

おうちで防災学習

「防災ノート」を使って、災害の種類や避難の方法を学びましょう。



知る

災害に関する知識や
移動の方法について理解しよう。



考える

災害時に危険なことや
事前の備えについて考えよう。

1 災害の特徴から考えよう

2 地震

首都直下で発生が予想される地震

知る 考える 調べるとまとめる

わが家の防災アクション
PDFダウンロード
チェックリスト

活断層の地震

【図1】は、M7以上の地震を起こす可能性のある関東地方の主な活断層です。過去に繰り返し地震を起こし、将来も地震を起こすことが予想される断層を活断層と呼びます。東京都内では立川断層帯があり、調査が進められています。平成7(1995)年1月17日に発生したM(マグニチュード)7.3の兵庫県南部地震は、淡路島から神戸にかけての地下に伏在する活断層が動いて発生したものと考えられています。日本には、このように大地震が発生し、あるいは発生する危険性のある活断層がたくさん見付かっています。国の地震調査研究推進本部ホームページには、全国の主要活断層帯と、それらの長期的な地震発生確率の調査結果等が示されています。

南海トラフの地震

国の地震調査研究推進本部では、東日本大震災をきっかけに、これまで、東海・東南海・南海の各領域において連続して発生する大地震に主眼を置いてきましたが、もっと広い領域に広がって評価することになりました。過去の例を引き、様々な地震の発生方法を考慮した試算が示されています。この南海トラフ全体を一つの領域とする地震の発生確率は、30年以内で70～80%程度、今後50年以内で90%程度もしくはそれ以上とされています。これを挙げて東京都では、この地震による津波の島しょにおける被害について、最大で7～30mの津波高を想定しています。

※南海トラフ地震に関する情報は、令和4年2月時点

首都直下で起こる地震

東京都は、東日本大震災を踏まえ、「首都直下地震等による東京の被害想定」の見直しを行い、平成24(2012)年4月に公表されました。平成18(2006)年公表の被害想定では、首都直下地震として「東京湾北部地震」と「多摩直下地震」を取り上げていましたが、海溝型地震として「元禄型関東地震」、活断層で発生する地震として「立川断層帯地震」の被害想定も追加されています。

| 被害想定(冬(タカ18時、風速8m/秒を仮定)) | M | 死者(人) | 負傷者(人) | 建物被害(棟) | |
|--------------------------|---------|-------|---------|---------|---------|
| 首都直下地震(再検証) | 東京湾北部地震 | 7.3 | 9,641 | 147,611 | 304,300 |
| 多摩直下地震 | 7.3 | 4,732 | 101,102 | 139,336 | |
| 海溝型地震(追加) | 元禄型関東地震 | 8.2 | 5,875 | 108,341 | 184,794 |
| 活断層で発生する地震(追加) | 立川断層帯地震 | 7.4 | 2,582 | 31,690 | 85,735 |

想定される地震の震源モデルは、フィリピン海プレート上面の深度についての最新の知見を反映させ、従来のものより約10km浅い見取りとなったことから、震源が浅くなり、震度分布も最大震度7の地域が増えるものとなっています。さらに、帰宅困難者の出現やエレベーター内の閉じ込めといった都市型災害の状況、区部の低地を中心とした液状化危険度の分布図も示されています。

想定される最大震度の分布

東京湾北部地震 多摩直下地震
元禄型関東地震 立川断層帯地震

動画を見る
首都直下地震 13分19秒 (内閣府防災)

もっと詳しく
東京の被害想定(東京防災)

もっと詳しく
地震災害(内閣府防災)

1 災害の特徴から考えよう

2 地震

大地震が起こったら

知る 考える 調べるとまとめる

わが家の防災アクション
PDFダウンロード
チェックリスト

地震発生の瞬間

地震発生の瞬間は、突然の揺れに驚き、適切な判断が難しくなるため、目撃からとるべき行動を考えておくことが大切です。

- 頭を守る
- 机の脚を対角線に持ってひざをつく
- 火災が発生したら口や鼻をおおう(顔は伏せ下す)

家にいるとき

外出しているとき

繁華街にいたら

地下街にいたら

地震後の行動

- 初期消火をする
- エレベーターを落とす
- ガスの元栓を閉める
- 近所の人と安否を確認する

避難の判断

- 正しい情報を得る
- 安全ならその場にとどまる

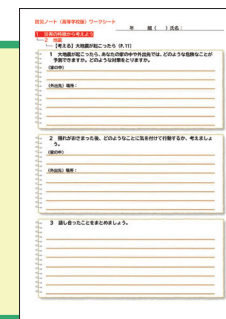
ワークシートに考えを書きましょう

- 1 大地震が起こったら、あなたの家の中や外出先では、どのような危険なことが予測できますか。どのような対策をとりませんか。
- 2 揺れがおさまった後、どのようなことに気を付けて行動する

ワークシートダウンロード
PDF版
Word版

「動画を見る」「もっと詳しく」から外部サイトの動画や資料を見ることができます。

ワークシートを使って考えることができます。(ワークシートはダウンロードして印刷が必要です)。



おうちで防災学習



災害が起こったときの危険や
備えについて調べましょう。

1 災害の特徴から考えよう

2 地震

緊急地震速報について調べよう

「緊急地震速報」とは
地震が発生すると、震源からはP波とS波が同時に周囲に伝わります。このとき、P波の伝わる速度は5~7km/sで、S波(約3~4km/s)よりも速く伝わります。「緊急地震速報(警報)」とは、震源近くの地震計で早くP波を捉えて、震源の位置や地震の規模(マグニチュード)を推定し、強い揺れをもたらすS波の到達で、重大な災害の起こるおそれがあることを知らせる情報です。この情報を受信して、列車やエレベーターを素早く制御させて危険を回避したり、工場・オフィス・家庭等で避難行動を取ることによって、被害を軽減させたりすることが期待されます。ただし、震源が近いと緊急地震速報が間に合わないこともあります。

「緊急地震速報」見聞きしたときの行動は
緊急地震速報を見聞きしたときの行動は、「周囲の状況に応じて、あわてず、まず身の安全を確保すること」が基本です。地震の強い揺れが来るまでの時間は、場所により異なりますが、数秒から数十秒しかありません。その短い間に、ものが「落ちてこない、倒れてこない、移動してこない」空間に身を寄せ、身を守るための確かな行動をとることが大切です。

緊急地震速報は、地震による強い揺れを事前(揺れる前)にお知らせするための情報です。

ワークシートに書きましょう

- 緊急地震速報について調べましょう。
- 緊急地震速報の提供を可能にする様々な技術について
- 緊急地震速報(警報)及び(予報)について
- 緊急地震速報の特性や限界、利用上の注意について

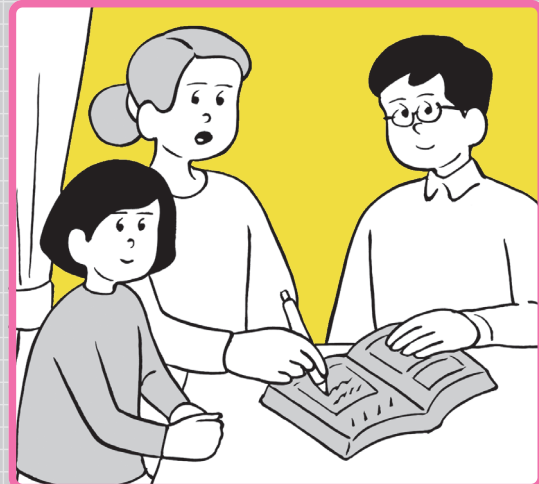
ワークシートダウンロード
PDF版
Word版

動画をみる
もっと詳しく
もっと詳しく

ワークシートに考えを
書いて、まとめましょう。
家の人と、まとめたことをもとに、
防災について話し合ってみることも
よいでしょう。

わが家の防災アクションを確かめよう

『防災ノート』のワークシートに「わが家の防災アクション・チェックリスト」があります。家の人などと一緒に、防災アクションを確認してみましょう。



防災ノート(高等学校版) ワークシート 年 組 () 氏名: _____

3 学びを深めよう

6 わが家の防災アクション

1 わが家の防災アクション・チェックリスト
3項目のアクションを各自に世帯ごとに記入してください。

| ページ | 1年度 | 2年度 | 3年度 | 4年度 |
|-----|-----|-----|-----|-----|
| 8 | | | | |
| 9 | | | | |
| 10 | | | | |
| 11 | | | | |
| 12 | | | | |
| 13 | | | | |
| 14 | | | | |
| 15 | | | | |
| 16 | | | | |
| 17 | | | | |
| 18 | | | | |
| 19 | | | | |
| 20 | | | | |
| 21 | | | | |
| 22 | | | | |
| 23 | | | | |
| 24 | | | | |
| 25 | | | | |
| 26 | | | | |
| 27 | | | | |
| 28 | | | | |

2 チェックした数をみて、進んだことを書きましょう。

| | 1年度 | 2年度 | 3年度 | 4年度 |
|--|-----|-----|-----|-----|
| | | | | |

