

地震・津波から命を守る

# ひろしま マイ・タイムライン

解説編

小学生 1・2・3年生



お問い合わせ

広島県 危機管理監 みんなで減災推進課  
TEL:082-513-2781

# 本教材について

## 教材制作の目的

- 児童が前向きに防災学習に取り組めること。
- 児童が災害を「自分ごと」として捉え、いざというときに適切な行動をとる力を養うこと。

## 教材の構成

	ページ	タイトル	扱う内容
知る	2～3	① 地震が起こったら、 どんな場所があぶない？	● 地震が起こったときに 危ない場所（教室、通学路）
	4	② 地震が起こったら、どうなる？	● 地震による様々な被害
	5	③ 地震が起こったら、 どうすればよい？	● 揺れているときに安全な場所 ● 揺れているときに自分の体を守る行動
	6	④ 津波が来るとき、 どうすればよい？	● 津波が来るときにとるべき行動
考える	7	⑤ ひなんにひつような物は 何だろう？	● 防災グッズ
マイ・ タイムライン シート	8	家族で作る 地震・津波マイ・タイムラインシート	● 2 ページから 7 ページ までで学んだことの 振り返り



## 教材の活用例

特定の時期や学校行事に合わせ、毎年、本教材を活用した授業を実施する。

- (例) ● 広島県「みんなで減災」一斉地震防災訓練(毎年11月)
- 避難訓練

※その他、各学校の実情や、児童の習熟状況等を踏まえ、必要に応じて取り組んでください。

## ユニボイスについて

本教材には、音声コード「ユニボイス」が掲載されています。

「ユニボイス」は、以下の専用アプリで読み取ることができます。



### Uni-Voice 音声コード

音声コード Uni-Voice 読み取りアプリ



### iOS

<https://apps.apple.com/jp/app/uni-voice/id759624930>



### アンドロイド

<https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.co.uv&hl=ja>



Uni-Voice



地震・津波から命を守る  
**ひろしま  
マイ・タイムライン**

**各ページの解説**



めあて 地震が起こったときに、あぶない場所を考えよう。

学習の導入例

- これまでに、地震を経験したことがありますか？
- 地震が起こると、どのような場所が危ないと思いますか？

学習内容	解答例・学習のポイントなど
<p>1  <b>みんなの問題</b></p> <p>教室で地震が起こったらどのようなところが危ないかを考える。</p>	<p><b>【解答例】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・窓ガラスの近く</li> <li>・掃除用具入れの近く</li> <li>・鉢植えの近く</li> <li>● 教室で地震が起こったらどのようなところが危ないかを理解する。</li> </ul>  <p><b>(学習内容を深めるための児童への投げかけ)</b> 自分たちの教室を見て、地震が起こったときのことを考えてみましょう。</p>
<p>2  <b>はなあ話し合おう</b></p> <p>教室で地震が起こったとき、どこが、「どのように」変わったかを考える。</p>	<p><b>【想定される児童の反応】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・窓ガラスが割れている。</li> <li>・掃除用具入れが倒れそうになっている。</li> <li>・鉢植えが倒れそうになっている。</li> <li>・机や椅子が動いている。</li> <li>● 地震によって、どのような場所が危ない場所となるかを、他の人と話し合って確かめる。</li> </ul> <p><b>(学習内容を深めるための児童への投げかけ)</b> 身近な場所に「地震が起こったら危ないところ」があるかもしれないことを意識しておきましょう。</p>
<p>3  <b>みんなの問題</b></p> <p>教室で地震が起こったとき、どのような行動をとれば安全かを考える①。</p>	<p><b>【解答】</b> 机の下に入っている右の人 (まいさん)</p> 
<p>4  <b>はなあ話し合おう</b></p> <p>教室で地震が起こったとき、どのような行動をとれば安全かを考える②。</p>	<p><b>【想定される児童の反応】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・机の下に入っている右の人 (まいさん) …机の下で、自分の体や頭を守ることができているから。 (近くに窓ガラスや鉢植えがあるが、机の下は、それらの物が落ちてこない、倒れてこない、移動してこない「安全な場所」(&gt;&gt;&gt;テキストP.5に説明有り)であると考える。)</li> </ul> <p><b>(学習内容を深めるための児童への投げかけ)</b> 安全だと思った理由だけでなく、安全だと思わなかった理由も話し合ってみましょう。</p> <p><b>〈考え方〉</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 真ん中の人…机や椅子が移動してくる場所で、本を頭に乘せているだけで体を守れていない。</li> <li>● 左の人…倒れかかっている掃除用具入れを支えようとしていて、頭や体を守れていない。災害を防ごうとする意識そのものはよいが、揺れているときは体を守ることが最優先である。</li> </ul>

学習内容	解答例・学習のポイントなど
<p>①  <b>みんなとき、どうする?</b> もん だい 問題</p> <p>通学路で地震が起こったらどのようなところが危ないかを考える。</p>	<p><b>【解答例】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自動販売機の近く</li> <li>・ブロック塀の近く</li> <li>・マンホールの近く</li> </ul> <p>● 通学路で地震が起こったらどのようなところが危ないかを理解する。</p>  <p><b>(学習内容を深めるための児童への投げかけ)</b> 自分の通学路で地震が起こったときのことを考えてみましょう。</p>
<p>②  <b>はな あ 話し合おう</b></p> <p>通学路で地震が起こったとき、どこが、「どのように」変わったかを考える。</p>	<p><b>【想定される児童の反応】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自動販売機が倒れそうになっている。</li> <li>・ブロック塀が崩れている。</li> <li>・マンホールが浮き出している。</li> <li>・道路にひびが入っている。</li> </ul> <p>● 地震によって、どのような場所が危ない場所となるかを、他の人と話し合っ確認する。</p> <p><b>(学習内容を深めるための児童への投げかけ)</b> マンホールの近くは、マンホールが浮き上がったたり飛び出したりする可能性があるため、危険です。</p>
<p>③  <b>みんなとき、どうする?</b> もん だい 問題</p> <p>通学路で地震が起こったとき、どのような行動をとれば安全かを考える①。</p>	<p><b>【解答】 安全な場所で、ランドセルで頭を守っている右の人 (まいさん)</b></p> 
<p>④  <b>はな あ 話し合おう</b></p> <p>通学路で地震が起こったとき、どのような行動をとれば安全かを考える②。</p>	<p><b>【想定される児童の反応】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・右の人 (まいさん) … 周りに倒れたり崩れたりするものがない安全な場所で、ランドセルで頭を守ることができているから。</li> </ul> <p><b>〈考え方〉</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 真ん中の人 … 崩れているブロック塀の近くにいる。</li> <li>● 左の人 … 倒れそうな自動販売機の前にいる。</li> </ul> <p><b>(学習内容を深めるための児童への投げかけ)</b> 安全だと思った理由だけでなく、安全だと思わなかった理由も話し合ってみましょう。</p>

めあて これまでに起こった地震や津波によるいろいろなひがいを学ぼう。

### 学習の導入例

- 日本全国でこれまでに起こった地震・津波を知っていますか？
- 大きな地震が起こると、どんな被害が出るのでしょうか？

学習内容	解答例・学習のポイントなど
<p>① これまでの地震で起こった、様々な被害を知る。</p>	<p>● 地震が起こると、様々な被害が発生する可能性があることを理解する。</p> <p><b>【被害の例】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 建物倒壊</li> <li>・ 液状化現象（強い揺れが続くことで地面（地盤）が液体のように変化する現象。マンホールが浮き上がったり飛び出したりするなどの被害が生じることがある。）</li> <li>・ 崖くずれ</li> <li>・ 落石</li> <li>・ 火災</li> <li>・ 津波</li> <li>・ ライフラインの寸断（電気や水道が使えなくなったり、道路や橋などが壊れて物が届かなくなったりする。）</li> </ul> <p><b>（学習内容を深めるための児童への投げかけ）</b></p> <p>「揺れ」によって様々な被害が生じることを理解しておきましょう。 広島でも、地震によって、このような様々な被害が生じるかもしれません。</p>

めあて 地震が起こったときの行動を学ぼう。

### 学習の導入例

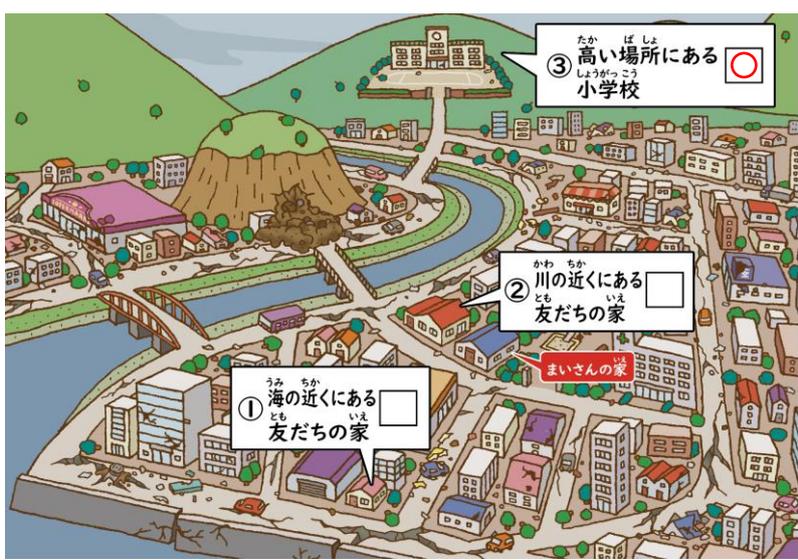
- 地震は「いつ」「どこで」起こるか分かりません。
- もし、寝ているときに地震が起きたら、どうしますか？
- もし、一人にいるときに地震が起きたら、落ち着いて行動できますか？
- いつ、どこで地震が起こっても、あわてずに行動できるよう、自分の命を守る行動を学びましょう。

学習内容	解答例・学習のポイントなど
<p>① 地震は、「いつ」「どこで」起こるか分からないことを理解する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 地震は、朝・昼・夜、家族と一緒にいるとき、自分一人にいるときなど、いつ起こるか分からないことを理解する。</li> <li>● 地震は、家や学校、通学路など、どこにいるときに起こるか分からないことを理解する。</li> <li>● 地震はいつどこで起こるか分からないため、いざというときに自ら考えて行動する必要があることを理解する。</li> </ul>
<p>② 地震で揺れているときに自分の体を守れるように、「安全な場所」と「自分の体を守る行動」を理解する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 安全な場所（＝物が「おちてこない」「たおれてこない」「いどうしてこない」場所）を理解する。</li> <li>● 自分の体を守る行動（＝安全行動1-2-3（しゃがむ・かくれる・待つ）、頭を守る姿勢）を理解する。</li> </ul> <p><b>（学習内容を深めるための児童への投げかけ）</b> 緊急地震速報の音が鳴ったら、まだ揺れていなくても、安全な場所で自分の体を守る行動をとりましょう。</p>

めあて 津波が来るときにどのような行動をとればよいのかを考えよう。

学習の導入例

- 津波の映像を見たことがありますか。
- 自宅の近くに、津波の危険性があるかどうかを知っていますか？
- もし、津波が来たら、どこに逃げればよいか考えたことはありますか？
- 津波が来たときの避難先や避難経路について、家族などと話し合ったことがありますか？

学習内容	解答例・学習のポイントなど
<p>① 津波の恐ろしさを理解する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 津波は、走っても逃げられないくらいの速さで、広範囲にやって来ることを知る。</li> <li>● 30cm程度の高さの津波でも、立ってられないほどの威力があることを知る。</li> <li>● 津波は繰り返しやって来ることを知る。</li> </ul>
<p>② 津波から命を守る行動を理解する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 海や川の近くで地震の揺れを感じたり、津波警報などを聞いたりしたら、命を守るために海や川から離れた高い場所に避難する必要があることを理解する。</li> </ul> <p>(学習内容を深めるための児童への投げかけ)</p> <p>家族が離れた場所にいる場合は、家族を探しに行ったり待ったりせずに、避難しましょう。津波警報などが取り消されるまでは、できるだけ海や川から離れた高い場所に留まりましょう。</p>
<p>③  津波が来るときにはどのような場所に逃げたら安全かを考える。</p>	<p>【解答】 ③高い場所にある小学校</p>  <p>① 海の近くにある友だちの家</p> <p>② 川の近くにある友だちの家</p> <p>③ 高い場所にある小学校</p> <p>〈考え方〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 海や川から離れており、最も高い場所にあるから。</li> </ul> <p>(学習内容を深めるための児童への投げかけ)</p> <p>海や川の近くは津波が来る可能性があり危険なので、海や川に近い道を選けてできるだけ高い場所に向かいましょう。</p>

めあて ひなんするときに、ひつような物を考えよう。

### 学習の導入例

- 皆さんの家では、避難に必要な物を用意していますか？
- 実際に避難する場面を考えて、何のためにどんな物が必要か、家族と話し合ったことはありますか？

学習内容	解答例・学習のポイントなど
<p>① 避難するときに必要な物を知る。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● まいさんの考えた物から、水や食べ物など、生きるために必要な物もあれば、懐中電灯など避難時に必要な物、さらに避難した後に必要な物（ここではタオル）があることを知る。</li> </ul>
<p>②  提示された物の他に、避難するときに必要な物を考える。</p>	<p><b>【想定される児童の反応】</b></p> <p>飲料水、食料、薬、懐中電灯、ラジオ、モバイルバッテリー、予備の電池、ヘルメット、軍手、ホイッスル、下着・衣類・靴下、救急セット、マスク、消毒液、ライター、ろうそく、ティッシュ、タオル、歯みがきセット、ポリ袋、簡易トイレ、アルミブランケット、現金（貴重品）、ペットのケージ、ペットフード、おむつ、ミルクなど。</p> <p></p> <p>県の防災グッズ一覧</p> <p><b>(学習内容を深めるための児童への投げかけ)</b></p> <p>祖父母、弟や妹（赤ちゃんや幼児）がいたり、ペットを飼っていたりすると、どのような物が必要でしょうか。</p>
<p>③  防災グッズに対する考えを深める。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 他の人の考えた防災グッズを知ることで、防災グッズに対する考えを深める。</li> </ul> <p><b>(学習内容を深めるための児童への投げかけ)</b></p> <p>他の人が考えた物で、自分と違うものはありますか。他の人が考えた物は、なぜ必要なのか聞いてみましょう。</p>
<p>④ 一つで色々使える防災グッズを知る。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 身近な物で、一つで色々使える防災グッズについて考える。</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>・新聞紙（スリッパ、防寒具、枕、ラップをかけて食器、丸めた新聞紙をビニール袋に入れてクッションなど）</li> </ul> <p></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・段ボール（ビニール袋と新聞紙で簡易トイレ、ビニール袋をかぶせて水タンク、粘着テープとカッターで椅子など）</li> </ul> <p><b>(学習内容を深めるための児童への投げかけ)</b></p> <p>防災グッズの作り方の本があるので、図書館で借りるなどして、実際に自分で作ってみましょう。</p>

〈記入例〉

家族で  
作る

## 地震・津波 マイ・タイムラインシート

作った日 2026 年 11 月 5 日

(自分の家や教室など、身近な場所の一つ書きましょう。)

自分の部屋

いるときに地震が起きたらどうする？

ゆれているときに、その場所のどこでどのように行動するかを考える。

安全な場所

おちてこない  
たおれてこない  
いどうしてこない

自分の体を守る行動

安全行動1-2-3

頭を守るしせい

安全な場所で頭を守る

2ページ  
3ページ  
5ページ  
を見よう

その場所があぶないと感じたり、海や川の近くで地震のゆれを感じたり、津波けいほうなどを聞いたとき、まずひなんする場所を決める。

やること その場所にとどまることがあぶない場合に、まずひなんする場所を決めて書く。

まずひなんする場所

〇〇小学校

避難所・遊戯場所検索

6ページ  
を見よう

落ち着いた後に家族で集まる場所を決める。

やること 落ち着いた後に家族で集まる場所を決めて書く。

家族で集まる場所

〇〇小学校

いざというときにひつような物を考える。

やること いざというときにひつような物を書いて書く。

ひつような物

かいでんとう  
水、食べ物、タオル、ティッシュ  
着がえ、はみがきセット、きゆう急セット

防災グッズ一覧

7ページ  
を見よう

他の場所についてシートを作る場合はこちら

高潮、津波災害ポータルひろしま

他にも家族で作ってみましょう！

LINEでもマイ・タイムラインを作ってあげば、津波などあぶないときにお知らせが来ます。家族で作ってみましょう。

- 8 -

XキリトリX

取り組み例

- 宿題として、家族と話し合って作成する。
- 夏休みの課題として作成する。