考える。

防災訓練、避難行動の目安になる情報、避難場所、家族防災会議、非常持ち出し袋

2 展開（30 分）

○ クロスロード※をしながら、災害時における命を守るための状況把握、判断、行動について考える。

Q1 大雨洪水警報が発表されたので、早く家に帰りましたが、まだ風も強くないし雨もふっていません。テレビを見ていたお母さんも「台風はそれるみたいだよ。」と話しています。そのとき、友だちから「遊びにおいでよ。」と電話がかかってきました。あなたは遊びに行きますか。

Q2 学校へ近所の友だちと二人で出かけました。途中で大きな地震が起きました。友だちが、倒れてきたブロック壁の下敷きになり動けなくなりました。大怪我をしている様子です。周りに人は見あたりません。あなたは、助けを求めるために友だちを残して学校へ行きますか。

Q3 海岸近くで遊んでいたときに、立ってられないような大きな地震が起きました。近くの家や電柱は大きく傾いています。停電しているようで信号も消えています。あなたは、今ちょうど学校と家の真ん中にいます。あなたは、学校へ行きますか。

※クロスロード（CROSSROAD）… 英語で「岐路」、「分かれ道」を意味している。参加者は問題に対して、自分ならどうするかを考え、「YES」・「NO」カードで示し、選んだ理由を発表する。災害対応を自らの問題として考え、様々な意見や価値観を参加者同士共有することを目的としている。参加者は、自らの問題とすることで、アクティブに考えることができ、かつ、自分とは異なる意見・価値観の存在に気付くことができる。



3 まとめ（5分）

○「率先避難者」となることは自助、共助につながることを知る。

確認事項：◎ 避難行動に必要な状況把握、判断、行動について主体的に考えることができたか。

◎ 生活環境と関連付けて、よりよい避難行動を具体的に考えることができたか。

関連する教科・行事等：5・6 年保健「けがの防止」 特別活動(学校行事)「避難訓練」

学習5 ●命を守る避難行動を学ぶ ～体験型学習施設等を活用して～

体験型学習施設では、日常の学校園生活では学べないことを実際に体験することができる。「ひめじ防災プラザ」等の学習施設や消防署や警察署等の関係機関を積極的に活用して、子どもの学びを深めていく。その際、単に「楽しかった」等の感想に陥らないように、何を学ばせたいのかという学習の視点を明確にもっておくことが大切である。

〔子どもの学び〕

- 体験型学習施設等を活用しながら、防災に関する知識や命を守る行動を身につける。

ひめじ防災プラザ

ひめじ防災プラザは、「防災情報ゾーン」「災害体感ゾーン」「防災体験ゾーン」の3つのゾーンで構成されている。特に「災害体感ゾーン」は、日常では体感できない数々の災害現象を再現し、「災害のメカニズムと怖さ」が体感できる。

所在地：姫路市三左衛門堀西の町3番地
電話：079-223-9977

消防関係

消防署の見学等は、各消防署に相談する。

- ・姫路市消防局 ひめじ防災プラザへ
- ・姫路東消防署 電話：079-288-0119
- ・姫路西消防署 電話：079-294-0119
- ・飾磨消防署 電話：079-233-0119
- ・網干消防署 電話：079-273-0119
- ・中播消防署 電話：0790-23-0119

姫路科学館

姫路科学館の常設展示では、たくさんのオリジナル展示装置で「実験体験」し、実物資料で「本物体験」ができる。スタッフによる展示解説やサイエンスショー、おはなし会など「コミュニケーション」の舞台もある。2階フロア「地球と郷土の自然」では、「ためす展示」もある。

所在地：姫路市青山 1470-15
電話：079-267-3001

警察関係

各警察署の庁舎見学は警務課、交通安全教室の相談は交通課や姫路市危機管理室に相談する。

- ・姫路警察署 電話：079-222-0110
- ・飾磨警察署 電話：079-235-0110
- ・網干警察署 電話：079-274-0110
- ・危機管理室 電話：079-221-2090

実践例⑤「ひめじ防災プラザで学ぼう」

指導する学年： 小学校 3 年生 4 クラス 指導する教科等： 社会 時数： 3 時間

ねらい： 施設での見学や体験を通して、防災に関する知識を深め、自分の命を守るための正しい行動を身につける。

使用する施設資料等： ひめじ防災プラザの展示物・展示資料 姫路市消防局指令センター

1 導入（5分）

オリエンテーションを聞く。

- 学校での学習や避難訓練等の様子を思い出す。

2 展開（120分）

タイムスケジュールに従って行動する。

- ひめじ防災プラザと姫路市消防局指令センター、消防車庫に分かれて学習する。

	3 D シアター	消火体験 コーナー	避難体験 コーナー	指令 センター	消防車庫
9:40	1 組(20 分)	2 組(20 分)	—	3 組・4 組 (30 分)	—
9:50					
10:00	2 組(20 分)	—	1 組(20 分)	—	3 組・4 組 (30 分)
10:10					
10:20	—	1 組(20 分)	2 組(20 分)	—	3 組・4 組 (30 分)
10:30					
10:40	3 組(20 分)	4 組(20 分)	—	1 組・2 組 (30 分)	—
10:50					
11:00	4 組(20 分)	—	3 組(20 分)	—	1 組・2 組 (30 分)
11:10					
11:20	—	3 組(20 分)	4 組(20 分)	—	1 組・2 組 (30 分)
11:30					
11:40	終 了				

3 まとめ（10分）

学んだことをまとめる。

- 学んだことをまとめるとともに、今後の自分の行動について考える。

確認事項： ◎ 災害時の避難行動について体験的に理解できたか。

- ◎ 自分の生活環境と関連付けて、避難行動を具体的に考えることができたか。

関連する教科・行事等： 3・4 年社会「くらしを守る」 特別活動(学校行事)「避難訓練」

学習6 ●身近な地域に起こる危険を学ぶ ～防災マップ作りを通して～

自分たちの住んでいる地域には、「どのような特徴があるのか」「災害が起こったときにどのようなことが起こるのか」などについて、防災マップ作りという体験的な手法を用いて考える。また、学校園外で災害に遭遇したときの自分の行動も考えておく必要がある。

〔子どもの学び〕

- 通学路を中心とした地域の防災マップを作成することで、自分たちの身近な地域の特徴や災害時の危険を学ぶ。

校区の防災マップを作ろう

自分たちの住む地域にはどんな特徴があるだろう？

- 鉄道や道路の様子は？（広い道路、狭い道路）
- 地形の様子は？（海、山、川など）
- 建物の様子は？（住宅、マンション、ビルなど）
- 公園や広場はどれくらいあるか？
- 災害時に役立つ施設はあるか？
- 避難場所に指定されているところはどこか？

もし、自分の住む地域で自然災害が起こったら？

自然災害が起こったときの、自分たちの地域の特徴は？

災害に弱いところ

- ・ 狭い道路がたくさんある
- ・ 公共施設が少ない
- ・ 海に面している
- ・ がけ崩れのおそれがある
- ・ 浸水のおそれがある

災害に強いところ

- ・ 広い道路が通っている
- ・ 公共施設がたくさんある
- ・ 病院がたくさんある
- ・ 消防署が近くにある
- ・ 公園がたくさんある



もし、登下校中に自然災害が起こったら？

どんな危険が考えられるか？

- 〔例〕 大きな地震の場合
- ・ 塀が崩れる
 - ・ 地割れが起こる
 - ・ 信号が消える
 - ・ 電柱が倒れる

どのように避難するか？

- ・ 自分の身を守る
- ・ グループでまとまり、安全なルートを通して避難する

実践例⑥ 「校区の防災マップを作ろう」

指導する学年：小学校 6 年生	指導する教科等：総合的な学習の時間	時数：2 時間
ねらい：通学路を中心とした地域の防災マップを作成することで、災害時における地域の特徴や災害時の危険を学ぶ。		
使用する資料等：校区の白地図（各地区別に） 避難場所一覧表 津波避難ビル指定一覧（姫路市ホームページより）		
1 導入（20 分） （1）自然災害とはどのようなものか発表する。 （2）自分たちの地域に自然災害が起こったときに、どんな被害があるのか考える。 （3）地区別に分かれる。 （4）白地図を使って、校区の防災マップを作ることを知る。 2 展開（55 分） （1）校区の構造を地図上に色で示す。 ① 鉄道…黒色 ② 主要道路（国道、県道など広い道から順に）路肩…茶色 ③ 消防車が入れないような狭い路地…ピンク色 ④ 広場や公園など、広い場所…緑色 ⑤ 川や水路…青色 ⑥ 鉄筋コンクリートの建物…紫色 （2）校区にある災害時に役立つ施設に青シールを貼る。 （例）市役所（支所）、消防署、警察署、学校、幼稚園、医療機関、 公民館、自治会館、社会福祉施設、ヘリポート、防災倉庫 等 （3）危険な場所に赤シールを貼る。 （例）ブロック塀、看板、橋、交差点、川沿いの道 等 （4）出来上がった防災マップを見て、災害時における地域の特徴について話し合う。 （5）もし、登下校中に地震が起こったときに、どのような危険が予想され、どのような避難行動をとればよいか話し合う。 3 まとめ（15 分） ○ 学習の感想を書き、交流する。 想定例 播磨北西部を震源とする地震が起こり、姫路市は震度 6 強の揺れがあった。津波の心配はなし。		
確認事項： ◎ 災害時における地域の特徴を知ることができたか。 ◎ 災害時にとるべき避難行動について考えることができたか。		
関連する教科・行事等： 5・6 年保健「けがの防止」 6 年理科「大地のつくりと変化」		

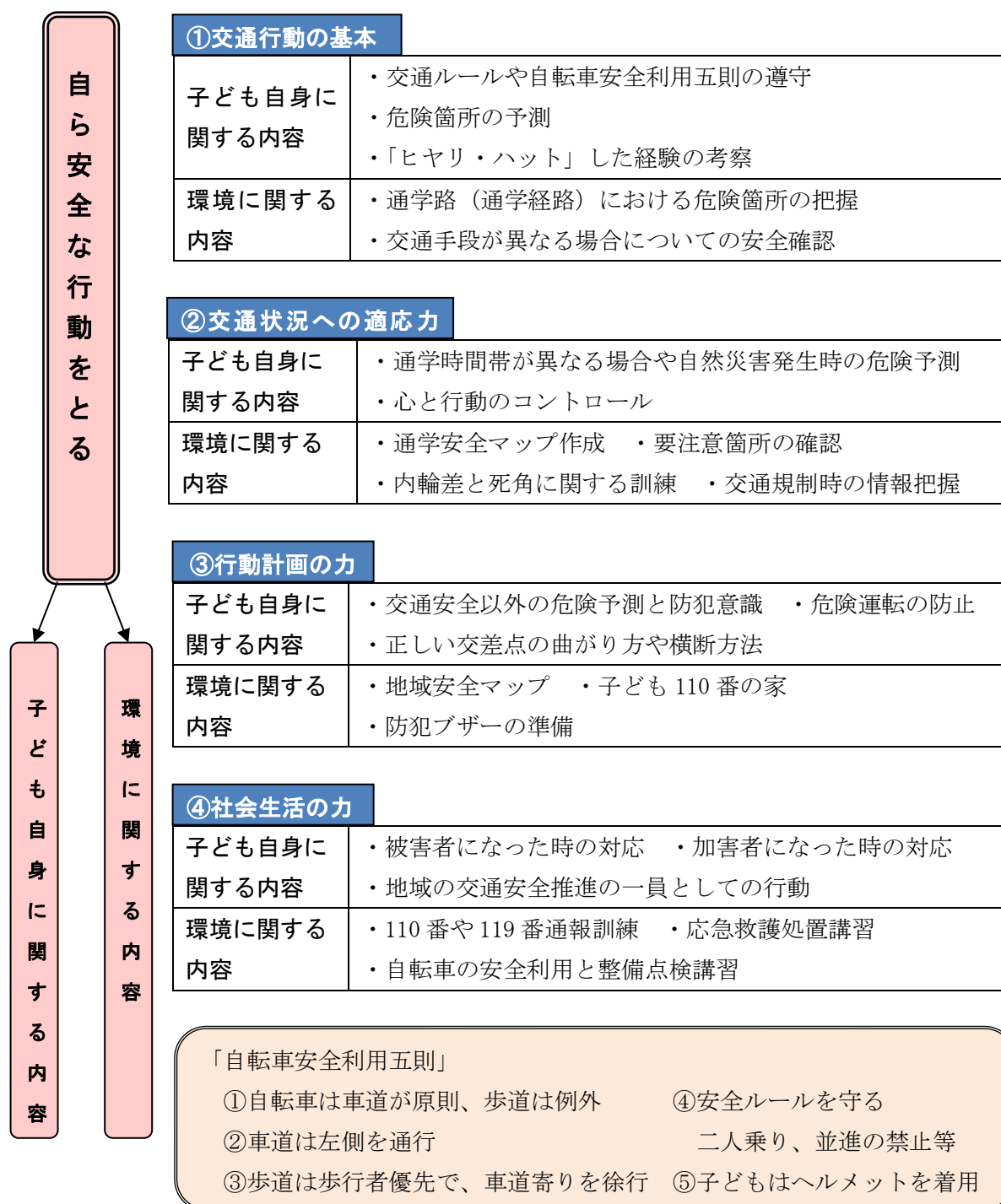


学習7 ●身近な地域に起こる危険を学ぶ ～ロードマップ作成から安全を考える～

「交通事故にあわない」「交通事故の加害者とならない」ために、自分の行動を見つめなおすことが大切である。DVD視聴やロードマップ作成などを通して、事故は自分に起こりうるものであり、災害を避けるという視点で学習を進める。

〔子どもの学び〕

- 通学時に、自ら安全な行動をとることができるように、「①交通行動の基本、②交通状況への適応力、③行動計画の力、④社会生活の力」をバランスよく身につける。



実践例⑦ 「安全な通学を考えよう」

指導する学年： 中学校 2年生	指導する教科等： 特別活動	時数： 1時間
ねらい： 通学時の事故や事件から身を守ることや地域の安全をつくる一人として安全を考える。		
使用する資料等： 「安全な通学を考える」（文部科学省ホームページ映像視聴） 「私のロードマップ」（生徒作成）		

1 導入（10分）

○ 通学時、自転車や自動車と事故になりかけて「危なかった！」と感じた「場所」「自分と相手の動き」などの状況を思い出し、ワークシートを使って原因をチェックする。

1 ☐ 交差点で安全確認を行わなかった	9 ☐ 夜間、無灯火で走行した
2 ☐ 信号無視をした	10 ☐ 友達と一緒にいて安全確認を忘れた
3 ☐ 無理な横断や斜め横断をした	11 ☐ いつも車が来ない道なので油断した
4 ☐ スピードを出し過ぎた	12 ☐ 急いでいて焦った
5 ☐ 傘をさして走行した	13 ☐ 怒っていた、ショックなこと等があった
6 ☐ 歩行者の間をすり抜けた	14 ☐ その他（ ）
7 ☐ 二人乗りをした	15 ☐ 特になし
8 ☐ 友達と2列以上で走行した	

2 展開（30分）

○ 自分の通学を振り返り、事故や事件から自分の身を守る方法を考える。

① 自分の家の付近や通学路で「ここは危ない」と思う場所を挙げる。

- ・個人の「私のロードマップ」で交通安全に関する場所、防犯に関する場所を確認する。
- ・グループで「学校周辺の危険ポイントワースト3」を作る。

② 文科省ホームページ映像「安全な通学を考える」を視聴する。

③ 同じ通学経路でも、条件によって異なる危険が生じることを知り、これらの危険の予測と対策を考える。

- ・通学時間…朝、夕方、夜
- ・場所…交差点、横断歩道、踏切、人通り
- ・地域の中…小さな子ども、高齢者、障害のある人のそばを自転車で通るとき
- ・気持ちの変化…焦っているとき、嫌なことがあったとき、他のことを考えているとき



3 まとめ（10分）

○ 地域の「安全をつくる」一人としての行動をまとめる。

確認事項： ◎ 自分の通学路時の交通安全について振り返り、事故や事件から自分の身を守る方法を考えることができたか。（「自転車安全利用五則」の理解を含む）
関連する教科・行事等： 中学校保健体育「傷害の予防」

学習8 ●身近な地域に起こる危険を学ぶ ～不審者による被害を受けないための行動を学ぶ～

不審者に遭遇したときは、「周囲に知らせながら」「あわてないで」「逃げる」ことが重要である。負傷者がいる場合は応急手当など命を守る行動が大切である。人目のつきにくい場所で遊ばないことや危険な場所を通行しないことなどを学んでおくことも必要である。

〔子どもの学び〕

- 不審者による被害を未然に防ぐための行動方法を身につける。
- 不審者に遭遇した際に有効な危機回避の方法を身につける。

■ 場面ごとで考えられる行動例

設定		緊急避難行動	二次行動	予防行動
在 校 時	教室や廊下で 不審者に遭遇 した場合	・ 距離をとる ・ 教室外等に逃げる ・ 助けを求める ・ 運動場に避難する	・ 大きな声で危険を知らせる ・ 非常ベルを鳴らす ・ 冷静な避難行動を心がける	・ 教室後方のドアは施錠しない ・ 教師の指示通りに動ける状態にする
	〔授業中〕 不審者が他教室へ侵入した場合	・ 非常ベルを聞き、教室内で待機する ・ 放送や教師の指示を待つ ・ 運動場に避難する	・ パニックを回避する ・ 冷静な避難行動を心がける ・ 避難は低学年を優先させる	・ 非常ベル作動時は、逃げる態勢を整える ・ 放送を静かに聞くことを習慣化する
	〔休み時間〕 不審者が校舎内に侵入した場合	・ 非常ベルが聞こえたら朝礼台付近に集まる ・ 情報収集ができるよう、静かに待機する ・ 運動場に避難し整列する。	・ 気付かずに遊ぶ子どもへ危機を伝達する ・ パニックを回避する ・ 放送を静かに聞く ・ 教師やスクールヘルパー等に助けを求める	・ 人目につきにくい場所（建物裏、非常階段、駐車場等）で遊ばない
登 下 校 中	不審者に遭遇 した場合	・ 距離をとる ・ 助けを求める ・ 人がいる方向に逃げる ・ 近くの家へ逃げる	・ 大きな声で危険を知らせる ・ 低学年が逃げるのを助ける ・ 被害を報告する	・ 規律ある登下校を習慣化する ・ 地域と活発に交流する ・ 登下校時間や通学路を守る

実践例⑧「不審者遭遇時に命を守る避難行動を考えよう」

指導する学年：小学校５・６年生	指導する教科等：特別活動	時数：２時間
ねらい： ・不審者に遭遇した際に有効な危機回避の方法を知る。（自助） ・高学年児童として、落ち着いた避難行動をとり、率先して低学年児童を導こうとする態度を身につける。（共助）		
使用する資料等：校舎配置図 校区地図 参考写真 不審者対応訓練事前指導自作VTR		
1 導入（10分） 身近に起こりうる不審者による被害と発生状況を知る。 ① 被害の種別・・・殺傷、殴打、どう喝、性被害、誘拐、監禁、器物損壊 等 ② 被害発生状況・・・学校内（授業中、休み時間）、登下校中、放課後、等 2 展開（35分） 不審者による危機を回避するための避難行動を考える。 （グループごとに異なる状況についての行動を考え、発表する） （１）緊急避難行動（校舎配置図、校区地図を活用した行動想定） 距離をとる。大声で助けを求める。安全な場所へ逃げる。（人の多い場所 等） （２）高学年としての行動 危険を知らせる。落ち着いて避難する。低学年児童の避難を助ける。 （３）未然に被害を防ぐための行動 単独での行動を避ける。人目に付かない場所に行かない。暗くなる前に帰る。 怪しいと感じたら近寄らない。「いかのおすし※」の徹底。 3 まとめ（45分） グループごとの考えを交流する。 （１）発表し、意見を交流する。 ① 危機の想定や対応行動、未然の危機回避について ② 他のグループの考えに対しての意見、感想 （２）広める。 学習内容を新聞形式にまとめ、学習成果を広める。 ※「いかのおすし」…東京都教育庁と警視庁少年育成課が作成した防犯標語。「いか」知らない人についていかない、「の」他人の車にのらない、「お」おおごえを出す、「す」すぐ逃げる、「し」何かあったらすぐ知らせる、という子どもが犯罪にあわないための約束事として覚えておきたい言葉。		
確認事項：◎ 不審者に遭遇した際の危機回避の方法を理解できたか。 ◎ 落ち着いた避難行動をとるとともに、低学年児童を誘導できたか。		
関連する教科・行事等：道徳「き陰な空間を減らそう」（明日に生きる） 特別活動（学校行事）「不審者対応訓練」		

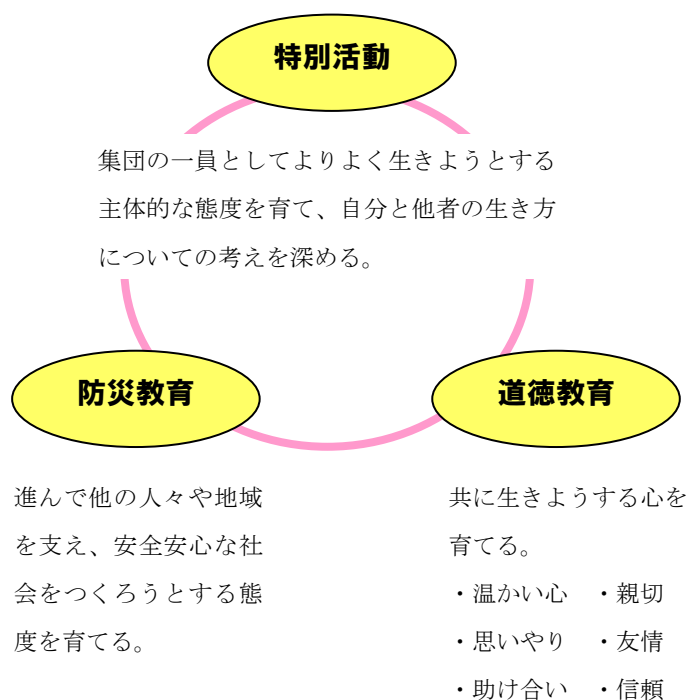
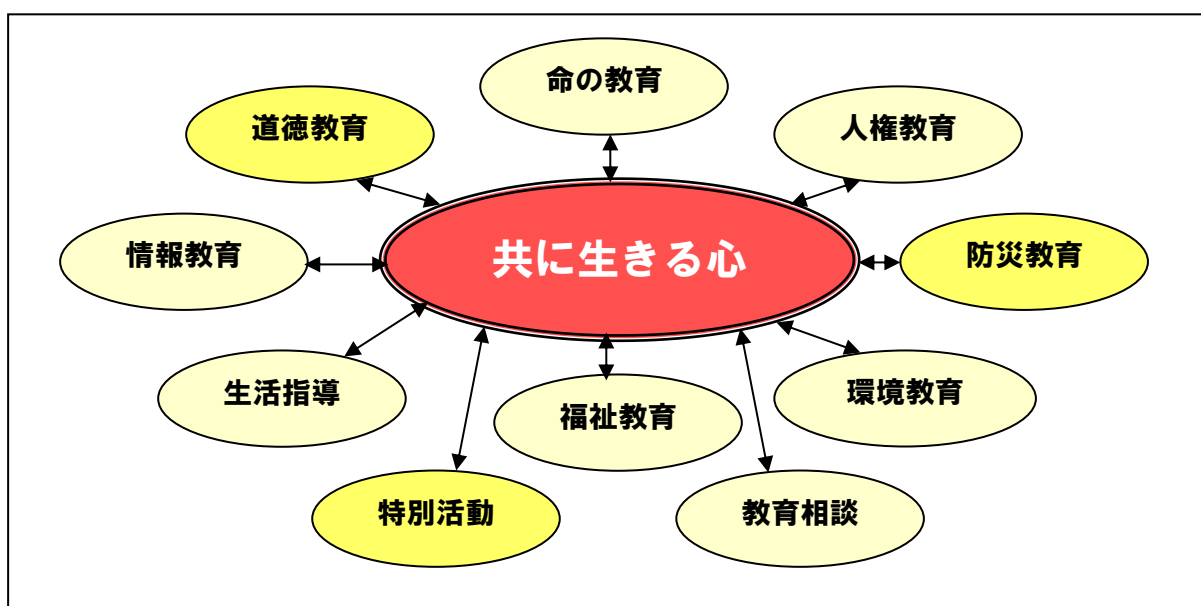


学習9 ●共に生きる心を学ぶ ～自分たちができる被災地支援～

災害発生の有無にかかわらず、学校教育全体を通して「共に生きる心」を育てることが重要である。発達段階に応じながら、共に生きる心を学び、自分たちができることを継続して実践していこうとする態度を育てる。

〔子どもの学び〕

○ 自分たちができることを考えたり実行したりする「共に生きる心」の大切さを学ぶ。



自分たちができる被災地支援

いろいろな災害が起こった場合、共に生きる人間として、被災者に寄り添った行動をとることが大切である。

現地でのボランティア活動をする人もいれば、遠く離れた場所からでも募金活動や交流活動をする人もいる。

自分たちができることを継続して行うことが、非常に大切である。

実践例⑨「ぼくらができる被災地支援を考えよう」

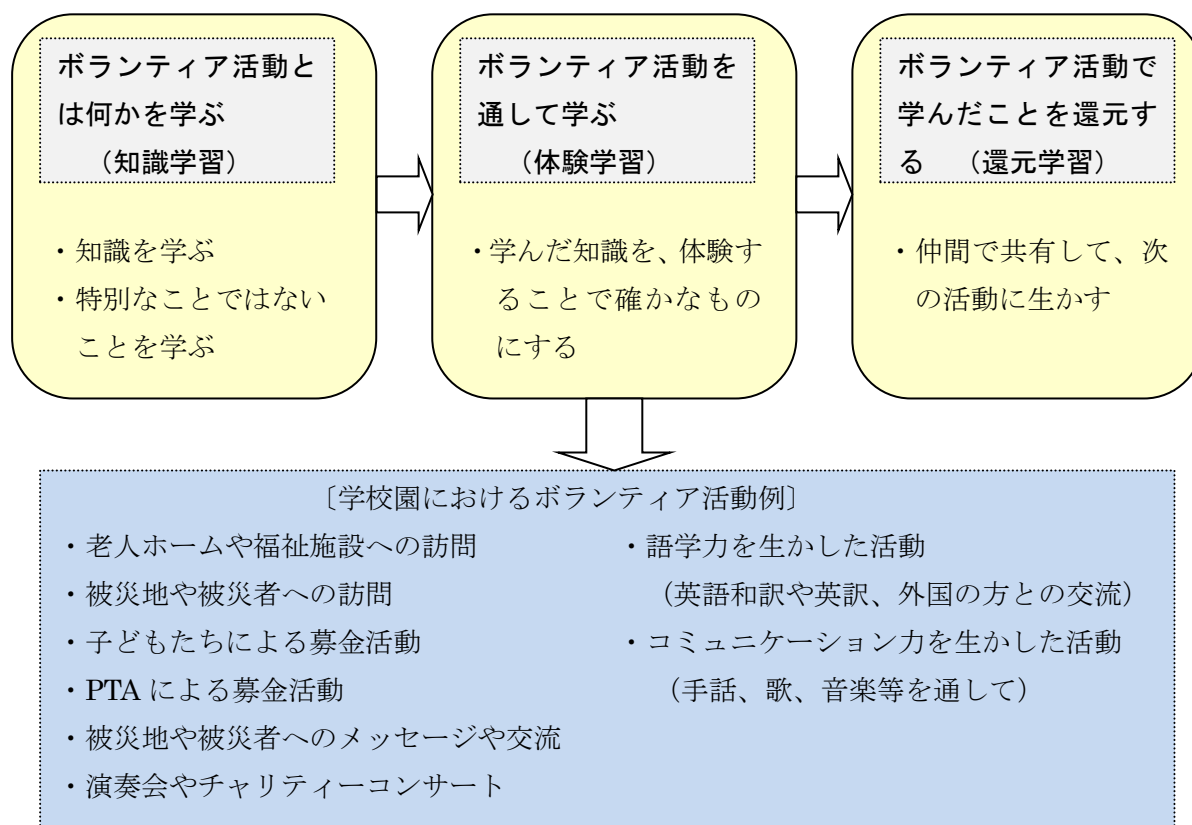
指導する学年：小学校５・６年生	指導する教科等：特別活動	時数：１時間
ねらい：人々の心に寄り添い自分たちができることを考えたり実行したりする「共に生きる心」の大切さを学ぶ。		
使用する資料等：高学年用「明日に生きる」P48 - 49 『ぼくらができるひ災地支えん』（兵庫県教育委員会）		
◇指導上の留意点 １ 導入 （15 分） ○ 「ぼくたちができるひ災地支えん」を読み、感想を発表する。 ◇ 「自分たちの身の回りのことじゃないのに」と発問し、揺さぶる。 ２ 展開 （20 分） （１）「なぜ遠く離れた人たちのために行動を起こしたのか」を考え、発表する。 ◇ 遠く離れていても「大変な思いをしている人がいたら助けたい」という思いを引き出す。 （２）「大地震におそわれた人々を、少しでも助けたいと思っている」ことがよく分かる部分を探す。 ◇ 人々への呼びかけや協力などのアクションを起こしている部分に注目させる。 ３ まとめ （10 分） ○ 被災地支援の大切さを知る。 ① たくさんの人が被災地支援を行ったことを知る。 ② 災害に関するボランティア経験の話を聞く。 ③ 苦しんだり悲しんだりしている人がいたら、遠く離れていても助けたいという気持ちを共有する。		
		
確認事項： ◎ 資料中の主人公が行動を起こした理由について考えられたか。 ◎ 人々の心に寄り添い、自分たちができることを考えられたか。		
関連する教科・行事等：「姉妹校交流活動」「道徳の時間」		

学習10 ●共に生きる心を学ぶ ～ボランティア活動を通して～

ボランティア活動は決して特別な活動ではなく、自分の周囲にいる人や地域に住んでいる人たちが暮らしやすくなるように、自分のできることを無理のない範囲で行うものである。身近な実践を通して、共に生きていこうとする態度を育むことが大切である。

〔子どもの学び〕

○ 支え合う、助け合うことの大切さが分かり、自分ができることを実践していく態度を養う。



〔ボランティア活動の原則〕

- 1 自発性
個人の意思に基づいて行うものである
- 2 無償性
金銭による報酬を期待して行うものではない
- 3 利他性
広く人々や社会に利益をもたらすものである
- 4 先駆性
今、必要とされていることを行うものである

〔心得ておくべきこと〕

- ・相手の立場に立つこと
- ・できることから始めること
- ・無理をしないこと
- ・ゆっくり、長く続けること
- ・約束や秘密を守ること
- ・安全に配慮すること
- ・周囲の理解を得ること
- ・活動を通して学ぶこと

実践例⑩ 「共生の心を育むボランティア活動しよう」

指導する学年：高等学校2年生	指導する教科等：特別活動	時数：2時間
ねらい：災害発生時に落ち着いて行動できるよう、お互いが様々な方法でコミュニケーションをとる訓練を通して、人間のつながりの大切さを学ぶ。		
使用する資料等：紙芝居「稲村の火」		
1 導入（30分） (1) 小学校へ赴き、交流事業を行うことを理解する。 (2) 交流活動の流れを理解し、交流の方法を練習する。 2 展開（50分） 交流する小学校にて、高校生が教師役となる。 (1) 高校生が小学生に紙芝居「稲村の火」の読み聞かせをする。 ・命の大切さや緊急時のコミュニケーションについて伝える (2) 高校生と小学生がコミュニケーションを図る。 ①「ゲーム」を通してコミュニケーションをとる。 ・人間じゃんけん ・顔じゃんけん ・ボールまわし ②「笑い」「体操」を通してコミュニケーションをとる。 ・「笑い」「体操」の4つの基本動作を紹介し、小学生と2人1組で練習する ◇リズムの動作 ◇深呼吸の動作 ◇笑いの動作 ◇挨拶の動作 ・テーマをもとに「笑い」「体操」でコミュニケーションをとる テーマ：「地震が発生し、多くの人が災害にあいました。避難所が混乱しています。自分たちに何ができるか考えてみましょう。」 (3) 心を通い合わせるためにコミュニケーションが大切であることを理解する。 ・お互いの気持ちを理解しようとする態度の重要性を理解する    〔人間じゃんけん〕 〔ボール回し〕 〔笑い体操〕 3 まとめ（10分） ○ 自分たちの実践をアンケートや作文で振り返り、自分を見つめ直す。		
確認事項：◎ コミュニケーションを取り合うことの大切さが理解できたか。 ◎ 自ら進んで交流活動をしようとしていたか。		
関連する教科・行事等：「ホームルーム活動」「生徒会によるボランティア活動」		

学習11 ●心のケアについて学ぶ ～自分ができるストレス対処方法～

災害に遭遇し、強い恐怖や衝撃を受けた場合、不安や不眠などの災害ストレス症状が現れることが多い。心のケアについては、周囲の大人が対処方法を学んでおくことが大事であるが、子どもたち自身も自分でできる対処方法を身につけることが大切である。

【子どもの学び】

○ 普段から、自分でできるストレス対処方法を身につける。

災害時の心や体の変化はあたりまえ

普段からセルフケアの方法を身につけておく

災害にあうと心や体に起きる変化

災害ストレスとは

- ①地震や津波によって死ぬかもしれない。
トラウマ反応 … 過覚醒、再体験、マヒ回避、マイナスの考え
- ②避難所などでの生活
生活ストレス … 不安、心配、イライラ、苦しい
- ③大切なものがなくなった。大切な人がなくなった。
喪失反応 … 否認、抑うつ、怒り、自責

- ・イライラむしゃくしゃする
- ・ちょっとしたことでどきどきする
- ・思い出してどきどきする
- ・自分が悪いと責める
- ・災害のことを考えないようにする
- ・ねむれない
- ・こわい夢をみる
- ・ほんとうのことと思えない
- ・楽しくない
- ・ひとりぼっちのような気がする

セルフケアストレス対処方法

- ・気持ちを話す（家の人に、友達に、先生に）
- ・好きなことをする（遊ぶ、絵をかくなど）
- ・音楽を聴く ・本を読む ・呼吸法・筋弛緩法 等

呼吸法

- ①いすに座り、ゆっくりと息を吐き、肺の中の空気を出しきる。
- ②鼻からゆっくりと空気を吸い込み、少し止める。
- ③口から少しずつ息を吐く。（いやなことが体の外へ出ていくイメージで）
②～③を10秒くらいで行う。
5～6回繰り返す。



筋弛緩法(きんしかんほう)

1 両手



①手のひらを上に向けて両手を前に伸ばしましょう。



②親指を包むように握りこみぎゅーっと力を入れます。しっかりと緊張を感じましょう。



③手をゆっくりと広げ膝の上に置き、じわーっと力が抜けた状態を味わいましょう。

2 上腕と肩



①親指を包むように握った手を肩に近づきように曲げます。



②曲げた腕と背中全体に力を入れ、10秒間、ぎゅーっと緊張させます。



③力を抜いて腕を下ろし、じわーっと力が抜けた状態を味わいましょう。

3 全身



①口をすまめて、顔全体が顔の中心にくるようにぎゅーっと力を入れます。



②全身の筋肉を一気に10秒間、ぎゅーっと緊張させます。



③ゆっくり力を抜き全身をだらーんとして力が抜けた状態を味わいましょう。

実践例⑪ 「災害とわたしたちの心を学ぼう」

対象学年： 全学年	指導する教科等： 特別活動	時数： 1 時間
ねらい： 災害にあったとき、心や体にどんな変化が起こりやすいのかを知り、自分にあった方法で落ち着いてストレスに対処しようとする態度を身につける。		
使用する資料等： 低学年用「あすにいきる」P48-51『悲しい気持ち、こわい気持ち』 高学年用「明日に生きる」P60-61『ふれあうと温かくなるね』（兵庫県教育委員会）		
1 導入（15 分） ○ 写真や被災状況のデータから、災害は日常をどのように変えてしまうかを予想し、急な危機の場面で起こる心や体の変化について知る。 2 展開（20 分） （1）災害後の心や体の変化を知る。 ・災害ストレス（不安、恐怖、悲しみ、怒りなどの感情、眠れない、食べられないなどの体の不調）は誰にでも起こる自然な反応であることが分かる （2）自分にあったストレス対処方法を見つける。 ① 気持ちを話す、音楽を聴く、体を動かす、リラクセーション（呼吸法、筋弛緩法 等）  ➡  〔ぎゅー と体に力を入れて・・・〕 〔ふわっ とゆるめる〕 ② 普段の生活で緊張したとき、不安なときにも活用できることを知る。 3 まとめ（10 分） （1）危機に備え、自分なりのストレス対処方法を身につけておくことは自助につながることを理解する。 （2）心と体はつながっており、緊急危機時に心を落ち着かせれば、冷静に状況を判断し、よりよい行動へつながることに気付く。		
確認事項： ◎ 災害時に起こる心と体の変化について理解できたか。 ◎ 自分にあったストレス対処方法を見つけられたか。		
関連する教科・行事等： 5 年保健「心の健康」		

学習12 ●災害時に身体の清潔を保つ方法を学ぼう ～身近にあるものを災害時に役立てる～

ライフラインは生活に密接に関わっており、欠かすことができないものである。震災によるライフラインの被害について学び、限られた資源の中で最大限の効果を発揮させる方法を考えさせる。身近にあるものを使って、災害時に役立つものが作れるようにする。

また地域にいる人を理解し、災害時に配慮を要する人のために何ができるかを考えられるようにする。

〔子どもの学び〕

- 身の回りにあるものを使って、災害時に身体の清潔を保つ方法を身につける。
- 地域にはどのような人がいるかを理解し、その人のためにできることを考える。

ライフラインのストップ

電気、ガス、水道などは快適な生活をするために欠かすことのできないものである。そしてそれらは、多くがライン状に結ばれており、これらをライフラインと呼ぶ。これらに鉄道や道路を含めるときもある。大災害にはライフラインがストップすることが予想される。

	主な被害状況	復旧年月日
電気	約 260 万戸停電 (うち兵庫県は約 100 万戸)	平成 7 年 1 月 23 日倒壊家屋等を除き復旧完了
ガス	約 84 万 5 千戸が供給停止	平成 7 年 4 月 11 日倒壊家屋等を除き復旧完了
水道	約 127 万戸が断水	平成 7 年 2 月 28 日仮復旧完了 平成 7 年 4 月 17 日全戸通水完了
下水道	被災施設：22 処理場、50 ポンプ場 管渠延長約 164 km	平成 7 年 4 月 20 日 仮復旧完了
電話	交換機系：約 28 万 5 千回線が不通 加入者系：約 19 万 3 千回線が不通	平成 7 年 1 月 18 日 交換設備復旧完了 平成 7 年 1 月 31 日 倒壊家屋等除き復旧

出典：「阪神・淡路大震災での被災状況」

表からもわかるように、電気と電話は非常に早く復旧している。電気では 6 日間、電話では約 2 週間である。このような状況のなかで、身近にあるものを使って今までと同じかそれに近い生活をする方法を考える。

災害対策基本法における要配慮者

災害対策基本法では、要配慮者とは、「高齢者、障害者、乳幼児その他の特に配慮を要する者」と定義されている。(第 8 条 2 項 15 号)

実践例⑫「災害時に身体の清潔を保つ方法を学ぼう」

対象学年：全学年	指導する教科等：特別活動	時数：1 時間
ねらい：限られた資源を用いて、身体の清潔を保持する方法を学ぶ。また必要最小限の資源で最大の効果をあげる工夫をする。		
使用する資料等：フェイスタオル2枚、紙コップ、ビニール袋、お湯（100ml、80 度程度）		
1 導入（10 分） （1）災害時にライフラインが使えなくなり、復旧に時間がかかることを知る。 （2）避難所では使える資源が限られていること、使えない人がいることを理解する。 （3）避難所における清潔のニーズの未充足、二次感染のリスクについて理解する。 2 展開（20 分） （1）ホットタオルの作り方を理解する。 ①タオルを1枚下に敷いて、ビニール袋を置き、もう1枚のタオルを扇子折りにして入れる。 ②紙コップにお湯を入れて、袋の中のタオルにかける。 ③袋を閉じる。 ④さらにタオルで包み込む。 ⑤お湯がしみ込むように揉む。※火傷には十分注意する。 ホットタオルの作り方は、以下の文献を参考にした。 参考文献：南山堂『演習で学ぶ 災害看護』[監修]日本赤十字看護大学教授 小原真理子 （2）手を温める ①手首から指先にかけて、タオルを巻いて温める。 （3）マッサージ ①自分の手にペアの人の手のひらを置き、もう片方の手を上から軽く揉む。 ②手のひら全体を使って、ゆっくりと一定のリズムで撫でる ③指は一本ずつ軽くひっぱるようにして撫でる ④片方が終わったら、自分の手にペアの人の手のひらを置き、もう片方の手を上から軽く挟むようにする。 3 まとめ（10 分） ○実践の気づきや感想について、グループ討議を行い共有する。 ○水を使用しない清潔を保つ方法を考える。		
確認事項：◎ 入浴以外に身体の清潔を保つ方法について、理解できたか。 ◎ コミュニケーションを取ることの大切さが理解できたか。		
関連する教科・行事等：ホームルーム活動		



学習13 ●災害時に正確な情報を扱うことを学ぶ ～確かな災害情報の収集と発信～

災害時には、被災した際の心理特性や正確な情報の入手の難しさより、情報を多面的・多角的に見つめ、正確に判断することが難しくなる。資料やゲームを通して、正確な情報を扱う態度を身につける。

【子どもの学び】

- 自然災害を振り返り、自分の命を守る意味を考える。
- 不安な心理状態が避難を遅らせたり、情報を正確に伝えることの難しさを学ぶ。

【過去の自然災害を振り返る】

- 阪神淡路大震災・・・兵庫県南部地震・活断層型地震
・住宅倒壊・火災・ライフライン壊滅・流言やデマ・ボランティア
- 東日本大震災・・・東北地方太平洋沖地震・プレート境界型地震
・津波の被害・想定外・原子力発電所事故・釜石の防災教育・率先避難者・つなみてんでんこ

【防災グッズを備える】

- 命が助かる時間（3・3・3の法則）
空気なし3分・水なし3日・食料なし3週間
食料・水・救急用品・貴重品・生活用品など自分に必要な物を備える。



【釜石の防災教育「つなみてんでんこ」の意味を考える】

- 自分の命は（自分だけ）のものではない。
- 「津波でんでんこ」は家族の絆を（断ち切れ）と教える言葉ではない。
- 自分がしっかり避難して（自分の命）を守ることによって大切な人の（命）を守る。

【西日本豪雨1ヶ月後避難所アンケートから避難を遅らせる要因を考える】

- 環境要因・・・避難経路の悪化・天候の悪化・防災情報の不足
- 人的要因・・・災害イメージの固定化（想定外に未対応）・不安な心理特性
流言（自然発生的情報）とデマ（意図的に仕組まれる情報）
 - ・正常性バイアス：私に限っては大丈夫だろうという根拠のない自信を持つ心理特性。
 - ・多数派同調バイアス：少数意見より多数意見を重視する心理特性。
 - ・愛他行動：他者を助けようとする心理特性。他者を助ける過程で避難が遅れることがある。

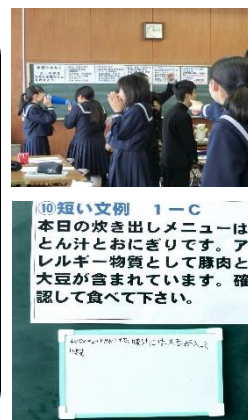
【災害伝言体験を通して情報の正しい伝達方法を考える】

- 伝言文例（具体的数字や場所を入れるとよい）

- A 午前7時58分に発生した地震で、市内には多数の被害が出ています。余震が続いています。倒壊した建物に近づかないようにして、近くの小学校に避難して下さい。
- B 午後3時から運動場南側で炊き出しが始まります。メニューは豚汁とおにぎり2個です。ご利用下さい。アレルギー物質として、豚肉と大豆が含まれています。確認して食べて下さい。

正確に伝えるポイント

- ① 復唱して確認する
- ② 要点や数字はメモする
- ③ 伝達の段階数を減らす
- ④ 正確にゆっくりと話す
- ⑤ 順序立てて話す
- ⑥ 時々質問をはさむ
- ⑦ 推測で質問内容を補わない



実践例⑬ 「災害時の正確な情報で、自分の命を守ろう」

対象学年：中学校2年生

指導する教科等：特別活動

時数：1時間

ねらい：災害時に情報を多面的・多角的に見つめ正確に扱う実践力を身につける。

使用する資料等：『明日に生きる』（中学校用）、P4、5、6～9

学習指導案、資料プリント、ワークシート（県教育委員会ホームページからダウンロード可）、ストップウォッチとベル、ミニホワイトボードとペン、メガホン（必要数）

1 導入（10分）

- 阪神淡路大震災と東日本大震災を振り返り、今までの防災に関する学習を想起させる。
 - ・被害の事実やその大きさ、被災地の状況、防災等多角的・多面的にイメージさせる。
- 「津波でんでんこ」にこめられた家族の思いについて考えさせる。
 - ・家族の絆を断ち切ることでないことや、自分の命は自分だけのものではないことに気づかせる。
 - ・自分が率先して避難することで、他の人の命を守ることができることに気づかせる。

2 展開（30分）

- 避難所アンケートや新聞記事から避難を遅らせる要因を考えさせる。
 - ・防災情報は発令されているにもかかわらず、率先避難者が少ないことに着目させ、避難を遅らせる理由を考えさせる。
 - ・新聞記事避難直後の生活アンケートから、避難時の情報不足に気づかせる。
- 災害伝言体験を通して情報を正しく伝えることの難しさを理解させ、情報の扱い方についてふりかえらせる。

ふりかえり

- ① 情報を正しく伝えることは、困難である。
- ② 誤った情報、流言、デマが混乱をもたらす。
- ③ 不安な心理が、避難を遅らせる。
- ④ 正しい情報入手に努める。ラジオ、テレビ防災無線などを確認する。
- ⑤ SNSの中には正確でない情報が含まれることを知る。

3 まとめ（5分）

- 自己評価シートに記入して、本時のまとめをさせる。

確認事項：◎ 入浴以外に身体の清潔を保つ方法について、理解できたか。

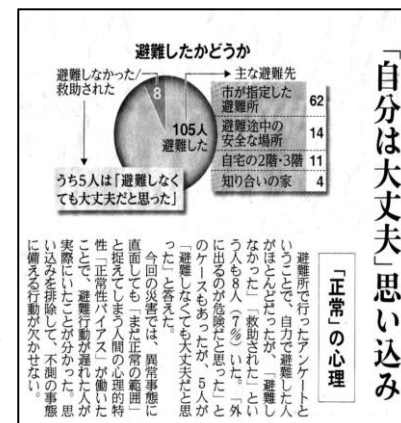
◎ コミュニケーションを取ることの大切さが理解できたか。

関連する教科・行事等：中学校保健体育「傷害の予防」

『明日に生きる』（中学校用）、P4、5、6～9 学習指導案、資料プリント、ワークシートは、兵庫県教育委員会ホームページからダウンロード可能。防災教育授業実践例中学校2年

[<https://www.hyogo-c.ed.jp/~kikaku-bo/>]

西日本豪雨 新聞記事アンケート



学習14 ●災害時の食事について学ぶ ～災害時の食生活の課題を解決するための方法～

災害に遭遇する前に、日頃から準備をしておくことが大切である。非常持ち出し袋や備蓄を各家庭で用意する必要がある。必要となるものは各家庭で違うので、必要なものを各自で考えることで、家庭で話し合うきっかけとする。また、自分たちにできる減災を考えることで、災害に備える。

〔子どもの学び〕例【総合的な学習の時間】

第一次 災害について知る

- ①防災・災害について考える
- ②災害について調べる
- ③私たちの町で起こりうる災害について考える

第二次 大きな災害から私たちの町を守る

- ①大きな災害が起きると私たちの町はどうか考える
- ②〇〇小のハザードマップを作製する
- ③自分たちの町、人々を守るためにできることをまとめる

第三次 実際に災害が起きた時にできることを考える

- ①我が家の防災袋や常備食を考える
- ②災害時でも元気UP！できる食事を考える（1時間・・・本時）
- ③災害時の食を体験する
- ④ケガの応急措置を体験する
- ⑤災害時の行動を考える

第四次 防災についてまとめ、広める

- ① これまでに学習したことをまとめ、防災の意識を広める

災害時の食に備える

- ・ いざという時の心構えを常に持ち、最低3日分程度の食を備える。
- ・ 日頃から利用できる長期保存が可能な食品を買い置きし、非常時に役立てる。
- ・ 買い置きした食品は、賞味期限や消費期限をチェックし日頃の食生活で利用しながら、サイクル保存をする。
- ・ 家族構成（乳幼児・高齢者・食物アレルギー・慢性疾患等）を考慮した食品を用意する。
- ・ ライフラインが止まることを予想し、熱源・調理器具・食器等も備える。

非常持ち出し袋の中身の例

- ・ 水2L（500mLに分けておくと便利）←1人1日分
- ・ 懐中電灯
- ・ タオル
- ・ マスク
- ・ 食料品（缶詰・アルファ化米・乾パン・チョコレート・水戻し餅 等）
- ・ ラップ
- ・ 常備薬
- ・ 電池
- ・ ミニカセットコンロ
- ・ 紙コップ
- ・ ラジオ
- ・ ナイロン袋
- ・ ウエットティッシュ 等

実践例⑭ 「災害時でも元気 UP！ できる食事を考えよう」

指導する学年： 小学校 5 年生	指導する教科等： 総合的な学習の時間	時数： 1 時間
ねらい： 災害時やライフラインが止まった家庭での食生活における課題を理解し、解決するための方法を考えることができる。		
1 導入（5分） ○ 災害発生時における備蓄の必要性和食生活の課題について振り返る。 2 展開（35 分） （1）災害時の課題を解決し、災害時でも元気のできる食事をするために、調理の工夫の一例としてパッククッキングで炊いたごはんがあることを知る。 （2）家庭に備蓄されている食品を使って、みそ汁の実とアピールポイントを考える。 ○災害発生後数日たち、ライフラインが途絶えているが自宅に戻ったと想定する。 ・みそ汁は、昔から日本で食べ続けられている伝統食で、実を変えることで飽きずに食べることができる。 ・家庭科の調理実習で作ったことのあるみそ汁について考える。 ・災害時であるため、使う実は2～4種類にする。 ・電気が止まっているので、冷蔵庫・冷凍庫の食品は使用しない。 ・災害時の課題を解決できるものを考える。 （3）自分で考えたみそ汁の実をもとに、グループで話し合いみそ汁の実をまとめ発表する。 ・課題が解決できているかどうか確認する。 3 まとめ（5分） ○ 本時の学習内容を振り返る。 ・防災の日の給食献立に『乾物のみそ汁』があることを伝える。 ・自分たちが考えたものを家庭で実践するように声をかける。 ・後日、調理実習でパックご飯と乾物のみそ汁を作る。 ・防災みそ汁レシピ集を作ることを知らせる。		
確認事項： ◎ 災害時の課題を解決できるみそ汁の実を考えたか。 ◎ 自分の考えを出し合い、班で話し合うことを通して、より良いものを考えたか。		
関連する教科・行事等： 5 年家庭科「食べて元気に」 5 年理科「天気の変化」 5 年社会「わたしたちの暮らしを支える情報・国土の環境を守る」		

