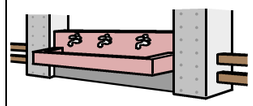
日頃の備えが大切です

自分で判断し，自分で身を守る力を育てる
～ 危機対応マニュアル ～

坂東市
教育委員会
令和５年４月

	地震	雷　強い風雨	竜巻	火災	水の事故	交通事故	ＳＮＳ	感染症
	大きな揺れを感じたら	雷鳴・空や川に異変を感じたら	黒い雲，竜巻が見えたら	火災に気付いたら	事故を防ぐには	事故を防ぐには	大切な自分を守るために	感染症を防ぐには
学校	○避難訓練どおりに行動する ○机の下に潜り，身を守る ○身近な物（カバン，座布団等）で頭部を守る ○避難口を確保する ○決められた場所に避難する	○校舎内に避難する ○窓を閉める ○大きな木や電柱から離れる（４m以上離れる）	○校舎内に避難する ○窓やカーテンを閉め，窓から離れる ○なるべく窓のない部屋に移動する ○机の下に潜り，頭と首を守る	○避難訓練どおりに行動する ○火元から離れた場所に避難する ○一度逃げたら戻らない 	【水泳学習では】 ○体調を整えて臨む（十分な睡眠，食事　等） ○準備運動を必ず行う ○プールサイドは走らない ○約束を守って学習する	【登下校時（徒歩）】 ○前を向いて歩く ○右側（歩道）を一列で歩く ○右左右を確認して渡る ○信号機のあるところを横断する ○横断歩道や歩道橋のあるところを渡る	○夜９時以降は使わない ○知らない人と会わない，連絡を取り合わない ○「ながらスマホ」をしない ＝ 坂東市小中学生 ＝ 携帯・スマホ３つの約束	○手洗い ・登校時，休み時間，給食前，掃除の後、トイレの後、共有のものを触った時、帰宅時は，念入りに手洗い ○咳(せき)エチケット ・マスク着用で口や鼻をおおう ・咳やくしゃみは，人に向けない ・ティッシュ，ハンカチなどで，口や鼻をおおう ・上着の内側やそでででおおう ○窓を開け，定期的に教室（部屋）の換気をする ○まわりの人との間かくを広めにとるようにする ○十分な睡眠とバランスのよい食事で免疫力を高める ○風邪症状(発熱や咳等)があるときは，他の人との接触をさけ、無理をしない 
登下校時	○建物，塀から離れる ○車に注意する（停電で信号が止まる場合がある） ○安全な場所に避難する ○自分の居場所を家や学校に連絡する(してもらう)	○近くの建物や屋根付きの乗り物へ避難する ○大きな木や電柱から離れる（４m以上離れる） ○川や用水等から離れる ○避難できる建物がないときは，姿勢を低くする	○近くの頑丈な建物内に避難する ○避難できないときは，物陰やくぼみに伏せる ○物置や車庫，プレハブへの避難はしない	○火元から離れた場所に避難する ○一度逃げたら戻らない ○近くの大人（110番の家消防）に知らせる	【家の周りでは】 ○川や池，沼等には子どもだけではいかない ○池や沼等の柵を乗りこえない ○用水路やため池等では遊ばない ○普段から危険な場所を把握し，近づかない	【登下校時（自転車）】 ○ヘルメットをかぶる ○反射材を身に付ける ○暗くなる前に点灯する ○並進・二人乗りはしない ○傘さし運転はしない ○歩道を通行するときには歩く人に注意する	○マナーや時間を守って使う ○この情報は送っても大丈夫か,送信前に見直す ○個人情報，画像等（自分も，他人も）を載せない，送らない ○出会い系のトラブルに巻き込まれない ○困ったら大人に相談	
家	○テーブル等の下に潜り身を守る ○身近なもので頭部を守る ○倒れてくるものや落ちてくるものに注意して避難する 	○外出しない ○窓や雨戸を閉める ○すべての電気器具，天井・壁から１m以上離れる（より安全のため） 	○窓や雨戸，カーテンを閉め，窓や壁から離れる ○家の中心部（１階）でなるべく窓のない部屋に移動する ○頑丈な机の下に入り，頭と首を守る	○服装などにこだわらず，少しでも早く避難する ○姿勢を低く，煙を吸わないように避難する ○一度逃げたら戻らない 	【プールや海水浴場では】 ○準備運動を必ず行う ○気象状況に注意する ○睡眠不足や疲れているときは水に入らない ○自分の体力，技術を過信しない ○危険な場所には近づかない ○食後はすぐに泳がない ○浅瀬でもおぼれることがあることを理解する	【外出時（徒歩等）】 ○道路や駐車場等では遊ばない ○停車中の車の周りも危険 ○家や店を出るときは，左右を確認する ○夜は白系の服や反射材を身に付けると見えやすい ○携帯電話やヘッドホンを使いながら歩かない 【外出時（自転車）】 ○ヘルメットを必ずかぶる ○携帯電話やヘッドホンを使いながら運転しない ○ハンドルや手に荷物をかけたり，持ったりしない	○家庭での話し合い・ルール作りをする ・何をするために使うのか（使用目的） ・いつ，どこで，どのくらい使うのか（使用条件） ・お互いが気持ちよく使用するために気を付けること（マナー） ・トラブルや被害にあわないようにするために（安全な使用）	
外出時	○屋内：学校や家に同じ ○屋外：登下校時に同じ ○海や川から離れ，高い場所に避難する（津波への対応）	○登下校時に同じ ○屋外スポーツ（サッカー，野球等）やレジャー（公園や海・　山，川）は中止し，避難する	○登下校時に同じ ○建物内に避難したら，学校や家と同じに行動する	○屋外：登下校時に同じ ○屋内では，通路誘導灯・避難口誘導灯を確認し，避難口へ向かう				
教訓から	「落ちてこない」 「倒れてこない」 「移動してこない」 場所へ	すぐに！ 木や電柱，川，用水から離れる 建物・車の中に避難する	すぐに！ 頑丈な建物内に避難する	すぐに！ 火元から離れた安全な場所に避難する	川，用水路，ため池には 「近寄らない！」 「遊ばない！」	「止まる」「見る」「待つ」 夕方は 「早めに点灯，反射材」	正しい判断で 自分，家族，友達を守る！	「感染源を絶つこと」 「感染経路を絶つこと」 「免疫力を高めること」
指導上の留意点	○避難の際は，「おかしも」を守る 「押さない・かけない・しゃべらない・戻らない」 ○大きな地震が起きた時のことを家族で話し合っておく（避難場所等） ○電話，連絡等ができない場合にも冷静に対応できるよう保護者にも連絡をしておく ○想定される二次災害について知る 津波・火災・余震・土砂災害・液状化　等	○雷は遠くで聞こえていても，近くに落雷することがある ○落雷による危険が高い場所を知る ・周りより高いところ，周囲が開けたところ，木や電柱の近く，雨宿りで木の下に入ることは危険　等 ○上流の雨で急に増水することがある ○水かさが増えて濁り，枝が流れてくるときは危険 ○地下室，地下街，浸水した場所に注意する ・車のドアが水圧で開かない ・マンホールのふたが外れる	○季節や場所を問わず発生する ○周囲の雲の流れや風の動きに注意する ○物置や車庫，プレハブ等の仮設建築物へは避難しない ○竜巻による災害を知る ・建物の倒壊 ・屋根瓦の飛散 ・テント等が飛ぶ ・電柱・樹木が倒れる ・列車や自動車の転覆　等	○避難の際は，「おかしも」を守る 「押さない・かけない・しゃべらない・戻らない」 ○濡れたタオルで口と鼻を覆い，床をはうように脱出する ○煙の特性を知る ・煙は天井からたまる ・煙の上昇の速さは，走る速さの２～３倍になる　等	○６月から９月に事故が多く発生する ○川の様子は，上流の天候などによって大きく変化する ○川・用水路・ため池等の特性を知る ・水面は穏やかでも，水中では複雑な流れがある ・流れは穏やかでも，水かさが膝上になると身動きはとれない ・滑りやすく，岸に上がるのは難しい　等	○保護者・教師が一緒に歩いて危険個所を確認する ○子どもは目線が低く，見えている範囲が狭い ○特に，日暮れが早い秋冬は危険 ○大型自動車等は，運転手から見えない範囲(死角)が多くある ○教室から廊下に出るときは，一時停止をする ○事故にあってしまったら家や学校に連絡を ○自転車乗車時のヘルメット着用が努力義務となる（令和５年４月１日～）	○フィルタリングをかける ○スマホ以外の機器でのインターネット接続にも注意する ○接続するサイトやダウンロードするアプリは確認する ○家庭でのルールを作る（使用時間，使用料金等） ○拡散した情報（個人情報，画像等）は，回収できない ○個人情報が拡散して困った時は警察に相談する 	【感染症発生時期】 ○手洗い，手指消毒を徹底する ○換気の悪い密閉空間に注意する ○人込みを避ける（外出を控える） ○近距離での会話や大声での発声はしない ○ワクチン接種の有無や感染者に差別や偏見をもたない
参考資料	『防災マニュアル　ー震災対策啓発資料ー』 総務省消防庁HP	『急な大雨・雷・竜巻 -ナウキャストの利用と防災-』 平成28年３月　気象庁	『急な大雨・雷・竜巻 -ナウキャストの利用と防災-』 平成28年３月　気象庁	『消防少年団　てびき・ハンドブック』 東京消防庁	『水の事故を防ぐために』『きをつけようふせごう水の事故』 茨城県警察	通学安全リーダーハンドブック 茨城県教育委員会	『話し合っていますか？家庭のルール～安全で安心なｲﾝﾀｰﾈｯﾄ利用のために～』　文部科学省	『学校における新型コロナウイルス感染症に関する衛生管理マニュアル R5.4.1　文部科学省