

2011 防災教育チャレンジプラン

今年は防災で連携！
京葉工業地帯の地震防災に
学校・地域の連携で立ち向かう
(地域との連携を深める防災教育公開事業)

報 告 書



千葉県立姉崎高等学校



千葉県立姉崎高等学校



教 育 目 標

「夢を語り」「夢を育み」そして「夢を実現」する学校
～チャレンジする心と情熱があれば必ず道はひらく～

- 〈高 い 知 性〉 自発的、積極的な態度で学習に取り組み基礎基本を身に付け、自己指導能力を養う。
- 〈豊 かな 徳 性〉 個性を重んじ、その伸長に努めるとともに、豊かな情操と規範意識や社会貢献意識を身につけ、将来有為な国家社会の形成者となる。
- 〈健 全 な 身 体〉 教育活動全体を通して、心身を錬磨し、将来の社会活動に貢献できるたくましい力を養う。

本年度重点努力目標

自己啓発指導重点校の指定に基づき「生徒一人一人が夢や目標を持ち、学習することの楽しさ、大切さ、素晴らしさを再発見する学校」づくりのために、教職員が一丸となり、地域や家庭から信頼される学校運営に努める。

- 1 学ぶ意欲や喜びを持たせるための徹底した学習指導
- 2 基本的生活習慣の確立を目指した生徒指導の徹底
- 3 インターンシップを含めたキャリア教育の充実

目 次

1	校長挨拶	1
2	平成23年度千葉県立姉崎高等学校「防災関連行事」一覧	2
3	2011年度防災教育チャレンジプラン活動・予算計画書	3～7
4	2011年度防災教育チャレンジプラン認定書	8
5	2011年度防災教育チャレンジプラン活動内容	
	パンフレット原稿	9
	活動概要説明	10
	年間活動記録	11
	アンケート調査	12
	校内夏季避難訓練	13
	第1回防災講演会	14
	非常食作り体験	15
	防災学習会	16
	避難所体験（釜炊き出し体験）	17
	防災通信	18
	市原市総合防災訓練参加	19
	第2回防災講演会	20
	青葉台地区敬老会防災講話	21
	姉高祭防災講習及び防災展示	22
	防災教育公開LHR	23
	青葉台3丁目防災訓練参加	24
	校内冬季避難訓練	25
	第3回防災講演会	26
	防災教育担当者連絡会議	27
	苦労した点・工夫した点	28
	他団体・地域との連携	29
	成果と課題	30
	2011年度防災教育チャレンジプラン活動写真集	31～41
	最終発表資料	42～47
6	地域との連携を深める防災教育公開授業	
	「地域との連携を深める防災教育公開授業」事業計画書	48～51
	「地域との連携を深める防災教育公開授業」事業報告書	52～55
7	千葉県立姉崎高等学校「地震発生時危機管理マニュアル」	56～59
8	全県下公開防災教育LHR	
	防災教育公開LHR題材一覧	60
	防災教育公開LHR指導案例（NO1～NO9）	61～69
	防災教育公開LHR資料	70～79
9	高校生等防災教育基礎講座アンケート	80
10	高校生等防災教育基礎講座アンケート結果	81
11	千葉県立姉崎高等学校防災教育に関わるアンケート	
	防災教育に関わるアンケート集計結果（青葉台住民）	82～84
	防災教育に関わるアンケート集計結果（本校生徒）	85～87
	防災教育に関わるアンケート集計結果（本校職員）	88～90
12	地震その時の行動	91
13	防災対策10ヶ条	92
14	「地域と連携した防災教育」発表資料	93～95
15	包装食袋（ハイゼックス）の使用方法及び各種レシピ	
	包装食袋（ハイゼックス）を使った炊き出し	96～97
	包装食袋（ハイゼックス）の利用レシピ	98～110
16	青葉台2丁目防災訓練要領	111～112
17	青葉台3丁目防災訓練実施計画	113
18	おわりに	114

☆校長挨拶

日ごろから、本校の教育活動にご理解・ご支援いただき誠にありがとうございます。

本校では、今年度、内閣府および千葉県教育委員会から防災教育の指定をいただき、研究を進めてまいりました。

3月の東日本大震災では、多くの方が被災されました。そのような災害時、高校生は、それぞれの地域で共助の大切な担い手となることが期待されています。

この取り組みをとおり、生徒に防災に関する正しい知識を学ばせ「自分の生命や安全は自分で守る」安全指導を徹底し、生徒の危機回避能力や危機予知能力を育成する、自他の生命を尊重する心、地域社会の構成員の一人として何ができるか、共助・公助の心を育成したいと考え活動してまいりました。

活動にあたり、地域の皆さん及び関係機関のご支援・ご指導をいただきましたことに心より御礼申し上げます。また、今後ともご支援・ご指導をお願い申し上げます。

千葉県立姉崎高等学校 校長 岡 本 次 夫

平成23年度千葉県立姉崎高等学校「防災関連行事」一覧

防災教育チャレンジプラン（内閣府）
地域との連携を深める防災教育公開事業（千葉県教育委員会）

	学 校（生徒・教職員）	地 域	その他
4 月	○危機管理対応マニュアル配布 ○避難経路・災害時心得ほか	○自治会・病院・企業へのプラン説明	
5 月	○防災担当者連絡会議 5/12（木）15:30～		
6 月	○アンケート調査		
7 月	○校内夏季避難訓練（AED・応急手当・防災映画） 7/13（水）9:00～ ○防災講演会（講師 千葉科学大） 7/15（金）10:00～ ○非常食作り体験 7/25（水）12:00～		○高校生防災パワーアップ講座
8 月	○防災学習会（出光興産・西部防災センター）8/1（月） ・学校集合 集合 8:30 出発 8:45 ・出光興産 見学 9:00～ ・西部防災センター 到着 13:30 見学 14:00～ 西部防災センター発 16:00 ○避難所体験（竈炊き出し体験）8/4（木）15:00 ○防災担当者連絡会議 8/24（水）10:00～ ○姉高防災通信発行 8/24（水）		○実践的な防災授業推進のための教員対象研修会（教頭） 8/19 13:00～
9 月	○市原市総合防災訓練（本校会場）9/4（日）8:30～ ○防災講演会「高校生等防災教育基礎講座」 9/22（木）14:25～ ○青葉台地区敬老会防災講話 9/25（日）9:00～		○九都県市防災訓練（）
10 月	○帝京大学ちば総合医療センター防災訓練参加 ○防災教育チャレンジプラン中間発表		
11 月	○姉高祭 11/5（土）9:00～ 救急講習会（AED） 防災パネル展示 ○公開LHR 11/14（月）13:25～		○地域・学校防災教育セミナー
12 月	○アンケート調査 ○1000か所ミニ集会 12/3（土）9:00～ ○青葉台3丁目町会防災訓練参加 12/4（日）10:00～ ○校内冬季避難訓練（消火訓練・避難袋体験・起震車体験） ・防災講演会（出光興産）12/19（月）9:00～ ○姉高防災通信発行 12/20（火） ○防災担当者連絡会議 12/20（火）15:00～		
1 月			
2 月	○防災教育チャレンジプラン最終報告会		
3 月			

2011 年度 防災教育チャレンジプラン

活動・予算計画書 (応募企画書)

防災教育チャレンジプラン実行委員会事務局 御中

記入日: 2011 年 5 月 26 日

下記のとおり、応募します。

(全6ページ厳守)

プラン名	今年は防災で連携！京葉工業地帯の地震災害に学校・地域の連携で立ち向かう						
	※採択された場合、上記「プラン名」を1年間使用しますので、ご注意ください。						
応募金額	1	3	万円	※1万円未満を切り捨てた金額を御記入ください。 ※上限30万円です。(査定により減額される可能性があります)			
応募部門	(一)	A. 保育園・幼稚園の部	(一)	B. 小学校低学年の部			
	(一)	C. 小学校高学年の部	(一)	D. 中学校の部			
	(○)	E. 高等学校の部	(一)	F. 大学・一般の部			
	※該当する部門に○印を付与してください。(複数選択可)						
応募団体名	千葉県立姉崎高等学校						
住所	〒299-0111		TEL	0436-62-0601			
	千葉県市原市姉崎2632		FAX	0436-61-7679			
			E-mail(*)	anesaki-h@chiba-c.ed.jp			
団体代表者名	役職	校長	フリガナ	オカモト ツギオ			
			氏名	岡本 次夫			
団体担当者名	役職	第一担当 教頭 (第二担当 教諭)	フリガナ	イナバ ヒデフミ (カワカミ サトル)			
			氏名	稲葉 秀文 (川上 悟)			
連絡先 ※1			連絡先 ※2				
メール受取者名(1)	稲葉 秀文		TEL	(一)	自宅	(○)	勤務先等
E-mail(1)	h.inb4@chiba-c.ed.jp			0436-62-0601			
メール受取者名(2)	川上 悟		携帯	(○)	個人	(一)	社用等
E-mail(2)	taisyoo2002@yahoo.co.jp			090-2328-3166			
※1 事務局からの御案内は、原則メールで配信いたします。電子メールの迷惑メール対策等でメール着信に御不安があり、上記 E-mail(*)を含め複数アドレスにメール配信希望の団体は、こちらに御記入ください。			※2 応募に関するお問合せをさせていただく場合があります。昼間、連絡のつく方の連絡先を御記入ください。また、団体・勤務先・自宅の別が分かるよう御記入ください。				

◆個人情報の取扱いについて◆

ご応募の際にご提供いただいた個人情報は、選考及び結果通知等に利用致します。
 詳細につきましては、ホームページ上のプライバシーポリシーをご覧ください。
 ご応募されたことをもって、本事務局のプライバシーポリシーに同意されたものとみなします。

1-1. プランの概要 <活動計画>

①プラン対象者	例) 実施者: 高校生、交流相手等: ◆◆◆市内の小学生ほか一般住民 本校生徒、教職員、保護者、近隣小中学校(3校)教職員、児童生徒、保護者、青葉台団地住民及び一般住民
②主な活動期間・回数	例) 2010年4月～12月の間、3回程度(内訳: 講演会1回、イベント2回) 2011年3月から12月までの間、平素の教育活動の中でイベント3回、講演会2回(内1回はイベント内事業)、演習、実地調査、体験活動、意見交換等を行う。
③目的及び期待される成果等	※今回のプランで実現する具体的成果イメージと今後の展開目標などをお書きください。
1 目的	本校は、昭和53年に開校した高等学校で、西側へ約3km先には京葉工業地帯があり大手企業の工場が連ち並ぶという場所に立地している。また、隣接地域には昭和47年に造成された青葉台団地があり当団地には造成当時には京葉工業地帯の企業社員が多く居住し、現在でも居住世帯数約3500世帯、約11,000人が居住していて、その約50%が京葉工業地帯の企業社員である。 この様な立地条件から、本校が大規模災害発生時、地域住民等の避難場所となった場合に備え、本事業をとおして、学校、地域住民及び地元企業が情報の共有化を図ると共に、重化学工業の企業が多い工業地帯にある地域であることを踏まえた合同防災訓練、研修会等を行うことにより、学校と地域の間に強いネットワークの構築を目指す。
2 期待される成果等	(1) 高校生は、共助の大切な担い手であることから、生徒にはこのことを強く意識させ、災害発生時の行動に必要な知識や技能を習得させる。 このことにより、防災に関する正しい知識や高い意識を習得し、災害発生時に自助・共助を意識して行動し、姉崎地区あるいは、それぞれの居住地区で共助の担い手として活躍することが期待できる。 (2) 災害発生時に、防災の視点で見た学校周辺地域(市原市姉崎地区)の地質学的要因、地理的要因、人的要因、環境的要因などの情報を学校と地域住民が共有することで素早い避難や救助・安全対応が可能になり災害被害を最小限に食い止めることが期待できる。 (3) 大地震や台風などの自然災害は、人間の方で食い止めることはできないが、災害による被害は、我々の意識により減らすことが可能である。災害発生時に自己の安全を確保し、高校生として周囲のためになにができるかを考えることで、ボランティア活動への理解と社会の一員としての意識を育てることができる。 (4) 千葉科学大学が有する危機管理についての専門的な知見を、防災教育、防災体制の整備をとおして実践することが出来る。 (5) 千葉県総合教育センターとの連携により、県内高等学校に本プランの成果及び活用についての周知ができる。
④特徴	※これまでの取り組みと異なる「新たなチャレンジ」は何かを、具体的にお書きください。
1	学校近隣の青葉台団地が造成されて約40年が経過し、地域の中で高齢者の割合が年々増加している。このような地域に防災に関しての情報発信をして、地域から信頼される高等学校として地域をリードする取り組みを行うこと。
2	災害発生時に学校が避難所になった場合を想定し、合同防災訓練、施設管理、運営、その他における問題点の明確化や解決方法の検討を、地域住民との対話を通して、本格的に始めること。
3	本校に既設としてあるボランティア委員会を活用し、災害発生時に生徒自身が共助の担い手となれるような意識付けを行う。また、非常食作りや担架搬送・応急手当を学び、地域の方と共に千葉県西部防災センターでの研修を行うこと。
4	青葉台団地にある地域住民の生涯学習の場でもある青葉大学、敬老会と連携して、市原市の防災計画についての学習を行うこと。
5	地域の小中学校との連携を図り防災に関係する情報交換や防災模擬体験等を行う。
6	防災公開LHRや文化祭等において防災啓発を行う。
7	本プランを担当職員が千葉県総合教育センター及び千葉科学大学において防災教育について長期研修を行う予定である。大学や研修機関での防災についての専門的な知見と、学校と地域との連携との違いを把握し、その間のギャップをいかに少なくできるかを検証する場とできる。
8	本地域は重化学工業を中心とする京葉工業地帯の近くに立地していることから、地震発生時の化学工場の崩壊や事故の発生を想定した防災教育を、地域とともに行う。
9	本校は、かつて地域住民の評判がとても悪く、地域住民とのコミュニケーション、連携が上手くいかなかった。最近では、学校と地域の間で双方向の情報交換ができる状況になりつつある。本プランを活用し、防災についての双方向の情報交換及び地域社会の核としての本校について検証する。

▼「⑤プランの内容」及び「⑥期待するサポート内容」の2項目を、1ページ以内でお書きください。▼

⑤プランの内容 ※主な実施項目とその取り組み内容についてお書きください。

- 1 運営組織の立ち上げ(3月)
県立姉崎高等学校、本校職員、青葉台町会協議会、青葉大学、青葉台小学校、姉崎中学校、姉崎東中学校、千葉科学大学、青葉台陸会、千葉県総合教育センター、出光興産株式会社、帝京大学ちば総合医療センター、姉崎消防署、千葉県西部防災センター、市原市役所防災課、日本赤十字千葉県支部、千葉県教育委員会
- 2 調査(3月～11月)
地域住民や小中学生に対し、防災意識等についての調査を行い、学校と地域が連携して取り組む防災の今後について検討する資料とする。
- 3 合同避難訓練と地域防災についての講演(7月)
姉崎消防署等の協力により、地域住民参加型の避難訓練や大地震発生時の事例を交えた講演会を実施する。
- 4 本校職員、生徒、保護者、地域住民等による地域防災研修として、東京電力火力発電所や出光興産などバスにて企業視察研修を行う。(8月)
- 5 防災体験学習会(8月)
生徒と共に地域住民や保護者も参加し、非常食作り体験や防災クッキング学習を行い、大災害発生時に共助の担い手となる生徒や地域住民に必要な知識や技能を習得させる。
- 6 生徒、地域住民、保護者、行政関係者、企業関係者等の参加により、本地域で予測される災害についての講義、食の確保に関する体験、DIGやクロスロードをととしての意見交換等を行い、立場の違いによる災害発生時における考え方や取組の違いを把握した上で、災害発生時に必要な知識や技能の習得、役割の把握、互いの理解の深化を図る。(8月)
- 7 帝京大学ちば総合医療センターとの合同防災訓練の実施及び市原市総合防災訓練への参加(9月・10月)
- 8 文化祭を活用した防災計画(11月)
起震車体験やボランティア委員会が中心となり文化祭で防災関連ブースを設置し、防災関連写真やパネル展示、防災グッズ紹介、防災映画の上映、AEDや心肺蘇生実習を行う。
- 9 1000か所ミニ集会・地域の敬老会・青葉大学を活用した防災啓発(9月・12月)
本校の防災への取り組みの紹介や本校生徒・職員による防災講演の実施。
- 10 教育活動の公開・意見交換会(期日未定)
防災をテーマとしたLHRを、地域住民、保護者、他校教員、有識者等に公開し、高校生に対する防災教育について異なる立場の方々と交えて意見を聞き今後の防災教育を考える。
- 11 青葉台小学校、姉崎中学校、姉崎東中学校と協力しての防災啓発(通年)
各学校における防災教育に関する情報交換や防災模擬体験を通じ連携を図る。
また、本校生徒が講師となり、小学生、中学生に対して防災授業を行う。
- 12 ボランティア委員会を中心に、各種委員会、部活動各部の連携による共助意識の向上を図る(通年)
- 13 本校における防災教育の更なる推進(通年)
- 14 チャレンジプラン成果報告書の作成(2月)

⑥期待するサポート内容		※下記、複数選択可	
(○)	活動全般に対するアドバイス	(○)	サポーター・協力者等の紹介
(○)	資料・教材等の情報提供、紹介	(○)	勉強会・シンポジウム等での講演、指導
(ー)	フィールドワーク等における現地案内、活動指導	(ー)	チャレンジプラン以外の取組紹介

※上記選択肢の補足説明として、「期待するサポート内容」を具体的にお書きください。

1-2. プランの概要 <予算計画>

【収入の部】 活動全体の予算について、次の項目に従って、御記入ください。補助金および寄付金については、助成元・寄付元を明記してください。

【支出の部】 防災教育チャレンジプラン活動支援金から支出する金額と費目が判るように御記入ください。費目ごとの経費計上については、次頁を参照してください。

【収入の部】			※単位:万円、小数第2位切り上げ、小数第1位止め	
項 目	金 額		備 考	
自 己 資 金	10	万円	※当該団体負担金含む	
補 助 金	0	万円	→助成団体名	
寄 付 金	0	万円	→寄付団体名	
そ の 他	0	万円	※広告収入など活動から生ずる全ての収入を計上(現在の見込額)	
防災教育チャレンジプラン活動支援金	1313	万円	※上限 30 万円です。(1 ページ目の記載額と同額のこと)	
<合計>	2323	万円		

【支出の部】			※単位:万円、小数第2位切り上げ、小数第1位止め		
項 目	金 額		防災教育チャレンジプラン活動支援金から支出予定額		内 容 (単価・数量などを含む)
謝 金	3.0	万円	0	万円	講師謝金・交通費含む
交通・宿泊費	7.6	万円	6.6	万円	講師交通費、生徒移動費、企業視察・千葉県西部防災センター視察研修用大型バス借り上げ
会 場 費	0	万円	0	万円	
会 議 費	0.5	万円	0.5	万円	100円×50本(会議時飲料)
通信運搬費	0	万円	0	万円	
印刷製本費	3.7	万円	3.7	万円	370円×100冊(報告書)
資料・材料費	1.4	万円	1.4	万円	14,000円(米・ハイゼックス・その他非常食材料)
消耗品費	6.5	万円	0.5	万円	60,000円(ヘルメット、防災グッズ他) 5,000円(DVDテープ、USBメモリ他)
役 務 費	0	万円	0	万円	
保 険 料	0.3	万円	0.3	万円	イベント参加者への保険
そ の 他		万円	0	万円	
<合計>	23	万円	13	万円	

※収入と支出の<合計>欄に、同額が記載されているかを確認してください。

※本書類を基に審査を行います。実行委員会の決定により応募額(希望額)が減額される可能性があります。

※採択後、本企画(計画)を変更する場合は、事前に事務局へ相談する必要があります。

本計画書(応募企画書)・初版から修正を行う場合は、変更部分が判るように、MS-Word 文書ファイル機能の「ツール」⇒「変更履歴の記録」をクリックして、修正履歴を表示した状態で、事務局に提出してください。

2. 現在までの防災教育に関する取組内容

<内容を簡潔に整理して御記入ください>

①-1 内容 ※下記項目より選択してください。実績が無い場合は、「取り組み無し」を選択してください。

(一)	取り組み無し				
《遊び・楽しみながらの防災》 ※下記、複数選択可					
(一)	防災かるた	(一)	防災クッキング	(一)	防災ゲーム
(一)	音楽(唄)	(一)	紙芝居	(一)	劇・寸劇
《災害を想定した訓練》					
(○)	避難訓練・防災訓練	(一)	応急担架・応急手当	(○)	消火訓練
(一)	避難所体験	(一)	非常食づくり・体験	(一)	児童引渡し訓練
《災害に強い地域を作る》					
(一)	防災マップ作成	(一)	図上演習(DIG)	(一)	義援金集め
《災害を疑似体験する》					
(一)	起震車	(一)	各種実験	(一)	フィールドワーク
《防災に役立つ資料づくり》					
(一)	標識づくり	(一)	ハンドブック作成	(一)	災害等記録集づくり
《防災に関する知識を深める》					
(○)	防災教育講話	(一)	分科会・ワークショップ	(一)	教員向け研修
(一)	ビデオ等視聴	(一)	被災者体験談聴講	(一)	意識調査

※上記選択肢に当てはまらない場合は、下記に具体的にお書きください。

青葉大学(青葉台さわやかネットワーク内にあり、市原市市民憲章の「心豊かにくらす町づくり」を目指す親睦雑学大学のことです)での防災に関する講演を実施

①-2 上記の連携先 ※具体的な連携先名についてお答えください。また、その団体の区分を選択してください。

連携先名	姉崎消防署、青葉台団地自治会、学校周辺住民との連携をとりながら地域の防災教育活動に関わっています。				
(一)	学校・教育関係	(一)	同窓会組織	(一)	保護者・PTAの組織
(○)	地域組織	(○)	国・地方公共団体等	(一)	企業・産業関連の組合等
(一)	ボランティア団体・NPO法人・NGO等	(一)	職業、職能団体	(一)	学術組織、学会等

※上記選択肢に当てはまらない場合は、下記に具体的にお書きください。
特にありません。

②成果 ※箇条書きで簡潔にお書きください。

1 地域住民に対し、本校における防災の取り組み、地域連携の重要性を知らせることができた。また、地域住民に、防災に関して本校が情報発信することができる学校であることを知らせることができた。

2 消防署員の指導による緊迫した避難訓練ができた。

3 生徒が自他の命の大切さを考える良い機会となった。

③今後の課題 ※箇条書きで簡潔にお書きください。

1 大規模災害が発生したときに、学校と地域が連携し何ができるかを検討し、学校・地域の実情に適した防災教育を実施し、災害発生時に迅速で的確な対応ができるようにすること。

2 高校生自ら、自己の安全を確保し地域における共助の担い手として、災害発生時に的確に行動できるようにすること。

3. 応募動機

<内容を簡潔に整理して御記入ください>

①チャレンジプラン応募に至った経緯 ※下記、複数選択可

(○)	募集リーフレットを見た	→どこで:	千葉県教育委員会を経由して、学校に送付されたものを見た。		
(○)	知人の紹介	→具体的に:	今年度実施団体の千葉西高等学校教頭に応募を強く勧められた。		
(○)	ホームページを見た	(一)	メールマガジンを見た	(一)	その他

※上記選択肢以外に、「応募の一番のきっかけとなった活動背景等」を具体的にお書きください。

認定証

certificate of accreditation

千葉県立姉崎高等学校 殿

(実践団体番号⑨)

貴団体は「2011 年度防災教育チャレンジプラン」の実践団体であることをここに
証します

2011 年4月1日



防災教育チャレンジプラン実行委員会

委員長 林 春男



2011年度防災教育チャレンジプラン

⑨ 千葉県立姉崎高等学校

プラン名

今年は防災で連携！京葉工業地帯の地震防災に学校・地域の連携で立ち向かう

プランの対象

本校生徒・職員・保護者・地域住民・企業・大学・市原市

所在地

都道府県：千葉県
市町村：市原市姉崎

—プランの目的・ここがポイント！

「地域連携」をキーワードにして、「地域との連携を深める防災教育」のあり方を考える。

- 1 学校の危機管理、企業の危機管理、病院の危機管理、地域の危機管理の連携と合同防災訓練等により、地域で共有できる新しい危機管理意識の構築を目指す。
- 2 防災教育を通して自助・共助・公助において学校と地域が連携した防災体制の整備を目指す。

—プランの概要

- 1 地域と連携し大規模災害に立ち向かうための知識や能力を体験学習を通して学ぶ。
- 2 大規模災害発生時に高校生は、共助の担い手として、必要な知識や能力を習得させる。
- 3 地域のネットワークの構築・強化を図り防災意識の啓発・研究・広報活動を推進する。

—期待される効果・ここがおすすめ！

- 1 高校生は、共助の担い手として災害発生時の行動に必要な知識や技能の習得ができる。
- 2 災害発生要因を地域住民と共有することで、素早い非難や救助・安全対応が可能になる。
- 3 災害被害時に高校生として地域のために何ができるかを考えさせ防災意識を高める。
- 4 千葉県総合教育センターとの連携により本プランの成果及び活用についての周知ができる。

—成果として得たこと

- 1 防災教育を学ぶことによって、学校だけではなく地域を巻き込んで学習する機会ができ、自助・共助の意識を持つことが出来た。
- 2 災害のイメージを意識し、高校生が主体的に関わるボランティア意識を持つことが出来た。
- 3 地震に関する基本的な知識や防災対策等の基礎的技術の取得が出来た。

—全体の反省・感想・課題

- 1 この1年限りの計画ではなく、継続的な防災教育計画を立てる必要がある
- 2 今年学習した防災に関する技術や知識を継承して広める機会を作ることが大切である。
- 3 防災だけではなく、今以上に地域と連携した学校づくりを進める必要がある。

—今後の継続予定

- 1 来年度から備蓄食糧を全校生徒・職員分を用意する。
- 2 今年度の成果を3月に全校生徒に防災委員の生徒が発表する
- 3 家庭科の授業に非常食作り実習を取り入れる。
- 4 校内防災訓練に今年度行った多様な訓練を取り入れる。
- 5 これまで行われてきた地域との連携を更に深める。





記入日 2012年1月13日

1. 概要

実践団体名	千葉県立姉崎高等学校		
連絡先	0436(62)0601		
プランタイトル	～今年は防災で連携！京葉工業地帯の地震防災に学校地域の連携で立ち向かう～		
プランの対象者※1	5・8・9・10・11・17	対象とする災害種別※2	1

※1 別紙「記入上の留意点」の1. 項目から選択し、記入してください。(複数選択可)

※2 別紙「記入上の留意点」の2. 項目から1つ選択し、記入してください。

【プランの目的・ここがポイント！】

「地域との連携を深める防災教育」において新しい危機意識の向上を目指す

- 1 学校の危機管理、企業の危機管理、地域の危機管理、病院の危機管理を共有し新しい危機管理の構築を目指す。
- 2 自助・共助・公助において地域と連携した防災体制の整備を目指す。

【プランの概要】

- 1 地域と連携し大規模災害に立ち向かうための知識や能力を体験学習を通して学ぶ。
- 2 大規模災害発生時に高校生は、共助の担い手として何ができるか考え、必要な知識や技能を習得させる。
- 3 地域のネットワークの構築・強化を図り防災意識の啓発・研究・広報活動を推進する。

【期待される効果・ここがおすすめ！】

- 1 高校生は、共助の担い手として災害発生時の行動に必要な知識や技能の習得ができる。
- 2 災害発生要因を地域住民と共有することで、素早い非難や救助・安全対応が可能になり災害被害を最小限に食い止めることが期待できる。
- 3 自然災害は人間の力で食い止めることはできないが、災害被害は我々の意識により減らすことが可能である。高校生として地域のために何ができるかを考えさせ社会の一員としての意識を育てることができる。
- 4 千葉県総合教育センターとの連携により県内高等学校等に本プランの成果及び活用についての周知ができる。



2. プランの年間活動記録 (2011 年)

	プランの 立案と調整	準備活動	実践活動
4 月	第 1 回校内防災担 当者会議	・自治会・企業・病院 等へのプラン説明 ・防災委員選出検討	・危機管理対応マニュアル配布 ・避難経路・災害時心得等配布 ・防災担当者連絡会議文書発送
5 月	第 1 回防災担当者 連絡会議	・アンケート調査の内 容検討	・市役所・消防署・企業・地元自治 会への協力依頼文書発送
6 月		・地元自治会との連絡 調整	・アンケート調査実施及び集計
7 月	第 2 回校内防災担 当者会議	・市役所・消防署・企 業・地元自治会への 連絡調整	・校内夏季避難訓練実施 ・防災講演会実施 ・非常食作り体験実施
8 月	第 2 回防災担当者 連絡会議	・市役所・消防署・企 業・地元自治会への 連絡調整	・防災学習会実施 ・避難所体験実施 ・第 1 号姉高防災通信発行
9 月	第 3 回校内防災担 当者会議		・市原市総合防災訓練参加 ・防災講演会実施 ・青葉台地区敬老会防災講話実施
10 月		・全県下公開防災 L H R 準備・検討	・帝京大学ちば総合医療センター防 災訓練中止
11 月	第 4 回校内防災担 当者会議	・市役所・消防署・企 業・地元自治会への 連絡調整	・姉高祭防災パネル展示・AED 講 習・防災 DVD 上映 ・全県下公開防災 L H R 実施
12 月	第 3 回防災担当者 連絡会議		・1000カ所ミニ集会参加 ・青葉台 3 丁目防災訓練参加 ・校内冬季避難訓練実施 ・防災講演会実施 ・第 2 号姉高防災通信発行
1 月	第 5 回校内防災担 当者会議	・最終報告会準備・検 討	
2 月			・最終報告会参加

3. 実践したプランの内容と成果

【実践プログラム番号： 1 】※3

タイトル	アンケート調査
実施月日（曜日）	平成22年6月
実施場所	青葉台団地（1丁目～9丁目住民 無作為選出 回答者346名）
担当者または講師	担当者・講師等の区分： 氏 名：稲葉秀文 所属・役職等：本校教頭
所要時間または「コマ数×単位時間」	
プログラムのカテゴリ、形式※4	1 2
活動目的※5	2・3・6・8
達成目標	防災関連行事の方向性を検討し、防災意識を高め災害に強い地域作りを考える
実践方法・進め方（箇条書きまたはフロー）	1 東日本大震災を題材にアンケート項目の検討 2 各自治会長に配布・回収を依頼する。 3 生徒により集計を行う。 4 各自治会長等に調査結果の郵送をする。 5 校内防災担当者会議で調査結果の分析を行う。
準備、使用したもの・人材・道具、材料等	・ 青葉台団地1丁目～9丁目自治会長 9名 ・ アンケート用紙
参加人数	
経費の総額・内訳概要	0円
成果と課題	【成果】・防災教育を通して地域との連携を深め、防災意識の向上につながった。 ・ 地域の高齢化の実態が見えてきた 【課題】・日々の生活の中で防災意識を継続的に高めるため常に情報提供が必要である。
成果物	なし

※3 本報告書に掲載するプログラム数に制限はありません。また、1つのプログラムの記載ページ数、各項目の字数等の制限はありません。ただし、枠線の中に記載し、改ページ等は適宜挿入してください。

※4 別紙「記入上の留意点」の3. 項目から選択し、記入してください。（複数選択可）

※5 別紙「記入上の留意点」の4. 項目から1つ選択し、記入してください。

【実践プログラム番号： 2】※3

タイトル	校内夏季避難訓練
実施月日（曜日）	平成23年7月13日（水）
実施場所	本校グラウンド・体育館・教室
担当者または講師	担当者・講師等の区分： 氏 名：相澤敬吾・姉崎消防署署員 所属・役職等：本校教諭（環境整備部長）・姉崎消防署
所要時間または「コマ数×単位時間」	3時間
プログラムの カテゴリ、形式※4	16・2・13
活動目的※5	4・6・7・8
達成目標	1 災害時に命を守り的確に対応できる能力を養う。 2 防災に関する知識や技術を身につける。
実践方法・進め方 （箇条書き またはフロー）	1 避難訓練の目的・内容の伝達 2 大地震を想定した避難訓練 3 訓練の講評 4 その他の訓練 1・3年防災映画・災害時地図上帰宅経路確認 2年AEDを使用した心肺蘇生実習
準備、使用したもの ・人材 ・道具、材料等	・ ハンドマイク ・ 防災DVD ・ 学校から30キロ圏内地図 ・ AED・レサシオン
参加人数	500名
経費の総額・内訳概要	0円
成果と課題	【成果】避難訓練のみでなく、防災映画・災害時地図上帰宅経路確認・AEDを使用した心肺蘇生実習ができたことは新鮮な訓練となった。 保護者の参加もあり充実した訓練になった。 【課題】避難、点呼確認間の時間を早める。
成果物	なし

【実践プログラム番号： 3 】※3

タイトル	第1回防災講演会
実施月日（曜日）	平成23年7月15日（金）
実施場所	本校体育館
担当者または講師	担当者・講師等の区分： 氏 名：藤本一雄 所属・役職等：千葉科学大学 准教授
所要時間または 「コマ数×単位時間」	1時間30分
プログラムの カテゴリ、形式※4	3
活動目的※5	6・8・9
達成目標	大規模災害をイメージし高校生として何が出来るかを考え、地域における自助・共助について考える機会とする。
実践方法・進め方 （箇条書き またはフロー）	「千葉県の地震・津波災害と高校生にできること」をテーマに講演
準備、使用したもの ・人材 ・道具、材料等	パソコン・プロジェクター・スクリーン
参加人数	530名
経費の総額・内訳概要	0円
成果と課題	【成果】千葉県の地震・津波災害について理解を深め、「高校生に出来ること」というテーマでは、減災への意識を高めることが出来た。 地域住民の方も24名参加し地域との連携を深めることが出来た。 【課題】高校生と地域連携のあり方について地元自治会等を活用して検討していくことが必要である。
成果物	なし



【実践プログラム番号： 4 】※3

タイトル	非常食作り体験
実施月日（曜日）	平成23年7月25日（月）
実施場所	本校グラウンド
担当者または講師	担当者・講師等の区分： 氏 名：相澤敬吾 所属・役職等：本校教諭（環境整備部長）
所要時間または 「コマ数×単位時間」	3時間
プログラムの カテゴリ、形式※4	13
活動目的※5	4・6・7・8・9
達成目標	大規模災害発生時に自助・共助のための知識や技能を身につける。
実践方法・進め方 （箇条書き またはフロー）	1 ライフライン途絶時の非常食作りについて目的・内容の説明 2 ハイゼックス袋の使用説明 3 U字溝と一斗缶を使い非常食作り実習 4 試食 5 反省会・まとめ
準備、使用したもの ・人材 ・道具、材料等	U字溝・一斗缶・グレーチング・薪・ハイゼックス袋・無洗米・醤油・そばつゆ・釜飯の素・梅干し・お茶漬けの素・紙コップ・軍手・輪ゴム・ラップ
参加人数	45名
経費の総額・内訳概要	約18,000円
成果と課題	【成果】ハイゼックス袋を使った非常食を作り、試食でき、失敗もなくよい体験ができた。 【課題】非常食作り材料の備蓄方法が課題である。
成果物	なし

【実践プログラム番号： 5 】※3

タイトル	防災学習会
実施月日（曜日）	平成23年8月1日（月）
実施場所	出光興産千葉製油所・千葉県西部防災センター
担当者または講師	担当者・講師等の区分： 氏 名：出光興産 喜多村 常功・西部防災センター職員 所属・役職等：出光興産総務課職員・西部防災センター職員
所要時間または 「コマ数×単位時間」	1日
プログラムの カテゴリ、形式※4	2・9・13
活動目的※5	5・6・7・8・9・10（大企業の持つ危機管理体制）
達成目標	大企業の持つ危機管理体制について現地で説明を受け、見聞を深め、 更には、西部防災センターで大規模災害を想定した疑似体験学習を行う。
実践方法・進め方 《箇条書き またはフロー）	1 学校集合 2 大型バスに乗り、午前は出光興産、午後は千葉県西部防災センターで防災学習及び体験学習を実施 3 帰校
準備、使用したもの ・人材 ・道具、材料等	大型バス1台
参加人数	34名
経費の総額・内訳概要	約65,000円
成果と課題	【成果】 普段は、入ることの出来ない巨大製油所を目の前にして大規模災害時の恐怖を実感できた。 様々な疑似体験学習を行うことで行動の難しさや、新たに出来ることの発見が出来た。 地域住民や保護者の参加で地域との連携が更にはかれた。 【課題】 今回の東日本大震災のような想定外予測も必要である。
成果物	なし

【実践プログラム番号： 6 】※3

タイトル	避難所体験（釜炊き出し体験）
実施月日（曜日）	平成23年8月4日（木）
実施場所	本校グラウンド
担当者または講師	担当者・講師等の区分： 氏 名：相澤敬吾・川上 悟 所属・役職等：本校教諭
所要時間または 「コマ数×単位時間」	3時間
プログラムの カテゴリ、形式※4	1 3
活動目的※5	3・4・6・7・8・9
達成目標	避難所になった場合を想定し、釜炊き出し体験や避難所で高校生として何が出来るか考え学習する。
実践方法・進め方 （箇条書き またはフロー）	1 ライフライン途絶時の釜炊き出しや避難所での共助について目的・内容の説明 2 釜炊き出し体験 3 ご飯が炊きあがる間、避難所での共助について学習 4 炊き出しご飯の試食 5 反省会・まとめ
準備、使用したもの ・人材 ・道具、材料等	U字溝・一斗缶・グレーチング・薪・釜・無洗米・釜飯の素・水・ラップ・パソコン・プロジェクター・スクリーン・バケツ・筆記用具・段ボール・毛布・非常持ち出し袋（中身入り）
参加人数	40名
経費の総額・内訳概要	0円（実践プログラム番号：4 に含む）
成果と課題	【成果】実際に火をもてご飯を炊くことは初めての人が多く、火加減や水加減の調節が難しかったが、良い体験となった。 避難所体験では、高校生として何が出来るか考え学習し、板の間での寝心地体験やバケツでトイレに水を流す体験などができて大変勉強になった。 【課題】食材の備蓄方法が課題である。
成果物	なし



【実践プログラム番号： 7 】※3

タイトル	防災通信発行
実施月日（曜日）	平成23年8月24日・12月20日（年2回発行）
実施場所	
担当者または講師	担当者・講師等の区分： 氏 名：早川由香利（生徒） 所属・役職等：本校教諭
所要時間または 「コマ数×単位時間」	
プログラムの カテゴリ、形式※4	17
活動目的※5	6・8
達成目標	本校の実施している防災教育チャレンジプラン「今年は防災で連携！京葉工業地帯の地震防災に学校・地域の連携で立ち向かう」の成果の確認及び広報、防災に関する情報提供を行い防災に関する意識や知識を高める。
実践方法・進め方 （箇条書き またはフロー）	1 防災通信を作成 2 生徒・職員・地元自治会・PTAに配布
準備、使用したもの ・人材 ・道具、材料等	カメラ
参加人数	
経費の総額・内訳概要	
成果と課題	【成果】防災通信を作成、回覧することで、防災についての情報を発信することが出来ると共に、防災意識が更に高まり、本校の防災活動が地域に広まり、開かれた学校づくりの一助となった。 【課題】毎年発行していくことが課題となる。
成果物	防災通信



【実践プログラム番号： 8 】※3

タイトル	市原市総合防災訓練参加
実施月日（曜日）	平成23年9月4日（日）
実施場所	本校グラウンド
担当者または講師	担当者・講師等の区分： 氏 名：大鐘 豊 所属・役職等：市原市役所姉崎支所長
所要時間または「コマ数×単位時間」	4時間
プログラムの カテゴリ、形式※4	2・13・16
活動目的※5	4・6・7・8・9
達成目標	地域に学校を開放し防災訓練を行うことで、地域との連携をはかり防災に関する知識や技能を高め、高校生として自助・共助の役割を考える。
実践方法・進め方 （箇条書き またはフロー）	1 本校グラウンドに集合 2 非常食作りの指導・補助 3 地域住民の避難誘導補助 4 心肺蘇生法・消火訓練等の体験学習 5 講評
準備、使用したもの ・人材 ・道具、材料等	U字溝・一斗缶・グレーチング・薪・ハイゼックス袋・無洗米・醤油・そばつゆ・釜飯の素・梅干し・お茶漬けの素・紙コップ・軍手・輪ゴム・ラップ（その他は、市原市防災課、姉崎消防署が準備する）
参加人数	生徒・職員 約40名 地域住民・市原市役所職員・姉崎消防署職員 約940名
経費の総額・内訳概要	0円（実践プログラム番号：4 に含む）
成果と課題	【成果】実践プログラム番号：4 で実施した非常食作りの成果を生かし地域住民に非常食作りの指導・補助をすることが出来た。 本校生徒が地域住民を本校まで避難誘導することが出来た。 楽しみながら防災体験をすることで、防災意識が高まった。 【課題】避難場所や気象条件などの環境の変化に対する健康管理が心配である。
成果物	なし

【実践プログラム番号： 9 】※3

タイトル	第2回防災講演会
実施月日（曜日）	平成23年9月22日（木）
実施場所	本校体育館
担当者または講師	担当者・講師等の区分： 氏 名：福田 伸章 所属・役職等：東京災害ボランティアネットワーク事務局次長
所要時間または 「コマ数×単位時間」	1時間30分
プログラムの カテゴリ、形式※4	3
活動目的※5	6・8・9
達成目標	高校生は、大規模災害発生時に自助・共助の担い手として何ができるか考える。
実践方法・進め方 （箇条書き またはフロー）	「高校生は、大規模災害発生時に自助・共助の担い手として何ができるか」をテーマに講演
準備、使用したもの ・人材 ・道具、材料等	パソコン・プロジェクター・スクリーン
参加人数	500名
経費の総額・内訳概要	0円
成果と課題	【成果】阪神淡路大震災をはじめ、多くの災害現場を体験している講師の体験に基づき、映像を交えた講話には説得力があった。日ごろの準備や訓練の大切さや防災意識を高める一助となった。 【課題】大規模災害に備えて、生徒一人ひとりが自分にあった備えや心構えを考えることが必要である。
成果物	なし



【実践プログラム番号： 10 】※3

タイトル	青葉台地区敬老会防災講話
実施月日（曜日）	平成23年9月25日（日）
実施場所	青葉台小学校体育館
担当者または講師	担当者・講師等の区分： 氏 名：川上 悟 所属・役職等：本校教諭
所要時間または 「コマ数×単位時間」	1時間
プログラムの カテゴリ、形式※4	3
活動目的※5	3・6・8・9
達成目標	高齢化が進む青葉台地区の住民に対し地震防災についての知識を深め地域連携を図る。
実践方法・進め方 （箇条書き またはフロー）	「地域と連携した防災教育」をテーマにした講演
準備、使用したもの ・人材 ・道具、材料等	パソコン・プロジェクター・スクリーン
参加人数	500名
経費の総額・内訳概要	0円
成果と課題	【成果】高齢者に対し防災に関する知識や意識を深めることができ 更には地域に密着した人間関係作りができた。 【課題】一人暮らしの高齢者も多く高齢者への情報提供の方法が課題である。
成果物	なし

【実践プログラム番号： 11 】※3

イトル	姉高祭における防災講習及び防災展示
実施月日（曜日）	平成23年11月5日（土）
実施場所	本校教室
担当者または講師	担当者・講師等の区分： 氏 名：鶴岡富士夫 所属・役職等：本校教諭
所要時間または 「コマ数×単位時間」	1日
プログラムの カテゴリ、形式※4	1・13・17（防災展示・防災DVD上映）
活動目的※5	6・7・8・9
達成目標	広く防災について周知すると同時に、体験を通して防災の知識や技術を身につける。
実践方法・進め方 （箇条書き またはフロー）	1 AEDを使用した心肺蘇生法講習 2 東日本大震災写真展示・非常持ち出し袋展示・防災DVD上映 3 非常食配布（アルファ米 300食）
準備、使用したもの ・人材 ・道具、材料等	・ パソコン・プロジェクター・スクリーン・防災DVD ・ 東日本大震災写真パネル（100枚）・非常持ち出し袋 非常食（アルファ米 300食） ・ レサシオン・AED
参加人数	AED使用心肺蘇生法講習 20名・そのほか入場者 約100名
経費の総額・内訳概要	4,000円（写真台紙）
成果と課題	【成果】保護者がAEDを使用した心肺蘇生法講習に参加してくれたことが大変良かった。震災による被害や津波情報などたくさんの人に伝えることができた。 【課題】AEDを使用した心肺蘇生法講習の時間が1時間しか予定できなかったため参加者が限定されてしまった。
成果物	なし

【実践プログラム番号： 12 】※3

タイトル	防災教育公開LHR
実施月日（曜日）	へ政23年11月14日（月）
実施場所	本校教室
担当者または講師	担当者・講師等の区分： 氏 名：各クラス担任 所属・役職等：本校教諭
所要時間または「コマ数×単位時間」	50分
プログラムのカテゴリ、形式※4	6
活動目的※5	1・6・8・9
達成目標	防災に関する意識を高め、高校生として災害発生時に自助・共助を意識して行動できるように必要な知識や能力の育成を図る。
実践方法・進め方 （箇条書きまたはフロー）	1 事前に全県下に公開LHRの周知を行い、参観者を募る。 2 9つの課題テーマより各クラス1つを選択する。 3 選択した課題テーマにより指導案を作成。 4 各クラス毎に授業を展開し、課題テーマについてまとめる。 5 公開LHR参観者より意見、感想を聞く。
準備、使用したもの ・ 人材 ・ 道具、材料等	・ パソコン・プロジェクター・スクリーン ・ 模造紙・マジック・マグネット
参加人数	本校生徒・職員 500名 他校教職員 20名 保護者 4名 県教育委員会 4名 地域住民 3名
経費の総額・内訳概要	0円
成果と課題	【成果】各クラスとも課題テーマより活発な授業が行われ防災意識の高揚が感じられた。 地域住民はじめ様々な関係の人たちに授業を参観していただき実りある防災教育ができた。 【課題】継続的な防災教育が望まれる。
成果物	なし

【実践プログラム番号： 13 】 ※3

イトル	青葉台3丁目防災訓練参加
実施月日（曜日）	平成23年12月4日（日）
実施場所	青葉台3丁目中央公園
担当者または講師	担当者・講師等の区分： 氏 名：稲葉 秀文 所属・役職等：本校教頭
所要時間または 「コマ数×単位時間」	4時間
プログラムの カテゴリ、形式※4	1・2・16
活動目的※5	3・4・6・7・8・9
達成目標	地域の防災訓練に参加することにより地域との連携を深め、地域の持つ防災力を共有する。
実践方法・進め方 （箇条書き またはフロー）	1 青葉台3丁目住民が中央公園に避難してくる。 2 青葉台3丁目役員が、それぞれの役割分担により訓練の準備を行う。（一時避難訓練・炊き出し訓練・防火用水確保訓練・オイルランプ制作・ロープワーク・チェンソーの取り扱い・簡易トイレ作り・ブルーシート利用・消火器使用訓練・起震車体験） 3 炊き出し非常食により昼食 4 反省会・後片付け・解散
準備、使用したもの ・人材 ・道具、材料等	・青葉台3丁目役員が、それぞれの役割分担により道具・材料等の準備をする。
参加人数	本校職員 4名 本校PTA役員 3名 青葉台3丁目住民 約300名 姉崎消防署署員 10名
経費の総額・内訳概要	0円
成果と課題	【成果】学校での防災訓練では体験できない色々な訓練ができ、今後の校内防災訓練等に役立てることができる。 【課題】今回は、生徒が期末試験直前のため参加できなかったが、地域との連携を図るため生徒の積極的な参加が望まれる。
成果物	なし

【実践プログラム番号： 14 】※3

タイトル	校内冬季避難訓練
実施月日（曜日）	平成23年12月19日（月）
実施場所	本校グラウンド及び体育館
担当者または講師	担当者・講師等の区分： 氏 名：相澤敬吾・姉崎消防署署員 所属・役職等：本校教諭・姉崎消防署
所要時間または「コマ数×単位時間」	2時間
プログラムの カテゴリ、形式※4	13・16
活動目的※5	4・6・7・8・9
達成目標	火災を想定した避難訓練を行い前回7月の避難訓練よりも早く避難し点呼完了を目指す。 学年毎の別の訓練により在学中に多様な訓練を行う。
実践方法・進め方 （箇条書き またはフロー）	1 火災発生を想定し全校生徒グラウンドに避難し点呼を行う。 2 訓練の講評 3 学年毎に分かれ訓練を行う。 1年・・・避難袋体験 2年・・・消火訓練 3年・・・AEDを使用した心肺蘇生法訓練
準備、使用したもの ・人材 ・道具、材料等	・ ハンドマイク ・ 避難袋 ・ 水消火器 ・ AED・レサシオン
参加人数	520名
経費の総額・内訳概要	0円
成果と課題	【成果】 前回7月の避難訓練より1分程度避難完了が早くなった。 避難訓練のみでなく、避難袋体験・消火訓練・AEDを使用した心肺蘇生実習ができたことは新鮮な訓練となった。 保護者の参加もあり充実した訓練になった。 【課題】 更に、訓練に対する緊張感を指導する。
成果物	なし

【実践プログラム番号： 15 】※3

タイトル	第3回防災講演会
実施月日（曜日）	平成23年12月19日（月）
実施場所	本校体育館
担当者または講師	担当者・講師等の区分： 氏 名：喜多村常功 所属・役職等：出光興産株式会社 総務課 広報外渉統括
所要時間または 「コマ数×単位時間」	1時間
プログラムの カテゴリ、形式※4	3
活動目的※5	3・6・8・9
達成目標	大企業の持つ大規模災害に備えての危機管理体制について学ぶ。
実践方法・進め方 （箇条書き またはフロー）	「大企業の持つ危機管理体制」をテーマに講演
準備、使用したもの ・人材 ・道具、材料等	パソコン・プロジェクター・スクリーン
参加人数	500名
経費の総額・内訳概要	5,000円
成果と課題	【成果】東日本大震災により学校近くのコスモ石油のガスタンクが爆発炎上したことを教訓に、地域に隣接した大企業と連携を図ることで地域防災に役立てることができた。 【課題】防災教育を通して、大企業と連携を図るため今後も講演会や企業見学等の継続が必要である。
成果物	なし

【実践プログラム番号： 16】※3

タイトル	防災教育担当者連絡会議
実施月日（曜日）	平成23年5月12日（木）8月24日（水）12月20日（火）
実施場所	本校会議室
担当者または講師	担当者・講師等の区分： 氏 名：川端信正・相川 宏・小川伸弘・喜多村常功・始関 廣幸・長谷川信・野澤省吉・花澤祥浩・大鐘 豊 所属・役職等：地震防災アドバイザー・姉崎37地区会長会・帝京 大学ちば総合医療センター事務局次長・出光興産株 式会社・姉崎消防署副署長・千葉県教育委員会学校 安全保健課・市原市教育委員会・市原市役所総務部 防災課・市原市役所姉師支署長
所要時間または 「コマ数×単位時間」	2時間×3回
プログラムの カテゴリ、形式※4	17（会議）
活動目的※5	2・6・10（アドバイス及び助言）
達成目標	「地域との連携を深める防災教育公開事業」に関するアドバイスや 助言をいただく。
実践方法・進め方 （箇条書き またはフロー）	1 第1回会議 趣旨説明・アドバイスや助言 2 第2回会議 中間報告・アドバイスや助言 3 第3回会議 最終報告・アドバイスや助言・反省・まとめ
準備、使用したもの ・人材 ・道具、材料等	パソコン・プロジェクター・スクリーン
参加人数	防災教育担当者連絡会議委員 9名 本校生徒 28名 本校職員 9名 合計46名
経費の総額・内訳概要	5,000円
成果と課題	【成果】本事業に関するアドバイスや助言をいただき、さらには各 関係機関や地域との連絡調整に大変御協力をいただいた。 【課題】学校と地域との連絡調整会議を年に1～2回は行う必要が ある。
成果物	なし



4. 苦労した点・工夫した点

プランの立案と調整で 苦労した点 工夫した点	「今年は防災で連携！京葉工業地帯の地震防災に学校・地域の連携で立ち向かう」を防災教育チャレンジプランのテーマとして取り組んだ。 (苦労した点) ・ 地域との連携を図るため、姉崎地区37自治会・市原市防災課・出光興産株式会社・姉崎消防署・帝京大学ちば総合医療センター・PTA・千葉県立姉崎高等学校開かれた学校づくり委員会・千葉県教育庁教育振興部学校安全保健課等へのプランの趣旨説明、年間計画への参加協力依頼、防災教育担当者連絡会議等の連絡調整に大変苦労した。 (工夫した点) ・ 姉崎37地区長会長や市原市防災課のネットワークを利用し連絡調整を行った。
準備活動で 苦労した点 工夫した点	(準備活動で苦労した点) ・ 多岐にわたる年間計画の事業を実践するため、地域や関係機関との打ち合わせ、協力が不可欠であること。 ・ 外部講師との調整を含め、校内防災担当者会議を機能させ生徒参加型の防災教育の推進を行うこと。 (準備活動で工夫した点) ・ 防災教育の年間計画を生徒が実践し、知識や技術を習得するため全校生徒を対象にする講演会や訓練等を多く取り入れた。 ・ 中間報告や防災教育交流フォーラム等の発表は、すべて生徒が主体的に行うことにより更に防災教育の推進が図れた。
実践に 当たって 苦労した点 工夫した点	(実践に当たって苦労した点) ・ 地域と連携を深める防災教育公開事業を進めてきたが、事業の周知や広報の難しさに直面した。 ・ 防災教育公開LHRや姉高祭展示物等の資料作りや資料収集に苦労した。 ・ 学校行事や校務多忙の中、本事業の計画立案から実施に至るまで多忙を極めた。 (実践に当たって工夫した点) ・ 本校のホームページや地域新聞・広報いちほら、など行政と連携することでかなり周知できた。 ・ 日本赤十字や公的防災機関などから資料収集ができた。 ・ 本校職員で組織する防災委員や生徒の積極的な参加を工夫し、役割を分担した。

5. 他の団体、地域との連携

協力・連携先の分類	団体名、組織名	協力・連携の内容
学校・教育関係・同窓会組織	千葉県教育庁教育振興部学校安全保健課 千葉県立姉崎高等学校開かれた学校づくり委員会 青葉台小学校 姉崎東中学校 千葉科学大学	防災担当者連絡会議 防災学習会参加 防災講演会参加 防災講演会会場 合同ミニ集会会場 防災講演会講師 防災学習資料提供
保護者・PTAの組織	千葉県立姉崎高等学校PTA	防災学習会参加 防災訓練参加 合同ミニ集会参加 防災講演会参加
地域組織	姉崎37地区会長会 青葉台自治会 青葉台敬老会 青葉台コミュニティーネットワーク	防災学習会参加 防災訓練参加 防災訓練参加 防災学習会参加 防災講演会参加 防災講演会 防災訓練参加 合同ミニ集会参加
国・地方公共団体・公共施設	千葉県総務部消防地震防災課 日本赤十字千葉県支部 市原市役所防災課 市原市役所姉崎支所 市原市姉崎消防署 千葉県西部防災センター	防災講演会講師派遣 展示資料提供 防災担当者連絡会議 防災担当者連絡会議 防災訓練講師 防災担当者連絡会議 防災学習会会場
企業・産業関連の組合等	出光興産株式会社	防災講演会講師
ボランティア団体・NPO法人・NGO等	東京災害ボランティアネットワーク 地震防災アドバイザー	防災講演会講師 防災担当者連絡会議
職業、職能団体・学術組織、学会等	帝京大学ちば総合医療センター	防災担当者連絡会議

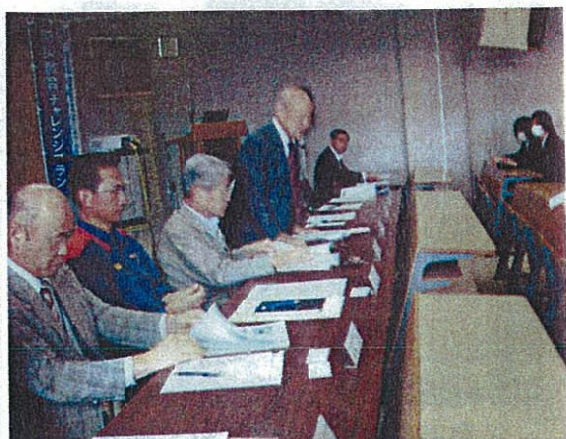


6. 成果と課題（実践したプラン全般について）

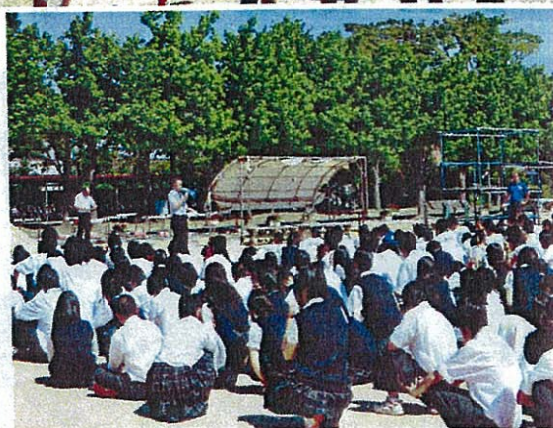
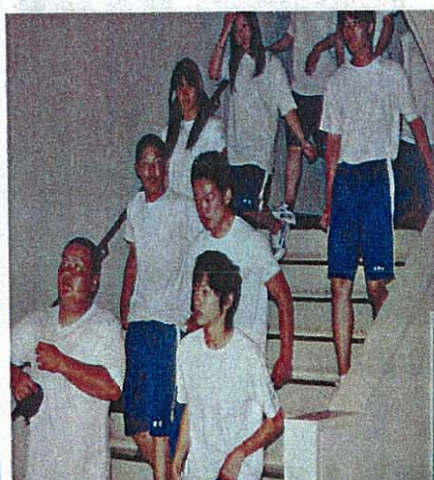
成果として 得たこと	1 防災教育を学ぶことによって、学校だけではなく地域を巻き込んで学習する機会ができ、自助・共助の意識を持つことができた。 2 災害のイメージを考えることによって、高校生が主体的に関わるボランティア意識を持つことができた。 3 地震に関する基本的な知識や防災対策等の基礎的技術の習得ができた。
全体の反省・ 感想・課題	1 この1年限りの計画ではなく、継続的な防災教育計画を立てる必要がある。 2 今年学習した防災に関する技術や知識を継承して広める機会を作ることが大切である。 3 防災だけではなく、今以上に地域と連携した学校づくりを進める必要がある。
今後の 継続予定	1 来年度から大規模災害に備えての備蓄食糧を全校生徒分と職員分を用意する。（予算の裏立てあり） 2 今年度行われた防災教育の成果を3月に全校生徒に防災委員の生徒が発表する。 3 来年度から市原市総合防災訓練に参加し地域との連携を継続する。 4 家庭科の教育課程に非常食作り（ハイゼックス）等の実習を取り入れる。 5 校内防災訓練に今年度、おこなってきた多様な訓練を取り入れる。 6 これまで行われてきた地域との連携を更に深める。



第1回防災担当者連絡会議 5 / 1 2



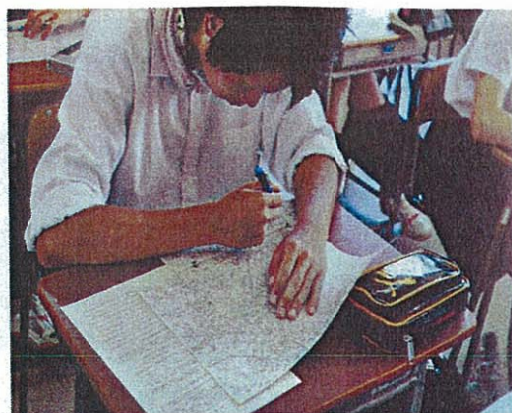
校内夏季避難訓練 7 / 1 3



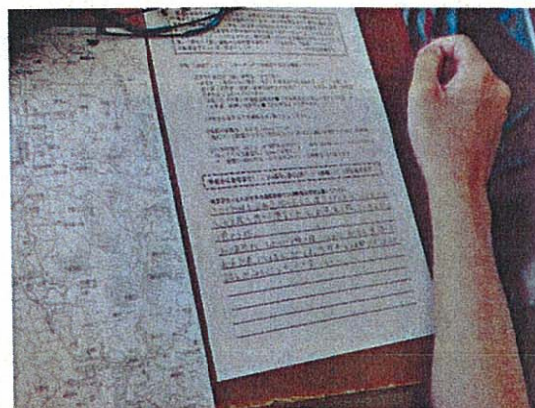
第1・3学年防災学習 7/13



防災DVD上映

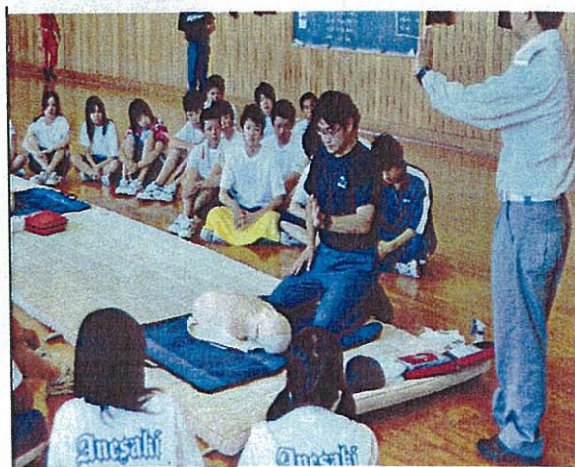


災害時帰宅経路を地図で確認



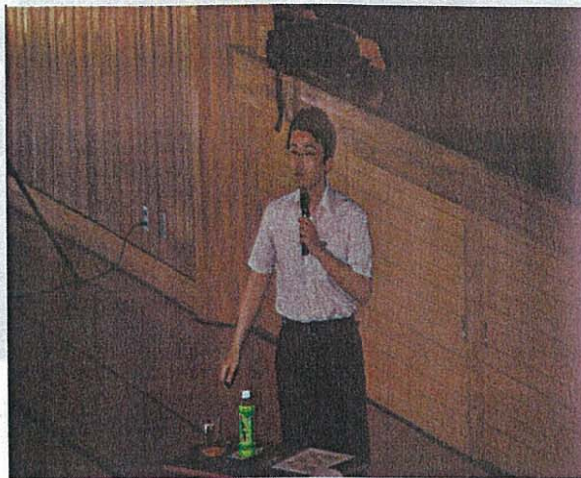
災害時帰宅経路を地図で確認

第2学年防災学習 7/13



AEDを使用した心肺蘇生法講習

第1回防災講演会 7/15



「千葉県の地震・津波災害と高校生にできること」千葉科学大学 准教授

非常食作り体験 7/25



U字溝竈と一斗缶鍋

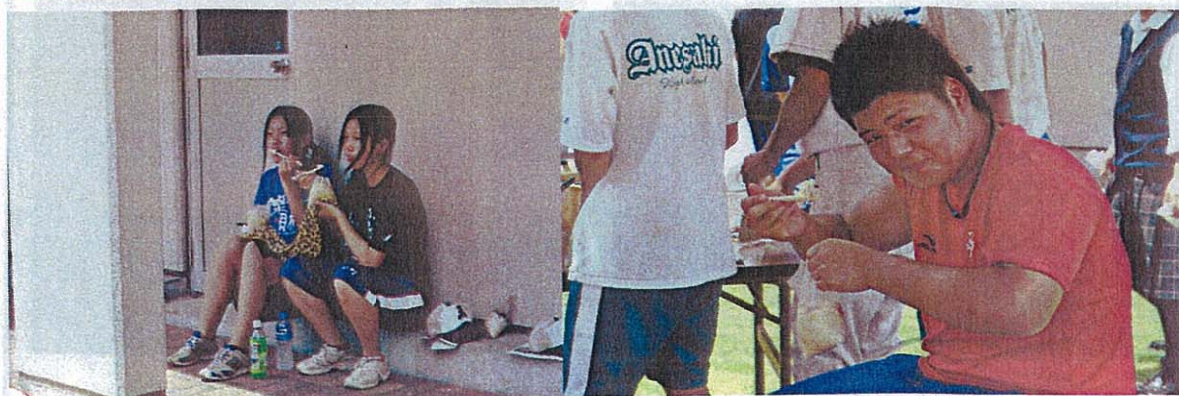


自分の好きな味付けで



約40分茹でて出来上がり

(自由記述: 1/3)



非常食試食

防災学習会（出光興産） 8/1



防災学習会（千葉県西部防災センター） 8/1





震度 7 起震体験



風速 30m 暴風雨体験



心肺蘇生体験



通報シミュレーション体験

避難所体験（釜炊き出し体験） 8/4





市原市総合防災訓練（本校会場） 9 / 4



本校生徒による地域住民の避難誘導訓練



本校生徒が非常食作りを手伝う



地域住民が非常食を試食する



第2回防災講演会 9/22



姉高祭 防災展示館 11/5



AEDを使用した心肺蘇生法講習



防災教育公開LHR 11/14



千葉県教育委員会挨拶



外部から29名の参加をいただく



各クラスがそれぞれのテーマで防災について考える



反省会及び千葉県教育委員会より講評をいただく



青葉台 3 丁目防災訓練参加 1 2 / 4



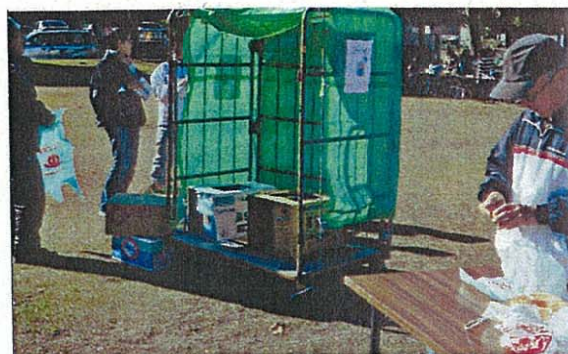
3 丁目住民集合



非常食作りの準備



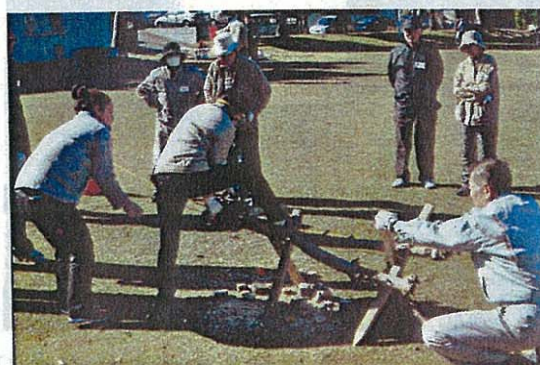
オイルランプ作り



仮設トイレ



ロープワーク



チェンソー操作訓練



非常食作り



試食会

校内冬季避難訓練 12 / 19



火災を想定した避難訓練



1年生 救助袋訓練



2年生 消火訓練



3年生 心肺蘇生法訓練

第3回防災講演会 12 / 19



「大企業が持つ危機管理について」 出光興産株式会社

防災教育チャレンジプラン

今年は防災で連携！

京葉工業地帯の地震防災に学校・地域の連携で立ち向かう



千葉県立姉崎高等学校

学校の位置



本校の位置関係から予想されること

- 近隣避難所で収容しきれない避難民が集まってくる可能性がある。
- 救援物資補給のための中継基地としての可能性がある。



行政との連携をはかり連絡調整会議などの必要性がある

一時避難所としての準備が必要となる。

目指すもの



第1回防災担当者連絡会議

● 5月12日

出席者

地震防災アドバイザー 川端信正氏・姉崎37地区町会会長 相川宏氏・出光興産 喜多村常功氏・帝京大学ちば総合医療センター事務次長 小川伸弘氏・姉崎消防署副署長 始岡廣幸氏・千葉県教育庁学校安全保健課安全室 吉田武司氏・市原市役所総務部防災課 花澤祥浩氏・市原市教育委員会学校教育指導課防災係 野澤省吉氏・市原市役所姉崎支所長 太鐘豊氏

本校 ボランティア委員・漫画研究部

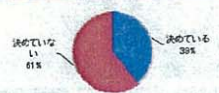


第1回防災担当者会議からのアドバイス

- 刻々と変化の中での防災対応。
- 手を取り合って意識を高めること。
- ライフラインの重要性。
- 行政としての役割。

防災アンケート (地域住民346名)

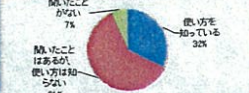
家族が離れているとき、大規模災害に遭遇した場合、集合場所や連絡方法を決めていますか。



あなた自身を含め、あなたの家族に、普段一人暮らしの家族はありますか。



本誌との連絡方法として、NTT等による災害伝言ダイヤルや携帯電話の災害伝言サービスといったものがありますが、このことを知っていますか。



大規模災害発生時の備えで最も大切なことは、どのようなことだと思いますか。



校内夏季避難訓練(1)



集合に要した時間 1年生5分30秒・2年生6分・3年生5分45秒

校内夏季避難訓練(2)



防災講演会

「千葉県の地震・津波災害と高校生に出来ること」
千葉科学大学 藤本准教授



非常食作り ハイゼックス



非常炊飯袋(ハイゼックス)

- 災害時に最小限の材料で炊き出しが出来る。
- 米と一緒に梅干しなどを入れて炊くと多少の保存が可能になる。
- 持ち運びが便利で、どこでも、手が汚れていても食器や箸を使わなくても食べることが出来る。
- 簡易的な懐炉代わりになる。



防災学習会

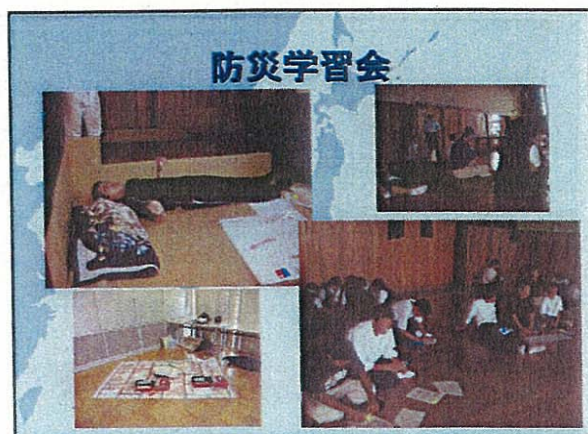
出光興産見学

- 巨大な精油所を間近にみる事が出来た。
- 様々な石油製品を手に取りみる事が出来た。
- 東京湾直下型地震に対しての備えについて学習することが出来た。

千葉県西部防災センター

- 震度7の起震体験・初期消火体験・風速30mの暴風体験・AEDを使用した心肺蘇生体験・煙道避難体験・通報シミュレーション体験等

非常食作り 釜炊き出し



第2回防災担当者連絡会議



第2回防災担当者会議

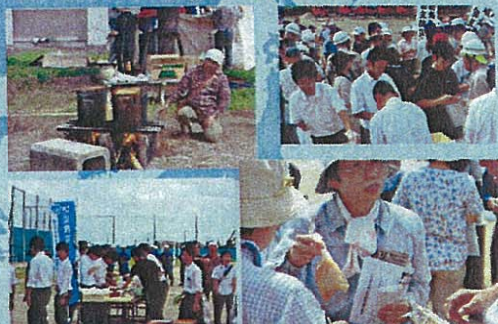
- 日本列島の地震防災に対する考え方が大きく変わった。
- 今までの概念にこだわらない防災計画が必要。
- 生徒から家庭・家庭から地域へと防災意識が広がることが望ましい。

市原市総合防災訓練



一時避難場所から本校までの避難誘導

市原市総合防災訓練



非常食作りの実演・指導

防災講演会

「高校生は大規模災害発生時に自助・共助の担い手として何が出来るか」

東京災害ボランティアネットワーク事務局次長 福田 信章 氏



高校生に何が出来るか

- 自分の命は自分で守る。
 - 顔の見える人間関係作り。(挨拶をしているか・話しかけが出来るか・そっと寄り添うことが出来るか)
- ↓
- 災害が起こった後に出来ることは殆どない。災害が起こる前に準備すること、やることが大切。



校内冬季避難訓練



集合に要した時間 1年生4分40秒・2年生5分・3年生5分27秒

校内冬季避難訓練



防災講演会 「企業における危機管理」

出光興産 喜多村 常功 氏



大企業の持つ危機管理
「日頃からの心構え」
「訓練の大切さ」

第3回防災担当者会議



成 果

- 防災教育を学ぶことによって、学校だけではなく地域を巻き込んで学習する機会が出来、自助・共助の意識を持つことが出来た。
- 災害のイメージを考えることによって、高校生が主体的に関わるボランティア意識を持つことが出来た。
- 地震に関する基本的な知識や防災対策等の基礎的技術の習得が出来た。

課 題

- この1年限りの計画ではなく、継続的な防災教育計画を立てる必要がある。
- 今年学習した防災に関する技術や知識を継承して広める機会を作ることが大切である。
- 防災だけではなく、今以上に地域と連携した学校作りを進める必要がある

(別紙様式1)

「地域との連携を深める防災教育公開事業」事業計画書

学校名 千葉県立姉崎高等学校
所在地 千葉縣市原市姉崎 2632
電話 0436-62-0601
ファクス 0436-61-7679
校長名 岡本 次 夫

1 目的

- ① 高校生に自助・共助・公助の大切さと、災害発生時に必要な知識や技能を習得させ、災害を最小限に食い止めることを目指す。
② 大学・企業・病院・地域等が有する危機管理について専門的な知見を、防災教育を通して実践し学校と地域の間に強いネットワークの構築を目指す。

2 事業概要

「防災で連携」をキーワードにして、必要な知識や技能を習得し、日ごろから防災の意識を高め、地域のネットワークの構築・強化をし学校を核とした地域に公開した防災教育のあり方を検討する。

①災害発生時に高校生として何ができるか

地理的条件→京葉コンビナート

環境的条件→少子化・高齢化

合同防災訓練

・自助・共助・公助の大切さ

・知識・技能の習得

・防災教育で学校公開

②新しい危機意識について学ぶ

・学・企業・病院・地域等の危機意識の共有

・校内における防災意識の普及啓発

防災に関する情報発信

公開防災LHR実施

校内での危機体制整備

3 担当者連絡会議構成員

氏 名	所 属 等
川 端 信 正	地震防災アドバイザー
相 川 宏	姉崎地区町会長 会長
小 川 伸 弘	帝京大学ちば総合医療センター 事務次長
喜多村 常 功	出光興産株式会社 総務課 広報渉外統括
1部 石 橋 辰 夫 小 出 均	2部 始 関 廣 幸 佐久間 芳 彦 姉崎消防署 副署長 姉崎消防署 警防係長
長谷川 信	千葉県教育庁教育振興部学校安全保健課 安全室 指導主事
野 澤 省 吉	市原市教育委員会学校教育部指導課 防災係 指導主事
花 澤 祥 浩	市原市役所総務部防災課 グループリーダー
大 鐘 豊	市原市役所姉崎支所 支所長
岡 本 次 夫	千葉県立姉崎高等学校 校長
稲 葉 秀 文	千葉県立姉崎高等学校 教頭
何 木 美 子	千葉県立姉崎高等学校 事務長
相 澤 敬 吾	千葉県立姉崎高等学校 教諭
川 上 悟	千葉県立姉崎高等学校 教諭

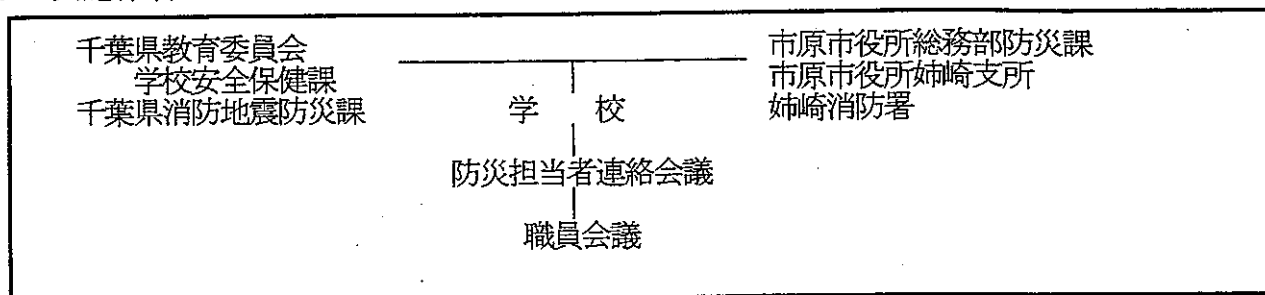
4 学校と連携地域の状況

- 本校は、西側に約3kmの位置に京葉コンビナート、約2km以内に青葉台小学校、姉崎中学校、姉崎東中学校、帝京大学ちば総合医療センターがあり、その中心に学校があることから大規模災害の時は避難場所となることが予想される。
- 本校では開かれた学校づくりを推進する中で、地域の自治体や地域の敬老会・小中学校などとミニ集会や高齢者の集い、小学校への出前授業などで地域と積極的にコミュニケーションを図っている。
- 今年度は、「地域との連携を深める防災教育公開事業」の指定を受け是までの地域との連携に加え大企業や総合病院との連携を図り情報ネットワークの構築・強化を進める。

5 担当者連絡会議の構成員

氏 名	所 属 等	連絡先 (電話番号及び電子メールアドレス)
川 端 信 正	地震防災アドバイザー	043-297-3260 nkawab@gmail.com
相 川 宏	姉崎37地区町会長 会長	0436-61-1440
小 川 伸 弘	帝京大学ちば総合医療センター事務次長	0436-62-1221 n-ogawa@med.teikyo-u.ac.jp
喜多村 常 功	出光興産株式会社 総務課 広報渉外統括	0436-60-1700 tsunenori.kitamura@si.idemitsu.co.jp
石 橋 辰 夫 小 出 均 始 関 幸 佐久間 芳 彦	姉崎消防署 副署長 姉崎消防署 警防係長 姉崎消防署 副署長 姉崎消防署 警防係長	0436-61-0642
長谷川 信	千葉県教育庁教育振興部学校安全保健課 安全室 指導主事	043-223-4096 m.hsgw81@ma.pref.chiba.lg.jp
野 澤 省 吉	市原市教育委員会学校教育部指導課 防災係 指導主事	0436-23-9849 s-nozawa18@pr.city.ichihara.chiba.jp
花 澤 祥 浩	市原市役所総務部防災課 グループリーダー	0436-23-9823 y-hanazawa23@city.ichihara.chiba.jp
大 鐘 豊	市原市役所姉崎支所 支所長	0436-61-2593
岡 本 次 夫	千葉県立姉崎高等学校 校長	0436-62-0601
稲 葉 秀 文	千葉県立姉崎高等学校 教頭	0436-62-0601 h.inb4@chiba-c.ed.jp
何 木 美 子	千葉県立姉崎高等学校 事務長	0436-62-0601 y.nnk2@mb.pref.chiba.lg.jp
相 澤 敬 吾	千葉県立姉崎高等学校 教諭	0436-62-0601
川 上 悟	千葉県立姉崎高等学校 教諭	0436-62-0601 taisyoo2002@yahoo.co.jp

6 実施体制



7 月別実施内容（予定）

月	実 施 内 容	摘 要
4月	災害時心得・避難経路の確認，危機管理マニュアルの配布	
5月	LHR 実施，アンケート調査実施	
6月		
7月	校内夏季避難訓練（AED・応急手当・防災映画），防災講演会 非常食作り体験	
8月	防災学習会（出光興産・西部防災センター） 避難所体験（竈炊き出し体験）	
9月	市原市総合防災訓練，防災講演会，青葉台地区敬老会防災講話	
10月	帝京大学ちば総合医療センター防災訓練参加	
11月	姉高祭（AED講習・災害パネル展示） 防災教育公開LHR 11/14(月)	
12月	1000か所ミニ集会，アンケート調査実施 校内冬季避難訓練（消火訓練・避難袋体験・起震車体験） 防災講演会	
1月		
2月	まとめ（報告書作成）	
3月		

※その他：防災通信の発行，同好会や委員会活動

8 予算計画

科目	積算根拠	積算額
報償費 (講師謝金)	講師謝金(指導助言) 10,000 円×3 回 (7 月・9 月・12 月)	(令達上限額 30,000 円) 30,000 円
旅費 (講師交通費)	講師交通費 5,000 円×2 名 (8 月)	(令達上限額 10,000 円) 10,000 円
需用費 (消耗品費)	再生紙 1,155 円 (2,500 枚) × 2 トナー (カラー) 9,450 円×2 本 模造紙 (100 枚) 3,280 円 パウチフィルム (A3,A4 各 100 枚) 2,120 円+1,500 円 水性マーカー 1,100 円×24 組 USB メモリー 2,200 円×2 本	(令達上限額 60,000 円) 58,910 円
合 計		98,910 円

(留意事項)

- 1 3 科目について、本事業実施に係る経費を記載する。
- 2 積算額に対し、令達上限額を限度に予算を令達する。
- 3 備品購入に対する予算令達はしない。

「地域との連携を深める防災教育公開事業」事業報告書

学校名 千葉県立姉崎高等学校
 所在地 千葉縣市原市姉崎2632
 電話 0436(62)0601
 ファクス 0436(61)7679
 校長名 岡本 次夫

1 担当者連絡会議

実施日時	協議内容	摘要(参加者等)
5月12日(木) 15:30~17:00	1 本年度の取り組みについて 2 防災教育事業のプレゼン 3 防災教育事業へのアドバイス 4 今後の予定について	40名
8月24日(水) 10:00~11:30	1 本事業の中間報告 2 本事業へのアドバイス 3 意見交換 4 これからの取り組みについて	15名
12月20日(火) 14:00~15:30	1 本事業の最終報告 2 今後の事業計画について 3 担当者委員よりのアドバイス及び総括 4 意見交換	12名

2 実施事業

実施期日	内容(行事名称・内容概要等)	摘要(参加者等)
4月18日(月)	危機管理マニュアル等配布・事業説明	
5月12日(木)	第1回防災担当者連絡会議	担当委員 生徒 職員
6月1日(水)	防災アンケート調査開始・回収・集計	全校生徒 職員 地域住民
7月13日(水)	校内夏季避難訓練 1・3年 防災ビデオ・帰宅地図確認 2年 AED講習	全校生徒 職員 消防署署員
7月15日(金)	第1回防災講演会 講師：千葉科学大学 藤本 一雄 氏 「千葉県の地震・津波災害と高校生に出来ること」	全校生徒 職員 地域住民
7月25日(水)	非常食作り体験(ハイゼックス)	生徒 職員 地域住民

8月1日(月)	防災学習会(出光興産・西部防災センター)	生徒 職員 地域住民
8月4日(木)	避難所体験(釜炊き出し体験) ・ U字溝竈を使う ・ 段ボールハウス体験 ・ 避難所必需品リスト作り	生徒 職員 地域住民
8月24日(水)	第2回防災担当者連絡会議 第1号姉高防災通信発行	担当委員 生徒 職員
9月4日(日)	市原市総合防災訓練参加 ・ 非常食作り指導 ・ 避難誘導体験	生徒 職員 地域住民
9月22日(木)	第2回防災講演会 講師:東京災害ボランティアネットワーク次長 福田 信章 氏 「高校生は大規模災害発生時に自助・共助の担い手として何ができるか」	全校生徒 職員 地域住民
9月25日(日)	青葉台地区敬老会防災講話 講師:本校教諭 川上 悟 氏 「地域と連携した防災教育」	地域住民 職員
11月5日(土)	姉高祭 防災パネル展示・AED講習・防災DVD上映	全校生徒 職員 地域住民・一般
11月14日(月)	全県下公開防災教育LHR実施 ・ 各クラスそれぞれのテーマにより展開	全校生徒 職員 地域住民・一般 他校教員
12月3日(土)	1000カ所ミニ集会 青葉台小・姉崎東中・姉崎高校 3校合同開催 ・ 合唱発表・講演会・道徳教育について ・ 地域連携について	全校生徒 職員 地域住民・一般 他校教員
12月4日(日)	青葉台3丁目町会防災訓練参加 ・ バケツ仮設トイレ作り・ランプ作り・ロープワーク・チェンソー操作訓練等	職員 地域住民・一般 本校保護者
12月19日(月)	校内冬季避難訓練 ・ 1年 降下訓練 ・ 2年 消火訓練 ・ 3年 AED講習	全校生徒 職員 消防署署員
12月19日(月)	第3回防災講演会 講師:出光興産 喜多村 常功 氏 「企業における危機管理」	全校生徒 職員
12月20日(火)	題3回防災担当者連絡会議 第2号姉高防災通信発行	担当委員 生徒 職員

※実施事業の計画, 成果物等も可能な限り添付してください。

3 実施事業（行事）のうち、特筆できる取組についての詳細

- 1 平成23年7月25日（水）
- 2 非常食作り体験
- 3 本校グラウンド
- 4 内容

- ・包装食袋（ハイゼックス）を使った非常食作り
- ・竈はU字溝を使い鍋は一斗缶使った
- ・味付けは、そばつゆ・お茶漬けの素・釜飯の素・梅干し等を使用
- ・風向きなどを考えU字溝竈の向きを工夫した



- 1 平成23年8月1日（月）
 - 2 防災学習会（出光興産・千葉県西部防災センター）
 - 3 内容
- ・大型バスを使い地域住民・保護者・生徒・職員，34名参加
 - ・大企業の持つ危機管理，様々な体験学習を行う



- 1 平成23年12月4日（日）
 - 2 青葉台3丁目町会防災訓練参加（3丁目約200名参加）
 - 3 内容
- ・ランプ作り・チェーンソー操作訓練・バケツ仮設トイレ作り・ブルーシートテント



4 事業の成果（課題も含む）

（成果）

- 1 防災教育を学ぶことによって、学校だけではなく地域を巻き込んで学習する機会ができ、自助・共助の意識を持つことができた。
- 2 災害のイメージを考えることによって、高校生が主体的に関わるボランティア意識を持つことができた。
- 3 地震に関する基本的な知識や防災対策等の基礎的技術の習得ができた。

（課題）

- 1 この1年限りの計画ではなく、継続的な防災教育計画を立てる必要がある。
- 2 今年学習した防災に関する技術や知識を継承して広める機会を作ることが大切である。
- 3 防災だけではなく、今以上に地域と連携した学校づくりを進める必要がある。

5 事業の成果を活用した今後の取組の見通し

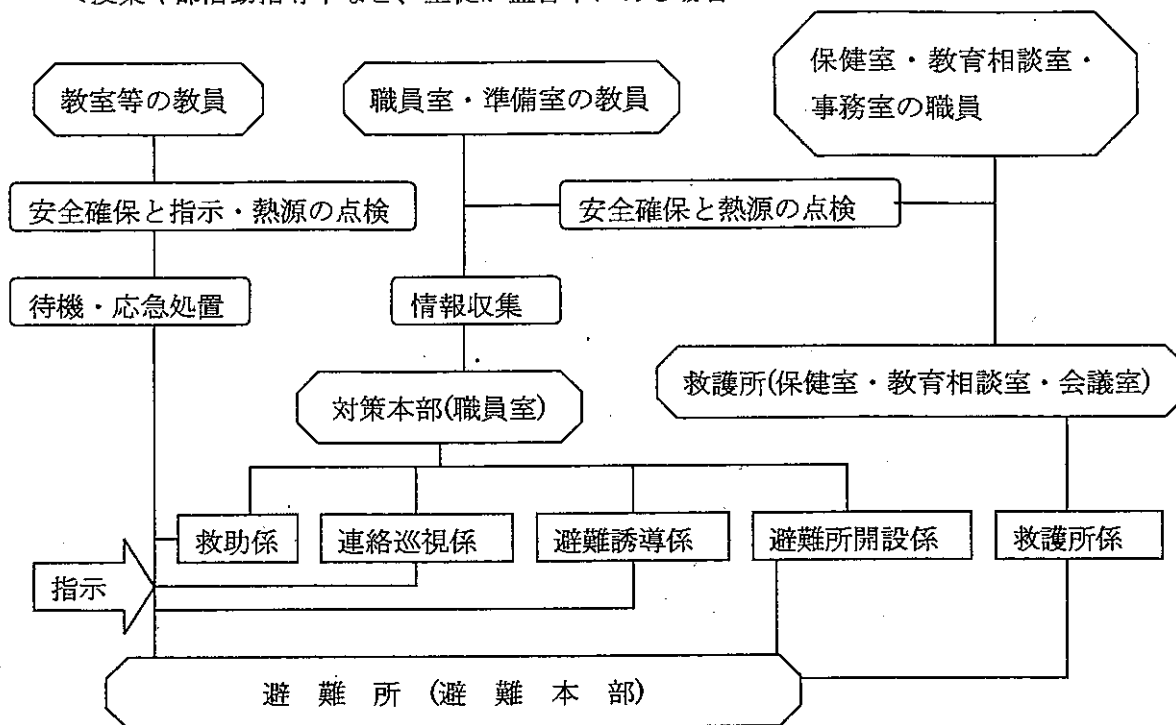
（今後の取り組み）

- 1 来年度から大規模災害に備えての備蓄食糧を全校生徒分と職員分を用意する。（予算の裏立てあり）
- 2 今年度行われた防災教育の成果を3月に全校生徒に防災委員の生徒が発表する。
- 3 来年度から市原市総合防災訓練に参加し地域との連携を継続する。
- 4 家庭科の教育課程に非常食作り（ハイゼックス）等の実習を取り入れる。
- 5 校内防災訓練に今年度、おこなってきた多様な訓練を取り入れる。
- 6 これまで行われてきた地域との連携を更に深める。

1. 地震国日本ににいるかぎり、いつ、どこにいても、地震と無縁ではない。東日本大震災余震、元禄・関東大震災の再来、東京湾北部で巨大地震が起これば緊急の事態となる。
2. 姉崎地区では、海岸のコンビナート火災、津波による越水、埋め立て地の液状化等、地震の 2 次的災害も考慮する必要がある。本校はコンビナートより直線 2.5km、旧海岸線（水路）より直線 1.5km、標高 7 m の場所にある。
3. 本校校舎は、银杏館を除き、耐震基準を満たしていないと考えられる（2015 年度以降補強予定）。巨大地震に遭遇した場合、どのような建物被害が発生するかはわからない。
4. 青葉台地区の避難所は青葉台小である。本校は指定されていないが、可能性がないわけではない。帰宅困難生徒への対応、救護所としての機能は検討しておくべきである。
5. 地震は、あらゆる災害のなかで最もその対応が問われる緊急事態である。教職員は、日ごろからさまざまな役割を想定し、災害時に生徒の安全を守るため有効な行動ができなければならない。行動の基本は次のとおりである。（フローチャート参照）
 - ①地震発生時に自分の安全を確保したら、生徒の安全確保のための確な指示を行う。
 - ②揺れが収まったら火の始末。調理実習室や理科室のガスコンロ、被服室のアイロン、各部屋の電気ポットなどの熱源は、元栓やコンセントから切って火の用心。
 - ③授業中や部活動指導中など、生徒の監督下にある場合、生徒への対応に専心する。原則としてその場から離れず、生徒を落ち着かせ、けが人があれば応急措置を行う。避難指示の伝達があるまで、原則として生徒とともにその場所で待機し、連絡・連携は隣の教室との範囲に留める。
職員室や準備室等にいる教職員は、情報収集を行いながら職員室に参集する。
 - ④始業前や休み時間、放課後など、生徒が直接監督下でない場合、周囲に生徒がいる職員は、上記のように生徒への対応に専心する。その他の職員は次の対応を行う。
 - ・クラス担任（副担任）は HR 教室に向かう。
 - ・クラス担任（副担任）以外の職員は、情報収集を行いながら職員室に参集する。
 - ⑤保健室は、揺れが収まった時点から救護所開設の準備をする。（震度 5 強以上の場合）
 - ⑥職員室（対策本部）では、集まった情報より生徒・教職員の負傷、建物の損壊状況を把握し、今後の被害予測・教職員の役割指示・避難指示の検討と決定を行う。
 - ⑦避難指示の決定に従い、職員室に参集した教職員が分担して、各教室への情報伝達、避難誘導ポイントへの配置、避難所の開設を行う。
 - ⑧伝達を受けた各教室は、生徒に的確な指示をし、避難誘導を行う。けが人は優先的に救護所に搬送する。
 - ⑨巡視係は校舎内の残留生徒の確認を行う。
 - ⑩教室等から避難所に到達したクラスは、避難所本部に到着を報告する。
 - ⑪避難所では、生徒名簿に基づき生徒の安否確認を行う。救護者名簿を作成する。

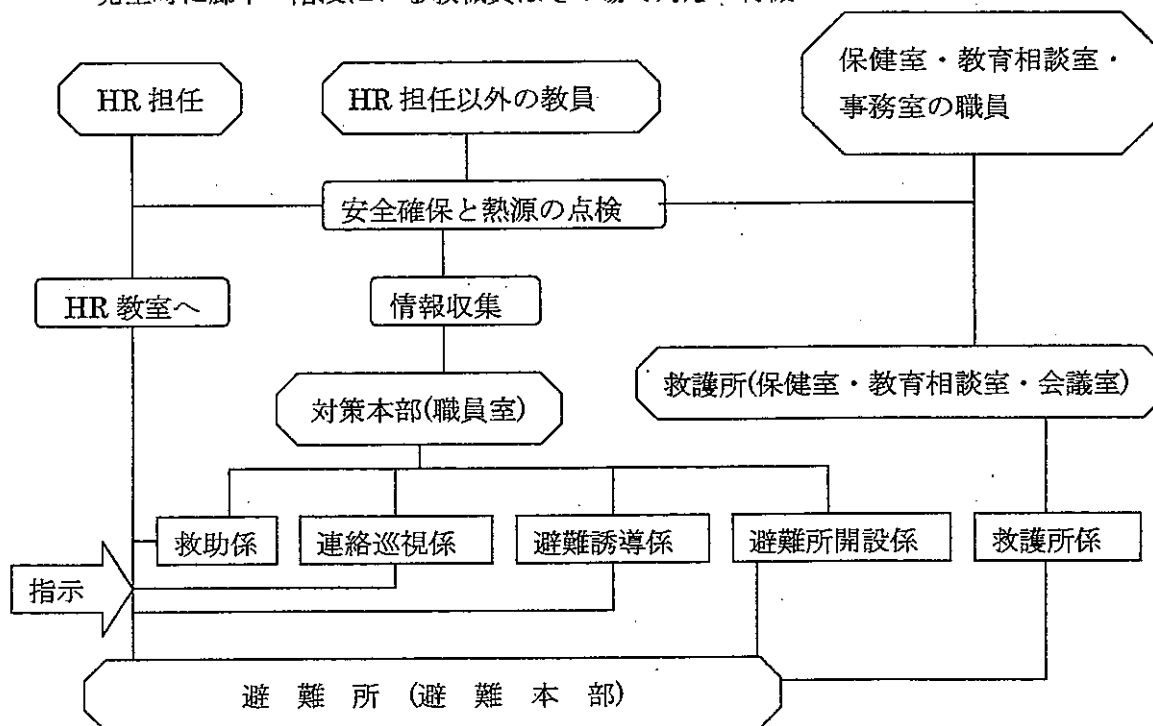
地震発生時の教職員の初動行動フロー・チャート

<授業や部活動指導中など、生徒が監督下にある場合>



<始業前や休み時間、放課前後など>

発生時に廊下・階段にいる教職員はその場での対応・待機



○地震発生時、教職員は自身の安全を図るよう身構え、次のことを生徒に指示する。

- ・頭を守る。・・・机の下にもぐる。手やカバンで頭を覆う。
- ・窓ガラスや壁、戸から離れる。
- ・揺れが収まったら、火気を止める。

○生徒に直接かかわる教職員（授業担当・HR 担任）の取るべき行動

- ①発生時の的確な指示（頭を守る。教室の中央に集まる。）
- ②脱出口の確保
- ③生徒の人員確認・けが人の処置
- ④被害状況の確認・危険箇所からの退避指示・危険物の除去
- ⑤生徒の不安を和らげる
- ⑥教室を離れない

○地震発生時の状況把握について

地震による被害が明らかな場合、初動行動を決めるため、校内の状況把握が必要となる。生徒の様子やけが人の有無、校舎の損壊と避難路の評価、火災の発生などを分担して巡視し、対策本部に情報を集める。放送設備あるいは緊急放送設備を使い、教頭は生徒が落ち着くよう促すとともに、教職員に状況把握をするよう指示する。

生徒棟・・・・・・職員室・進路室職員

特別棟・・・・・・理科・社会・数学・国語準備室の職員

体育館・運動場・体育科職員

*報告のない校舎・階については職員室から職員の巡視を派遣する。

○各係の役割

- ・救助係 : 救護・救援が必要な場所に向かい、応急手当・搬送業務にあたる。
- ・連絡巡視係 : 対策本部からの指示を各教室に的確に伝える。校舎内を状況把握し本部に集める。任務終了後は、救護・避難誘導にあたる。
- ・避難誘導係 : 各教室から避難所に安全に避難できるように、避難路確保、ポイントでの指示・誘導を行う。
- ・避難本部開設係 : 生徒・教職員名簿、非常用持ち出し品を搬出するとともに、避難所で避難してきた生徒の整列指導、点呼をとる体制をつくる
- ・救護所係 : ケガ等の手当てができる体制を整え、搬送されてきたケガ人の手当てにあたる。
- ・対策本部 : 状況を判断して対策本部が避難本部の開設やその場所を決定する。
- ・避難本部 : 対策本部は、引き続き情報収集・校外との連絡をとり現況把握を進める。

生徒への事前指導の内容

1. 地震発生時の行動：地震の初期微動や緊急地震速報に際し、次の基本行動で身構える。

◎頭を守る・・・机の下にもぐる。手やかばんで頭を覆う。

○窓ガラスや壁、戸から離れる。

○火の元や熱源を処置する。

教室	近くの窓や壁、戸を背にして机の下にもぐり、机の脚をしっかり持つ。
特別教室	実験・実習中は危険物から離れ、机（台）の下にもぐる。 ＊すぐに火を消せる場合は消す。
体育館	窓ガラスや壁から離れ中央部に集まる。頭部を保護し姿勢を低く。
廊下や階段	窓ガラス・蛍光灯の落下を避け頭部を保護しながら姿勢を低くする。 階段では手すりにつかまり転落を防止する。
トイレ	ドアを開き、頭部を保護し姿勢を低くする
グラウンド・昇降口前など	校舎からのガラスの飛散や外壁の落下、サッカーゴール等の転倒の危険性のあるものから離れる。体を低くする。

2. 地震の揺れが収まってからの行動

○放送等で先生からの指示があるまで待機。けが人がいる場合は、助け合うこと。

○廊下、階段、トイレにいる場合は最も近い教室に移動して待機する。移動できない場合は、その場で待機する。助けを呼ぶ必要があるときは、声を出して助けを呼ぶ。

○多人数の避難では、出入り口や階段で将棋倒しが起こりやすい。「押さない、走らない、しゃべらない、戻らない」を守ること。余震に備え、頭にカバンを置いて移動する。

3. 救急用具・搬出用具の現況

○担架①（保健室廊下） ○代用担架：パネル支柱と毛布⑩（資源ゴミ置き場・管理倉庫）

○救急バッグはなし

○救助道具はなし ：大型のバールの代用（トレーニング室・プール床下）

用務員室や工芸室に工具各種

先生方の車載の工具が活躍する間もしいない。

4. 外部との連絡

○災害時優先電話

姉崎高校の電話回線2本のうち、62-0602からの回線が災害時有線電話です。

○救護病院等 事故発生時の緊急連絡体制について H23 保健係資料 に準ずる

○災害伝言ダイヤルを利用した、学校の状況についての保護者向け広報

「171」→「1」→「0436-62-0601」→「30秒以内で伝言を録音」

「171」→「2」→「0436-62-0601」→「伝言再生」

例1 姉崎高校です。生徒数名がケガをしましたが軽傷です。登校している生徒は全員校内に避難しています。

例2 姉崎高校です。学校の再開については現在検討中です。学校から連絡があるまで自宅で待機してください。

平成23年度「防災教育チャレンジプラン」「地域との連携を深める防災教育公開事業」における授業公開

授業公開内容（この中から各クラス毎に題材を選び展開する）

	題 材
1	～備えあれば憂いなし（家の安全性確認）～ 家の中の危険性をチェックし、安全が確認できる家具等の配置や固定法について考える。
2	～非常持ち出し袋の中身を考えよう～ 自分の家の非常持ち出し袋の有無・中身を知り大規模災害にどう備えるか考える。
3	～家族の防災会議171（家族が再会するために）～ 「171災害伝言ダイヤル」使い方を知り大規模災害時にバラバラになった家族が集合する方法を確認する。
4	～その時私はどこにいて、どこへ行く～ 大地震発生時の状況と対応を予測し、学校と家の区間で地図情報や危険を読みとる訓練を行い被災後の行動を考える。
5	～こんな時どうしますか？（学校で昼休みに大地震にあったら）～ さまざまな状況ごとの避難方法を考え減災に対する意識を高める
6	～災害時の行動を考えようⅠ（大地震直後）～ 家にいるときに大地震が発生した。その直後にどんな対応をとるか深く考える。
7	～災害時の行動を考えようⅡ（避難所に行く前後に）～ 災害発生時の危機を認識し、状況に応じて自らの行動を選択し、自助・共助の行動や姿勢を身につける。
8	～防災ゲーム（クロスロードⅠ）～ 災害対応を自らの問題として考え、意思表示することで参加者同士が様々な意見や価値観を共有し、地域防災について事前に合意を形成しておく一助とする。
9	～もしも姉崎高校が避難所になったら～ 防災活動やボランティア活動に積極的に参加し地域に貢献する共助の気持ちを養う。

年 組 L H R 防災授業 No 1 学習指導案

- 1 単元（題材）名 備えあれば憂いなし（家の安全性確認）
- 2 単元（題材）の目標
家の中の危険性をチェックし、安全が確認できる家具等の配置や固定法について、考えることができる。
- 3 （単元）題材の評価
家具等の配置と固定を工夫することで危険が減らせることを理解できたか。
- 4 本時の学習（活動）
家の間取り図を正確に書き、図上演習を通じて自宅の危険度を発見する。地震に対してより安全な配置や固定法、どのような安全具があるか知る。
- 5 本時の展開

時配	学習内容・学習活動	支援（○）、留意点（●）、評価（☆）
導入 5分	* 阪神淡路大震災の時、家具の下敷きになって亡くなられた方が多くいたことを伝える。 ・「自分の家の間取りを思い浮かべてください。」目を閉じて	○写真や映像資料を用意できると良い。 ●イメージトレーニングとなるように。
展開 35分	学習課題 備えあれば憂いなし（家の安全性確認） ワークシート <平面図をかく> 資料を参考にして家で食事をする部屋の見取り図をできるだけ正確に書こう。 <危険イメージ図> 地震が起きた時のイメージを見取り図上に書き込み演習しよう。 ①揺れると動いたり転倒してしまふようなものは何？ 矢印（←→）で動きをかこう ②火事の元になるところは★印 ③揺れると上から落ちてきたり飛び出してくるような物に▲印 ④自分の位置を●で示し、どこに移動すべきかを――→印で ⑤他の人の位置を○で示し、どう行動するか予測――→印で ・演習の感想を記入する。 ・どのようにすれば危険度が減るか工夫してください。 ・自分の寝室の危険度はどうですか。	○ドアは 90cm、サッシは 1 組（2 枚分）で 180cm、畳は 90cm × 180cm など、家の中でものさしになるような代表的な家具を紹介する。 ○図上にも『図上演習例』にあるようなコメントを書き添え、個別に危険度を書いてください。『危険イメージ図』『図上演習例』を参照 ●大震災時には「家具は倒れてこなかった、飛んできた。」という。（9/22 防災講演会で、阪神大震災の記憶） ○避難通路を考えた家具の配置、転倒防止対策をする、高いところに物を置かない、ガラス飛散防止フィルムをはるなど、危険度を減らす配置工夫、固定具を資料で紹介。 ●寝室は被災時に滞在している確率が 1/3 以上と最も高い。しかも、寝ている。家具を置く場合固定していないと人命被害が増す。窓ガラスには飛散防止フィルムを張りたい。
まとめ 10分	・ワークシート提出 ・まとめ	☆家で率先して危険箇所の固定や配置の工夫を提案。自分でも実行する。

- 1 単元（題材）名 非常用持ち出し袋の中身を考えよう
- 2 単元（題材）の目標
自分の家の非常用持出袋の有無・中身を知り、防災について考えることができる。
- 3 （単元）題材の評価
自宅で災害時に役に立つ非常用持出袋を用意することができる。
- 4 本時の学習（活動）
非常用持出袋の必要性を理解し、その中身をグループで考える。
- 5 本時の展開

時配	学習内容・学習活動	支援（○），留意点（●），評価（☆）
導入 10分	『ちば被害想定新聞』で千葉県にも大きな地震がくる可能性があることを知る。 - 自分の家の非常用持出袋には何が入っているか発表する。 - 教師の用意した非常用持出袋を提示する。	○班編制(5)班長は事前に決める。 ○千葉県では30年以内に70%の確率で大震災が発生する。東京湾北部が震源地だと湾岸都市部・工業地帯を中心に甚大な被害が予想される。 ●事前に自分の家の非常用持出袋の有無と中身、保管場所を調べさせておく。 ●故意に不要なものの不備なものを提示することにより、意欲を高める。
展開 30分	学習課題 非常用持ち出し袋の中身を考えよう。 ワークシート 1～3 ワークシートに書き込みながらグループで話を進めていく。 ＜グループ学習＞ ①各自で非常用持ち出し袋の中身を5つ考える。 ②班内で持っていくものを発表し合い、共通したものを書き出す。 ③意見が分かれたものを書き出す ④話し合いの結果から自分たちの班の非常用持出袋の中身を5つ考える。 ⑤それぞれの班が発表する。 4 ⑤の班発表で我家の非常用持出袋にも入れたい物をメモする。	●（飲料水・カンパン・懐中電灯）等にはあらかじめ○をつけておいても良い。また、付箋を使って各人に選んだ物を書かせ、班内の集約・進行の便をはかってもよい。 ・司会が全員の意見を聞けるよう指名したり、順番に意見を出させる。 ○発表する時に理由も一緒に言うようにさせる。発表している間は静かに聞くようにさせる。 ○救援物資の量は限られているし、行政からの支援が行われるまで時間がかかる。普段から家庭で非常用持出袋や非常用備蓄を用意することは大切である。
まとめ 10分	5 非常用持出袋と非常用備蓄品の違いを説明する。 ・非常用備蓄品例を読み上げ、生徒の回答した非常用持出品に非常用備蓄品が入っていたら（ ）づけさせる。 * 千葉県の推奨する非常用持出袋の中身を提示する。 ・ワークシートの提出 ・まとめ	○非常用持出袋は一次避難（地震発生直後）の時に使用し、非常用備蓄品は避難所などでの生活を余儀なくされたときに必要なものを指す。 ○かさばる毛布、こまごまとしたものは一時避難の障害になる。 ●用意するだけでなく置き場所も考えておきたい。玄関に置くなど、便が良く家が倒壊しても取り出せそうな場所がよい。

- 1 単元（題材）名 家族の防災会議 171（家族が再会するために）
- 2 単元（題材）の目標
『171』災害伝言ダイアルの使い方を知る。家族が集合する方法を確認する。
- 3 （単元）題材の評価
『171』災害伝言ダイアルの使い方を理解し、意欲的に防災の知識を家族に伝えていこうとする気持ちを持つ。
- 4 本時の学習（活動）
災害時に家族の安否確認をとる方法として『171』災害伝言ダイアルの要領を理解する。また、その他の安否確認の方法や避難場所、集合場所についても、家族会議で決めておくべきだということをを知り、災害前にできる自助のための準備をしていく。
- 5 本時の展開例

時 配	学習内容・学習活動	支援（○），留意点（●），評価（☆）
導 入 5 分	・ 本時の学習についての説明	○班編制(5)及び班長は事前に決める。 ●地震が発生すると家族と離ればなれになってしまうことがある。再会するために今からできることがあることを伝える。
展開Ⅰ 40 分	学習課題 家族の防災会議（家族が再会するために） ワークシート 1 設定と質問 「休日で家族がバラバラの時に震度6強の地震が起きた。どうしたら家族に会えるか。」 ・発表例）・避難所に行く ・家に帰る ・家族の集合場所に行く 2 3 『171』の災害伝言ダイアルを知る。 4 『171』を実際に体験する。 携帯電話を使って利用の仕方をシミュレーションする。 5 その他の連絡手段も考える。 「家族の連絡手段は、他にどのようなものがありますか。」	●災害時のイメージを持たせるとともに家族の大切さを感じさせる。震度6強は耐震性のない建物は倒壊する揺れ。 ・保護者の行動を予測させても良い ●公的な避難場所を知っているか。 ○家族が一緒にいない場合、互いの安否確認のための連絡が重要である。 ○ワークシートで『171』が災害時の家族との連絡手段であることを教える。 ①『171』を利用 携帯 公衆電話 公衆電話は携帯よりつながりやすい。 ②ケータイから『災害用伝言板サービス（メール）』 ③遠方に住んでいる親戚や知人の中継所としてみんなが電話する。 ④避難場所や○○で落ち合おうなど、家族のルールを決めておく。そこを移動する際にはメモを残す。 ○避難場所と避難経路、自分一人が留守番の時どうするか、災害時の役割分担、非常用持出袋など ○避難場所は最寄りの小中学校が多い。
(展開Ⅱ)	6 家族防災会議で決めておいた方がよい他の項目を、あらゆる設定で考えよう。 * 避難カードへの記入	○避難場所と避難経路、自分一人が留守番の時どうするか、災害時の役割分担、非常用持出袋など ○避難場所は最寄りの小中学校が多い。
まとめ 5 分	・ワークシートの提出 * 本日の学習のまとめ	○家族と地震について話し合うことを提案する。家族が再会するための方法を複数知り、家族会議で確認する。

- 1 単元（題材）名 その時私はどこにいて、どこへ行く。
- 2 単元（題材）の目標
地震発生時の状況と対応を予測する。学校と家の区間で地図情報や危険を読みとる訓練を行い、被災後の行動を考えさせる。
- 3 （単元）題材の評価
客観的に状況を分析し問題を解決する力があるか。地図を読めるか。
- 4 本時の学習（活動）
 - (1) 地震発生時どこにいるか確率予測を、滞在場所ごとにどう行動すべきか考える。
 - (2) 学校と自宅間を歩く場合の経路と所要時間を地図上で調べ、帰宅困難度を知る。
- 5 本時の展開例

時 配	学習内容・学習活動	支援（○），留意点（●），評価（☆）
導 入 5 分	・ 3.11 の地震発生時、自分が何をしていたか話してください。	●地震はいつでも、どこでも起こる可能性があることを意識する。
展開 I 15 分	学習課題 その時私はどこにいて、どこへ行く ワークシート 1 ワークシートを使って場所ごとの滞在時間を 1 年間の比率で示し、地震発生時どこにいるかの確率予測をする。 2 直後の一次避難では近くの安全な場所へ移動しますが、その後どこに向かうべきか、被災場所ごとに考える。 回答例）最寄りの避難場所、家、学校、そのまま動かず	○毎日平均 1 時間なら年比率で 4 %。ただし、学校関連のことは授業日を補正して 1 時間が 2 % に相当する。土日の部活動については、合計時間を 5 で割ったものを平日の活動時間に合算する。 ○圧倒的に滞在比率が高いのが家である。防災への取り組みは家を中心となることを確認する。 ●震度 4 以上で交通機関は安全確認のため運行を見合わせる。3.11 では翌日まで JR がストップし、多くの帰宅困難者がでた。最近、「帰宅支援マップ」なる徒歩帰宅を基本にした地図が本屋で売り出されている。
展開 II 25 分	3 作業 「白地図に学校と自宅の位置、最短経路を示し、距離と徒歩での所用時間を算出しなさい。」 注：赤い筆記具を使用 ○地図の見方、距離のはかり方、時間算出ができない生徒の指導。 4 「その経路を考えた理由を述べ、大震災が起こった時の不安要因を地図に書き込みなさい（My ハザード・マップの作成）。」	☆経路、距離、所要時間を出せたか。 ●この作業が必ずしも実際の帰宅方法としないことを伝える。 ●生徒が管理下にある場合、被災状況によっては親が迎えに来るまで学校で拘束し帰宅させないことが考えられる。学校宿泊を考え、入学時に毛布などを購入（一人約 3000 円程度で学校保管・卒業時返還）させている学校もある。 ○震度 6 以上の被害状況の最悪の場合を考える。 ●行政や防災関連のサイトのハザードマップを参考にする。
まとめ 5 分	・ ワークシートの提出 ・ まとめ	☆帰宅の困難度を分析し、地図上にその項目の記録をし、被災時の行動の基本にできる。

- 1 単元（題材）名 こんな時どうしますか？（学校で昼休み地震にあったら）
- 2 単元（題材）の目標
さまざまな状況ごとの避難方法を考え、減災に対する意識を高める。
- 3 （単元）題材の評価
学校内のどこにいても第一次避難の方法が分かり、先生がそばにいない時でも自分で判断し、避難場所に避難するイメージができる。
- 4 本時の学習（活動）
昼休みに地震が起こったと想定し、さまざまな状況ごとの一時避難、さらに避難場所への経路を考える。自助に加え、共助のケースについても考える。
ワークシートを使ってグループ学習あるいは一斉学習で実施。別紙の追加指導資料参照
- 5 本時の展開例

時配	学習内容・学習活動	支援（○）、留意点（●）、評価（☆）
導入 10分	- 過去の地震の発生時間を話す。 関東 11:58 奥尻島 22:17 阪神 5:46 東日本 14:46 1 昼休み 1:06 に震度 6 強の地震が起きた。被害状況とその影響を予測してみましょう。 ・校舎の中 ・校舎の周り ・電気や水 ・その他の影響	○班編制(5)及び班長は事前に決める。 ●地震はいつでも、どこでも起こる可能性があることを意識する。 ○震度 6 弱で立っていることが困難になる。壁や窓ガラス、蛍光灯や天井が破損、落下することがある。震度 6 強では柱が崩れるものもある。資料参照 ○ワークシートへの記入を促す。
学習課題 こんな時どうしますか。（昼休み学校で地震） ワークシート		
展開Ⅰ 5分	2 「その時あなたは次のどの場所にいますか。まず、どうしますか。」挙手確認と発表。 ①教室で友人と話している ②廊下で友人と話している ③図書館で読書をしている ④体育館で次の授業の準備 ⑤トイレにいる	☆まずどうするかを発表をさせる。 ●最善策は最終的に発生時の状況から各自で判断する。一般的な回答は・・・ ①頭をかばんなどで守る。 ②窓やロッカーから離れ、頭を保護。 ③机の下にもぐる。 ④天井からの落下物注意。頭を守る。 ⑤照明器具落下に気をつけ、出口確保
展開Ⅱ 15分	3 <グループ学習> ワークシートに書き込みながらグループで話し合う。司会は班長。 ①校舎内ではどんな落下物や転倒物が考えられますか。どのように身を守りますか。 ②地震のショックで動けなくなったりけがをした友人がそばにいます。どうしますか。 ③どうやって安全な場所に避難しますか。また、そこに行くまでどんな困難がありますか。 ④避難場所を書く	・司会が全員の意見を聞けるよう指名したり、順番に意見を出させる。 ●自分の命を守ることが最も大切である（自助）。パニックにならないよう心の準備をし、避難訓練を真剣に行う。 ○ただ単純に「助ける」ではなく、状況を確認したり、先生や友人を呼ぶことも必要であることに気づかせたい。 ○避難場所の基本はグラウンド。揺れている最中の階段移動は危険。障害物や避難路の崩壊に応じて臨機応変に避難。
展開Ⅲ 10分	<班発表> ①～④を班発表し、他班は質問意見を出す	☆他の班の発表を意欲的に聞けたか。
まとめ 10分	＊災害に強い学校 ・ワークシートの提出 まとめ	☆昼休みの避難方法について積極的に考えることができたか。 ☆話し合いに参加しようとしたか。

- 1 単元（題材）名 災害時の行動を考えよう I（地震直後）
- 2 単元（題材）の目標
家にいるときに大地震が発生した。その後にどんな対応をとるか深く考える。
- 3 （単元）題材の評価
さまざまな場面を想定し、他の意見を取り入れながら学習を深められたか。
- 4 本時の学習（活動）
①地震発生時②3時間③避難指示後家を出る前の行動や、④避難所に持っていく物を、ワークシート形式で対応策を考える

5 本時の展開例

時 配	学習内容・学習活動	支援（○）、留意点（●）、評価（☆）
導 入 5 分	・ 東日本大震災の体験 ◎ ワークシートの説明と用具の配布	○班編制(5)及び班長は事前に決める。 ポストイット一人20枚、班に模造紙1枚
展開 I 25 分	学習課題 災害時の行動を考えよう I（地震直後） ワークシート 質問① 「深夜3時、家にいるとき地震にあった。その時、あなたはどんな行動をとりますか」 *生徒は①の答えを4つ考え、ポストイットに1項目ずつ記入→班内で順番に一人ずつ発表する。 質問② 「地震発生から3時間まで、何をしますか。」 *に同じ 質問③ 「避難指示の後、家を出る前に何をしますか。」 *に同じ 質問④ 「避難所に持っていく物は何ですか。」 *に同じ ◎ 質問がすべて終わったら、班長・発表者は、模造紙上でポストイットの答えを項目ごとに分類する。	●年間で考えると、学校管理下に生徒がいるのは20%程度で、圧倒的に家で被災する可能性(50%以上)が高い。地震発生の設定は、深夜3時、保護者不在の午後4時などでもよい。「あなた」の設定も、生徒各人の他に、父親・母親・子供などをロールプレイさせてもよい。 ○発表時、自由に会話を交わしながら進めるよう指示をする。その際、班員は発表者の意見に否定的な反応をしないように指示をする。 ●行動例 ①身の回りの安全確認・家族の安否確認・初期消火・ドアの開放・自宅周りの安全確認・情報収集（懐中電灯、靴が近くにあると良い） ②近所の方の安否確認・救命・倒壊家屋からの救出（阪神大震災では74%が共助による救出・救命で救われた） ③電気器具スイッチ、ブレーカー切断ガス元栓を閉じるは火災防止に重要 伝言メモは玄関内に（空き巣注意）
展開 II 15 分	◎ 各質問ごとに代表班の班長が班の意見を集約し全体発表する。 ・他の班は、模造紙上で、発表された答えと同じものに○をする。	○各質問ごとに、他の班にその他の意見があったら追加発表させる。 ☆大切な意見を評価し、追加説明をしてあげる。
まとめ 5 分	・ まとめ	☆他の意見を取り入れながら学習を深められたか。良い意見と思われるものをもう一度問いかけてみる。

- 1 単元（題材）名 災害時の行動を考えようⅡ（避難所へ行く前後に）
- 2 単元（題材）の目標
災害発生時の危機を認識し、状況に応じて自らの行動を選択し、自助・共助の態度で行動できる姿勢を身につける。
- 3 （単元）題材の評価
災害発生時の自己の役割、協調性の大切さが認識できたか。自助につながる日常の備えについて理解できたか
- 4 本時の学習（活動）
①避難所に持っていく物②家を出るときの留意点③避難所での自分の役割④避難所生活での心がけについて、ワークショップ形式で考える
- 5 本時の展開例

時 配	学習内容・学習活動	支援（○）、留意点（●）、評価（☆）
導 入 5 分	- 地震についての話や避難所生活の実態についての話 ◎ ワークショップについての説明と用具の配布	○班編制(5)及び班長は事前に決める。 ホスト1人20枚、班に模造紙1枚 ●場面設定をイメージさせる（避難する住民になったつもりで）
展 開 25 分	学習課題 災害時の行動を考えようⅡ（避難所前後）ワークショップ 質問① 「家にいるとき地震にあい、避難指示が出た。避難場所は近くの小学校。さて、あなたは避難所に何を持っていきますか。」 *生徒は①の答えを4つ考え、ホスト1人に1項目ずつ記入→班内で一人ずつ順番に発表する。 質問② 「避難所に向かう前に、家で何をしていますか。」 *に同じ 質問③ 「避難所で自分ができる役割は何ですか。」 *に同じ 質問④ 「気持ちよく避難所生活を送るための心がけは。」 *に同じ	○自由に会話を交わしながら発表するよう指示をする。その際、発表者の意見に否定的な反応をしないように指示。 ○同じ意見の場合は理由も発表させる。 ②ガス・電気の元を切る。玄関内にメモ ③避難所運営の中心は行政やボランティアではなく避難者自身です。総務・管理・情報・食料・物資・保健・清掃などの当番が当たります。 ④避難所生活では狭い空間に多くの被災者が集まり、プライバシーも十分に守られない不自由な生活である。しかもその生活が長期にわたる場合もある。 ④避難所生活で注意すべき点は、 ・集団生活のルールとマナーを守る ・他人のプライバシーを大切にする ・健康のために規則正しい生活をする ・お年寄りや体の不自由な人に親切に ・相手を思いやり、迷惑をかけない。
展開Ⅱ 15 分	◎ 各質問ごとに代表班の班長が班の意見を集約し全体発表する。 ・他の班は、模造紙上で、発表された答えと同じものに○をする。	○各質問ごとに、他の班にその他の意見があったら追加発表させる。 ☆大切な意見を評価し、追加説明をしてあげる。
まとめ 5 分	・ まとめ 出てきた答えをまとめながら評価する。	☆自己の役割と協調性の大切さを認識できたか。 ☆自助・共助について考えられたか。

- 1 単元（題材）名 防災ゲーム（クロスロードⅠ）
- 2 単元（題材）の目標
災害対応を自らの問題として考え・意思表示することで、参加者同士がさまざまな意見や価値観を共有する。地域防災について事前に合意を形成しておく一助とする。
- 3 （単元）題材の評価
他人の意見を聞き、それを尊重し共有することができる。自分の意見を根拠を持って伝えることができる。
- 4 本時の学習（活動）
対応の難しい災害時の問題に対して、自分は何を考え行動するかを予想する。イエスorノーを選択し、根拠とともに発表し合い、ゲーム形式で防災理解を進める。

5. 用意するもの 問題カード、回答のYes-Noカード、得点の座布団カードは既製品で用意できます。生徒にはこの他ルール解説プリントを配布

6 本時の展開例

時配	学習内容・学習活動	支援(○), 留意点(●), 評価(☆)
導入 10分	◎ クロスロードのルール説明 ①問題カードを読み上げる ②各自賛成か反対のカードを提示し、その根拠も述べる。 ③多数派は『青ざぶ』カード1枚 ③' 全員一致はカード移動なし ③" 4対1では少数者に『金ザブ』 ④『青ザブ』『金ザブ』各1点 ⑤ 10問終了時点でゲーム終了	○班編制(5)班長は事前に決める。 ○地震に関係なくゲーム形式を理解できる例題を出す 例題例) 賞味期限切れの弁当だが、匂いや味も問題なさそうなので食べた。 回答例) No 3人(^{横断} 食中毒、不味) Yes 2人(モッタイイ、大丈夫) カード) Noの人に『青ザブ』各1枚
展開 35分	学習課題 防災ゲーム(クロスロードⅠ) クロスロード ◎ 班単位でクロスロードを開始する。 ・カード① 「避難所の裏でよく仕事をする大学生ボランティア2人がいちゃついている。注意する？」 ・カード② 「大地震で我が家は半壊状態。避難所では風邪が大流行。避難所を出て家に戻る？」 ・カード③ 「避難所で水も食料も持っていない家族が多くいる前で、非常袋を開ける？」 ・カード④ 「津波発生予測中、近所の一人暮らしのおばあさんを見に行く？」 ・カード⑤ 「避難所へ家族同然の飼い犬も一緒に連れて行く」 ・カード⑥～⑩ ◎ 得点集計	●問題カードは先生が読み上げてくださいます。問題はたくさん用意されています。クラスあるいは学年独自に、左欄の問題に加えてあと5問を選んでください。あるいは、独自の10問の方が面白い。 別紙に質問例を印刷しました。 ○班員は発表者の意見に否定的な反応をしないように指示をする。
まとめ 5分	・まとめ	

- 1 単元（題材）名 もしも姉崎高校が避難所になったら
- 2 単元（題材）の目標
防災活動やボランティア活動に積極的に参加し、地域に貢献する気持ちを養う。
- 3 （単元）題材の評価
避難所でのさまざまなトラブルを想定し、いろいろな解決方法や留意点があることを検討できる。
- 4 本時の学習（活動）
 - (1) 本校は指定避難所ではないが、避難所になるような状況を想定し、トラブルにどう対応するか、学校としてあるいは生徒個人としてあらかじめ検討しておく。
 - (2) 避難所運営を自らの問題として考え、様々な意見や価値観を調整し、状況に応じた適切な判断の訓練とする。

5 本時の展開例

時配	学習内容・学習活動	支援（○）、留意点（●）、評価（☆）
導入 5分	1 大震災後、本校の玄関に地域住民が集まり騒然としている。 まず、どうしたらよいだろうか。 ・やむを得ない状況では、公的な機関として収容を拒むことはできない。	○本校は指定避難所ではなく、避難所としての十分な機能は有していない。加えて校舎の耐震性は十分とはいえない。余震で倒壊する可能性もあるので、指定避難場所である周辺の小中学校に行っていただくよう、まずは説明する。 ○指定避難所は近隣住民の数%の収容力しかありません。
展開 40分	学習課題 もしも姉高が避難所になったら 一斉 or 班 or クロスポート形式 2 <想定：姉高が避難所になる> 災害時、避難所で想定されるトラブル解決策を考えてください。 カード① 「避難所に 350 人の方が避難しています。そこにおにぎり 100 個配給されました。どのように配りますか。」 カード② 「避難者が多く、体育館だけでは収容しきれないが、どうする。」 カード③ 「体育館で、些細なことでボランティアと周りの人たちとのけんかが始まった。」 3 避難所運営について考えよう。 ①避難所で生じる問題は何。 ②プライバシーをどのように守る	○クロスポート形式で実施する場合は、カードの質問を以下のような Yes - No 形式に読み替えてください。左①～③以外の質問項目もあります。別紙質問例参照。 カード① Yes 配る？ No 配らない？ (どのように配る・なぜ) カード② Yes 受け入れる？ No 断る？ (学校のどこに・なぜ) カード③ Yes 関わる？ No ほっとく？ (どのように関わるか・なぜ) ○②本校で最も安全な場所は银杏館か。 通路を除いた広さと収容力は 100 人弱 2 F 88 畳 71 人分・1 F 食堂 36 畳 (29) ●避難所での基本的なルールとマナー ①避難者名簿登録をし支援を受ける ②一人あたりの面積は約畳 1 枚分 ③ペットは指定場所で、居住区は禁止 ④外来者は許可なく入れない ⑤食料などは避難所外の人にももらえる。 ⑥飲酒・喫煙は指定場所。たき火厳禁 ⑦防犯面から終夜消灯しない場合あり。
まとめ 5分	・まとめ	

市原市地域防災計画(姉崎地区関連)

防災訓練資料 職員用

<資料編>他

- 防災行政無線(固定系) 明神小・青葉台みどりが丘公園他
- 備蓄庫 姉崎支所・姉崎中
(食料・飲料水・浄水器・炊飯器具・寝具・ちりがみ・包帯・懐中電灯・ブルーシート)
- 避難場所 明神小・青葉台小・姉崎小・姉崎中・姉崎東中(約 9500 名収容)
(宿泊可能施設有・広スペース・耐災害性比較的優れている・公共施設・情報伝達利便)
- 避難収容施設 姉崎公民館(180 名) その他避難場所学校の体育館・格技場等
(避難有効面積算定基準 : 屋内 = $4 \text{ m}^2/\text{人}$ 屋外 = $8 \text{ m}^2/\text{人}$)
- 救護所 姉崎公民館
- 医療施設一覧 別掲

<対策編>

- 想定地震と被害想定 東京湾北部地震 M 7.3 震度 6 強～弱 液状化可能性大きい
- 児童・生徒の避難 (登下校中) 安全な場所に避難して動かないことを指導。職員は総力をあげて学区内巡視、安全な場所に誘導。
(在校中) 初期避難は頭部の保護を優先。揺れが収まった後、生徒の安全確認を行い、安全な場所に避難誘導する。前後に二次災害の危険性のある場所の点検を行う。地域住民が避難してくることも考えられるが、生徒の安全確保と救出及び救護を優先させる。
(在宅中) 生徒は自宅待機。職員出勤可能・出勤不能考慮。学区内居住職員・町会関係者連携で避難体制確立。
- 避難場所等の開設 ①必要が生じた場合、学校、集会所、公民館、その他公共施設で避難所を開設するが、収容能力不足時は、野外にテントまたは応急仮設住宅を設置し対応する。
②職員は被災時施設状況把握。応急復旧マニュアルの周知徹底
③運営マニュアル(県→市→避難所)
- 帰宅困難・滞留者対策 夏の正午東京湾北部地震発生で 1 都 3 県 650 万人。基本対策は、一斉帰宅削減・安否確認システム活用・徒歩帰宅支援や搬送(想定される事態)
①登下校中の群衆心理による混乱
②被害情報不足、交通・帰宅経路混乱や飲料水・トイレ不足
③安否確認混乱 通信機能マヒによる本部機能支障
④滞留の場合、飲料水・食料・毛布の備蓄が無い場合の混乱(対策)
①むやみに移動を開始しない
②交通機関運行状況行政情報・安否確認(災害用伝言ダイヤル＝学校代表・災害用伝言板サービス＝各人携帯電話より等)
③帰宅支援(代替え輸送・コンビニやGSで飲料水・トイレ)
- 東海地震警戒宣言対応 生徒の安全を確保すると共に学校施設の保全を図るために
①警戒宣言発令後、状況に応じて下校措置をとる
②通学路の安全を確認した後集団下校か保護者に来校依頼
③学校に残留する生徒の人数をあらかじめ把握する
④家庭への連絡は、通信不能事態を考慮し迅速的確な手段を
⑤防災上急務となる施設・設備への措置
⑥職員はあらかじめ計画された分掌により迅速適切な行動を
⑦地域の関係機関・団体との連絡を密に

もしも、歩いて家に帰るとしたら。

年 組 番 氏 名

震度5弱程度の地震が発生すると、各鉄道会社は安全確認のため運転を中止します。学校から自宅に帰れなくなる可能性があります。(東日本大震災時の千葉市は震度5強。)道路の寸断や橋の落下、火事等二次災害の危険性もあります。帰宅困難者はもちろん、そうでない人も、交通事情の安全確認が取れるまで学校に残留することが基本です。

さて、ハザードマップ作成のため、帰宅困難の度合いを客観的に評価するためにも歩いて帰宅する際の道順や所要時間を地図プリントを利用して確認して下さい。

自転車通学の人も歩く設定とします。

< 2012 防災訓練資料 >

手順 ①地図プリント「市原」の○印で姉崎高の位置を確認して下さい。

②自宅を地図上で探し★印をつけて下さい。

・自宅がこの地図にない場合、五井・千葉方面の人は地図プリント「千葉」を、袖ヶ浦・木更津・君津・富津方面の人は地図プリント「木更津・富津」を担当の先生からもらってください。

・「市原」と「千葉」の地図は南北に●で合わせるとつながります。「市原」と「木更津・富津」は東西に●で合わせるとつながります。

③学校から自宅までの帰路を赤い線で示して下さい。

④帰路の距離は、およそ、何 km ですか。

地図左上の距離ものさし(地図は1/5万なので、500mが地図では1cm)を参照。

⑤所用時間は、およそ、何時間何分ですか。(普段、自転車の人は4~5倍かかります。) ゆっくり歩く速度は、4 km/hです。

例: 距離が10kmなら→ $10 \div 4 = 2.5$ ・・・2時間30分となります。

学校から自宅まで()kmあり、歩くと約()時間()分かかります。

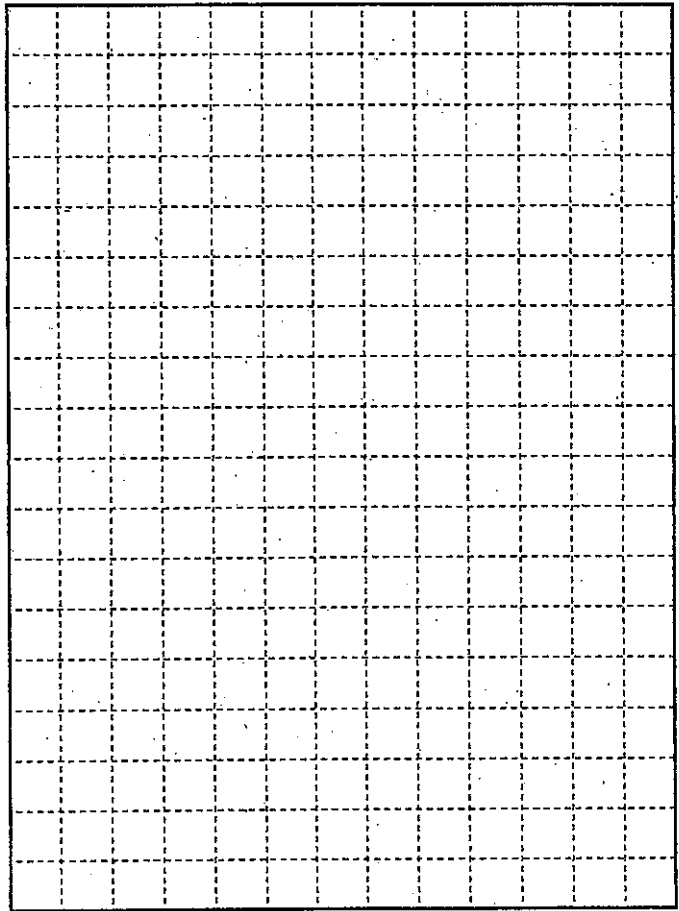
時間が余った人は本日の避難訓練やDVD映像の感想を書いて下さい。

本日の目標：

＜平面図をかく手順＞

- 1 まず、部屋全体を大きく見回そう。
- 2 部屋の壁の長さは縦横どれくらい。およそ何mですか。
ヒント：出入り口のドアや戸、サッシの幅はおおよそ 1 m (90cm) です。壁は、およそ 1 m × 2 m (90 × 180cm)。ドアの幅の何倍くらいというふうに考える。方眼紙のマス目 1 つを 0.5m として考えて書いて下さい。
- 3 はじめに、四方の壁をぐるっと薄い線でかく。
- 4 そして、部屋の出入り口と窓を残して、太くかく。ほら、壁がかけた。ここまでできたら簡単！次にガス台や流し台の場所を書き加えよう。
ガス台の幅はいろいろだけど、奥行きは 60cm くらい。
- 5 次に冷蔵庫をかく！ だいたい 60cm × 60cm くらい。
- 6 次に食器棚をかく！ だいたい 90cm × 40cm くらい
- 7 次に食事をするテーブルと座るところをかこう。座るところは○印で。
- 8 「ドア」「窓」「冷蔵庫」「食器棚」「テーブル」と名前をかいたら、完成！

部屋の平面図



＜危険予想イメージ図＞

地震が起きたときのイメージを、部屋の平面図にできるだけ正確に書こう。

- ①揺れると動いたり転倒してしまふようなものは何？
矢印（→）で動きをかこう
- ②火元になるところは（★）印
- ③揺れると物が落ちたり飛び出したりしそう（▲）印
- ④自分の位置を●で示し、どこに移動すべきか（---）印
- ⑤他の人の位置を○で示し、行動を予測しよう（---）印

＜演習の感想＞

＜どうすれば危険度が減りますか＞

＜自分の寝る部屋の危険度はどう？＞

非常用持出袋の中身を考えよう

LHR 防災授業 No2

本日の目標：

- 1 非常用持出袋に5つ入れられるとしたら何を持っていきますか。

①
②
③
④
⑤

- 2 「なぜ、それを持っていくのか」を考えながら、グループ全員でえらんだものと意見が分かれたものを書き出してみよう。

— <全員が選んだもの> —

--

— <意見が分かれたもの> —

--

- 3 話し合いを通じて決めた非常用持出袋の中身は何ですか？

① ② ③ ④ ⑤

- 4 他の班長からの発表で、これは、ぜひ我が家の非常用持出袋の中にも入れておきたい物があったらメモしておこう。

--

- 5 3と4の欄で選んだ物を、標準的な非常用持出品と非常用備蓄品とに区別しよう。地震直後に緊急持ち出しする『非常用持出品』ではなく、避難所に行く時に持っていく『非常用備蓄品』として考えるほうがよい物を（ ）で囲みなさい。

* 千葉県の推奨する非常用持ち出し袋の中身をメモしよう。

--

年 組 番 氏名

本日の目標:

1 設定と質問

「休日家族がバラバラの時に、
震度6強の地震が起きた。
どうしたら家族に会えるだろうか。」

①『171』を利用 携帯電話から 公衆電話から (無料)

・

・

・

・

5 家族との連絡手段は他にどのようなものがありますか。

6 災害が起こった時に戸惑わないよう、事前にできる自助 (自分の命を守る) を
がちりとりしておこう。例えば、どんなことができますか。

① 家の中の安全対策 (家具の固定、配置の工夫、飛散防止フィルム)

・

・

・

・

* 県の防災資料より

2 『171』の災害伝言ダイヤルを知っていますか。 { Yes • No }

『171』は災害時に使える NTT のサービスです。以下に要領を示します。

その時私はどこにいて、どこへ行く

LHR 防災授業 No4

本日の目標:

- 地震は時と場所を選ばずに起こるもの。「どこにいるか」確率的に計算してみよう。確率1%は年合計で88時間(4日弱)です。毎日平均1時間は確率4%となります。通学時間や放課後の滞在は、登校日数を補正して1時間平均が約2%にあたります。

1年間の日数・時数	合計(365日)(8760時間)	100%
学校滞在	合計(195日)(1200時間)	13.7%
部活動・放課後滞在	日平均(時間) × 2% →	()%
学校へ家	日平均(時間) × 2% →	()%
学校と関連する時間	小計)	()%
外出(遊び・塾・習い事)	登校日平均(時間) A	
	休日・休業日平均(時間) B	
日平均 = (A + B) ÷ 2 = (時間) × 4% →		()%
家にいる時間	100 - (C + D) =	()%
(寝ている時間 日平均(時間) × 4% = ()%)		

◎ 地震が起こったとき、どこにいる確率が最も高いですか? ()

- 地震直後は安全な場所に移動する(一次避難)のが基本です。その後どこに行く、あるいはどうすべきでしょうか。被災場所ごとに考えてみよう。

被災場所				
二次避難場所 or 対応				

* 最も対応が難しそうなのはどのような状況でしょうか?

3

地震が発生すると各鉄道会社は安全確認のため運転を中止します。学校にいる場合、普段通り自宅に帰れなくなります。近くの人でも、道路の寸断や橋の落下、火事等の二次災害の危険性があるので、安全確認が取れるまで学校に残留することになるかもしれません。

歩いて帰宅する想定で学校から家までの道順や所要時間を確認して下さい。地図プリントを利用すると、帰宅困難の度合いが具体的にわかります。

手順 ① 地図プリント「市原」の○印で姉崎高の位置を確認して下さい。

② 自宅を地図上で探し赤★印をつけて下さい。

・自宅がこの地図にない場合、五井・千葉方面の人は地図プリント「千葉」を、袖ヶ浦・木更津・君津・富津方面の人は地図プリント「木更津・富津」を、担任の先生からもって下さい。

・「市原」と「千葉」の地図は南北に●で合わせるとつながります。「市原」と「木更津・富津」の地図は東西に●で合わせるとつながります。

③ 学校へ家の経路を赤い線で示し、その経路を考えた理由を余白に書きとめよう。

④ 帰路の距離は、およそ、何kmですか。

地図左上の距離ものさし参照(地図は1/5万なので、地図で1cmは実際の500m)ただし、君津市街や富津市は地図の縮尺比率が違っているので、1cmは1kmになる。

⑤ 所用時間は、およそ、何時間何分ですか。(筆算、自転車の人は4~5倍かかります) ゆっくり歩く速度は、4km/hです。

例: 距離が10kmなら $10 \div 4 = 2.5 \dots 2$ 時間30分となります。

作業の結果 * H23の1・3学年は、平均距離7km弱、平均時間2h弱でした。

学校から自宅まで()kmあり、歩くと約()時間()分かかります。

- 【Myハザードマップ】先ほど利用した地図中に、大震災が起こったときの不安要因を書き込んでみよう。

こんな時どうしますか

LHR 防災授業 No5

本日の目標：

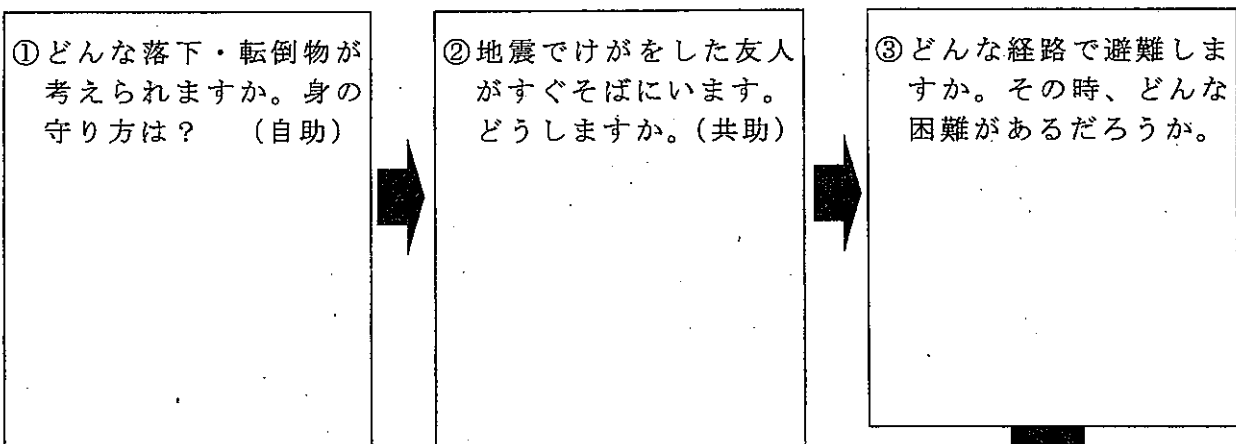
- 1 昼休み 13:06 に震度 6 強の地震が起きた。被害状況とその影響を予測してみましょう。

・校舎の中	
・校舎の周り	
・電気や水	
・その他の影響	

- 2 あなたは、その時、どの場所にいると思いますか。最初に何をしますか。

いる場所予想	・教室 ・廊下 ・図書館 ・体育館 ・その他 ()
最初にすること	

- 3 それでは、災害時とその後の避難を想定し、次のことを話し合ってみましょう。



④どこに避難しますか。

- * 災害に強い学校作りのために、普段からどのようなことを決めておいたり、準備しておいたらよいですか？

○教室の中	○先生がそばにいない時	○一人の時

年 組 番 氏名

本日の目標：

○ワークショップとは

積極的な意見交換や協働体験を通じて、実践的な知識・技術を学び取る参加体験型のグループ学習のこと。問題解決や合意形成の場として近年広く用いられるようになった。

<防災ワークショップ例>

- ・班編制 5 名程度、司会 1 名
- ・各人にポストイット（付箋）を 20 枚程度用意する。A3 判の紙を各班に 1 枚
- ・質問に対する回答をポストイットに書く。
- ・一人ずつ各質問の答えをその理由とともに発表。参加者全員で自由に討論する。
- ・A3 紙にポストイットを張る。同じ答えは近くにポストイットを貼るようにする。
- ・各質問に対するポストイットを整頓し、班発表に備える。

全員参加で災害時の対応を考え、災害に強いコミュニティ作りを目指しましょう。
自由討論を通じて、防災意識を掘り起こしましょう

質問① 「深夜 3 時、家にいるとき地震にあった。その時、あなたはどんな行動をとりますか。」

質問② 「地震発生から 3 時間まで、何をしますか。」

質問③ 「避難指示の後、家を出る前になにをしますか。」

質問④ 「避難所に持っていく物は何ですか。」

本日の目標：

○ワークショップとは

積極的な意見交換や協働体験を通じて、実践的な知識・技術を学び取る参加体験型のグループ学習のこと。問題解決や合意形成の場として近年広く用いられるようになった。

<防災ワークショップ例>

- ・ 班編制 5 名程度、司会 1 名
- ・ 各人にポストイト（付箋）を 20 枚程度用意する。A3 判の紙を各班に 1 枚
- ・ 質問に対する回答をポストイトに書く。
- ・ 一人ずつ各質問の答えをその理由とともに発表。参加者全員で自由に討論する。
- ・ A3 紙にポストイトを張る。同じ答えは近くにポストイトを貼るようにする。
- ・ 各質問に対するポストイトを整頓し、班発表に備える。

全員参加で災害時の対応を考え、災害に強いコミュニティ作りを目指しましょう。
自由討論を通じて、防災意識を掘り起こしましょう

質問① 「家にいるとき地震にあい、避難指示が出た。避難所は近くの小学校です。
さて、あなたは避難所に何を持っていますか。」

質問② 「避難所に向かう前に、家で何をしていますか。」

質問③ 「避難指示で自分にできる役割は何ですか。」

質問④ 「気持ちよく避難所生活を送るための心がけは何ですか。」

年 組 番 氏名

クロスロードの目的

災害への対応を自らの問題として考え・意思表示することで、参加者同士がさまざまな意見や価値観があることを知る。

＊クロスロードの由来：「クロスロード」は、英語で「岐路」、「分かれ道」を示す言葉です。震災対応は、ジレンマ（＝相反する事の板挟みになってどちらとも決められない状態）を伴う重大な決断の連続です。'95の阪神大震災の際、神戸市職員は難しい状況判断の中で対応を迫られましたが、この時の貴重な体験を素材として クロスロード・ゲーム（既製品）は作成されました。

◎ゲームの概要

<用意するもの>

- ・問題カード （各班 or 学級に 10 枚）
- ・イエス・カード 各人に 1 枚
- ・ノー・カード //
- ・ルール解説用紙 //
- ・座布団カード （班員の前に積む）

<会場レイアウト>

①問題カードを読む。

②自分の意見を決める。

イエス・ノーカードを選び、ふせたまま出す。

③一斉にカードをオープンする。

④（座布団獲得）

多数派の意見だった人は青座布団 1 枚を取る。

ただし、少数派でも意見がただ一人だった

場合は、逆に少数派の 1 名が金座布団を取る。

問題文カード 10 枚程度で繰り返し

ゲーム 1 セット分とします。

高校生等防災教育基礎講座 アンケート

今年3月の東日本大震災は、平日の午後に起きました。災害は、いつ襲ってくるかわかりません。大地震、津波や、台風などの自然現象は、人間の力で止めることはできませんが、災害の発生は、みなさんの意識により減らすことが可能です。

防災に関することと本日の講座について質問しますので、回答してください。

1 あなたの家庭では、寝ているときに地震が起こった場合、体の上にもものが倒れてきたり落ちてきたりする危険はありますか？

- A 家具は固定しており、安全である。
- B 家具は固定しておらず、危険がある。
- C ものが倒れたり落ちたりしても安全な場所で寝ている。

回 答

2 東日本大震災の起きた当日は、各交通機関が止まり、遠くから通学している方は帰宅が困難になりました。また、電話も通話が集中し、つながらなくなりました。家族と離れている時に災害が起きた場合、集合場所や連絡方法を決めていますか？

- A 集合場所も連絡方法も、どちらも決めている。
- B 集合場所も連絡方法も、どちらも特に決めていない。
- C 集合場所か連絡方法の、どちらかだけを決めている。

回 答

3 東日本大震災のように、大災害時にあなたの家庭が被災するように、自治体も被災し、すぐには公的機関からの救援が望めない場合があります。あなたのご家庭では、災害に備えて水や食糧などの非常品を用意していますか？

- A 用意している。
- B 用意していない。
- C わからない。

回 答

4 あなたは、東日本大震災が起きる前と後をくらべて、自分の住んでいる地域で大地震や風水害が起こるのではないかという気持ちに変化がありましたか。

- A 変わった（不安が強くなった）
- B 変わった（不安が弱くなった）
- C 変わらない（以前から不安が強い）
- D 変わらない（以前から不安はあまりない）

回 答

5 本日の講座についての感想や、東日本大震災後にあなたが感じたことを書いてください。

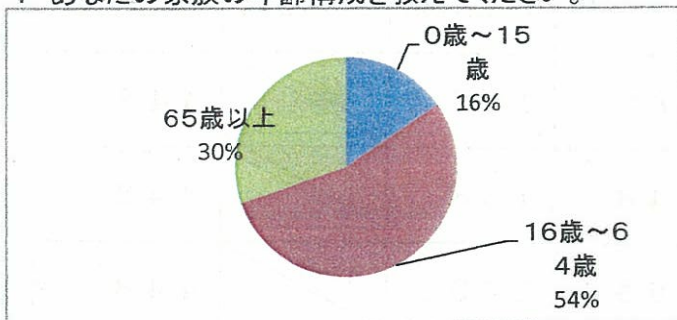
質問は、以上です。ご協力ありがとうございました。

高校生等防災教育基礎講座アンケート結果

	A 回答数	B 回答数	C 回答数	D 回答数	全回答数
設問 1	6 8	1 8 2	1 9 8		4 4 8
設問 2	6 2	2 4 8	1 3 8		4 4 8
設問 3	1 4 5	1 6 3	1 4 0		4 4 8
設問 4	2 5 5	2 9	4 8	1 1 6	4 4 8
設問 5 (自由記載のうち 一部を転記)	・今日の講演を通して自助・共助・公助の大切さが分かった。 ・自分に何が出来るか考えるようになりました。				
	・地震で生活環境が簡単に変わってしまうことが分かった。 ・自分でも出来る備えをきちんとしようと思った。				
	・災害が発生したときに、助け合いが出来るように思いやりの心を持ちたいと思った。 ・16年前の阪神淡路大震災のことについてよく分かった。				
	・東日本大震災を他人事ではなく、自分の身に置き換えて考えることが出来た。 ・大災害が起きたときは、共に助け合うことが大事だと分かった。				
	・自助・共助の担い手になるには、自分で事前の準備や訓練が必要と思った。 ・自分も、いざという時に少しでも力になりたいと思った。				
	・今回の講座で、いざ地震があったときのために家族で集合場所や連絡方法を決めておこうと思った。 ・今回の東日本大震災が、とても大きな被害になったことが分かり、とてもショックでした。				
	・災害が起こる前に行動することが大切だと思った。 ・大震災の時には、冷静な判断がしにくくなることが分かった。				
	・近所の人を助けるという事は、今まで考えたことがなかったから、凄くためになった。 ・ボランティアなど自分たちにも出来ることがあると思った。				
	・地震の被災者にもかかわらず、自分も苦しいのに他の人を助けているのを見て、凄く感動しました。 ・テレビだけでは伝えきれないほど、凄い地震だったことが改めて分かった。				
	・災害が起こる前に準備をし、助ける側に回れるようにしたい。 ・地震は怖いと改めて実感した。				

千葉県立姉崎高等学校防災教育に関わるアンケート集計表(地域)

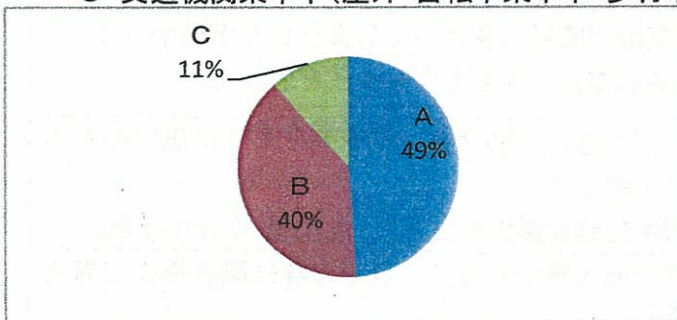
1 あなたの家族の年齢構成を教えてください。



2 平成23年3月11日(金)14時46分 東日本大震災が発生したときあなたは、どのような行動をとりましたか。(該当する一つを答えて下さい)

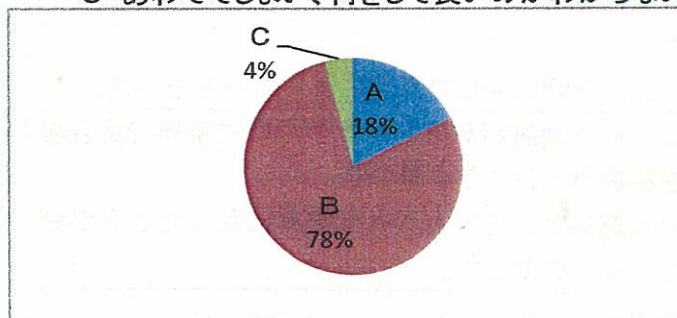
(1) 地震発生時、あなたはどこにいましたか。

- A 自宅
- B 自宅以外の建物の中
- C 交通機関乗車中(屋外・自転車乗車中・歩行中を含む)



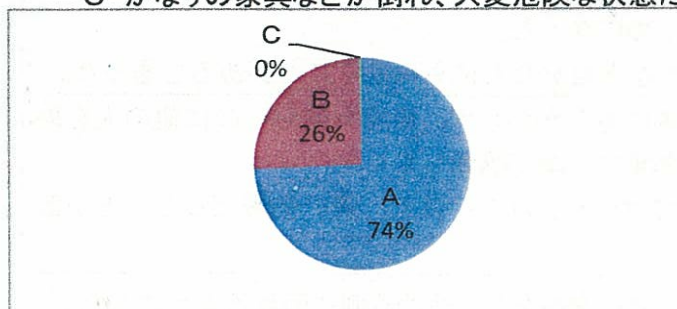
(2) 地震発生時、あなたはどのような行動をとりましたか。

- A 自分の身を守るため急いで安全な場所に逃げた。
- B 揺れがおさまるまでその場で身の安全の確保に努めた。
- C あわててしまい、何をして良いのかわからないでいた。



(3) 今回の地震発生時に家の中の状態はどうでしたか。

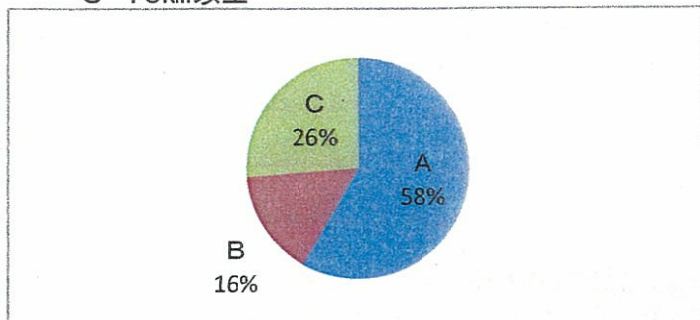
- A ほとんどの家具などは倒れず、特に問題はなかった。
- B 一部の家具などが倒れたり、本などが少し落ちたが大きな問題はなかった。
- C かなりの家具などが倒れ、大変危険な状態だった。



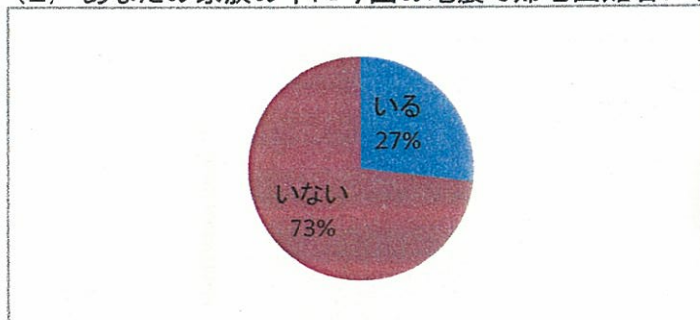
- 3 今回のような大地震により大規模災害が発生すると、各交通機関が機能しなくなり、遠くに通勤・通学している方などは帰ることが困難になります。特に会社・学校・外出先等から自宅まで20km以上離れている人たちを帰宅困難者と言います。
(以下該当する一つを答えて下さい)

(1) あなたは、今回の地震発生時に自宅から約何km離れたところにいましたか。

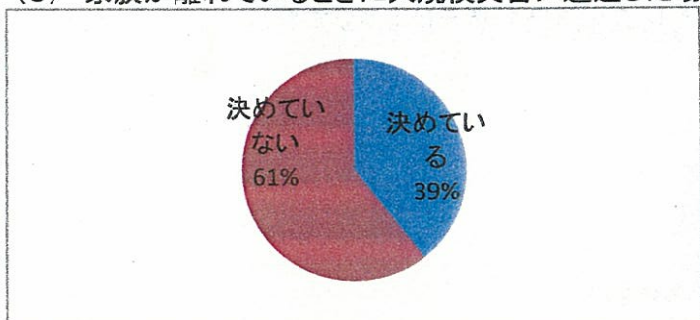
- A 0km～3km
B 4km～10km
C 10km以上



(2) あなたの家族の中に今回の地震で帰宅困難者になった人はいますか。

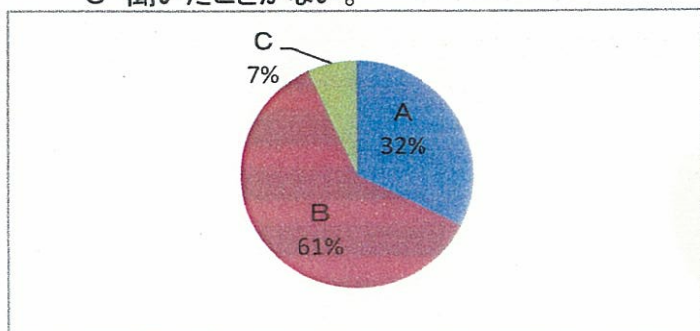


(3) 家族が離れているときに大規模災害に遭遇した場合、集合場所や連絡方法を決めていますか。



(4) 家族との連絡方法として、NTT等による災害伝言ダイヤルや携帯電話の災害伝言サービスといったものがありますが、このことを知っていますか。

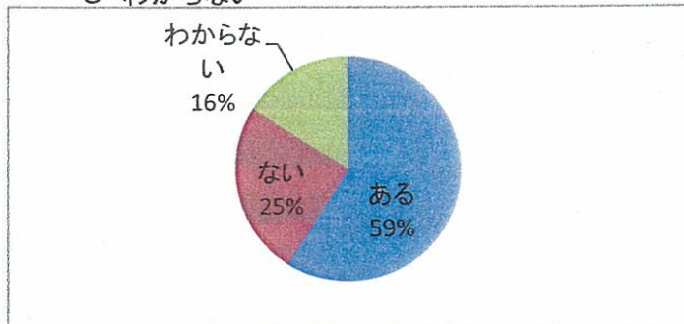
- A 使い方を知っている。
B 聞いたことはあるが、使い方は知らない。
C 聞いたことがない。



4 大規模災害発生時には、自治体も被災し、すぐには行政の助けが行えない場合がありますので、自分たちの命は自分で守るように準備する必要があります。

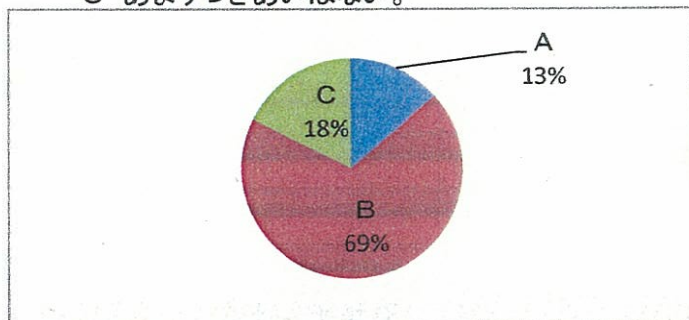
(1) あなた自身を含め、あなたの近所に普段一人暮らしの家庭はありますか。

- A ある
- B ない
- C わからない

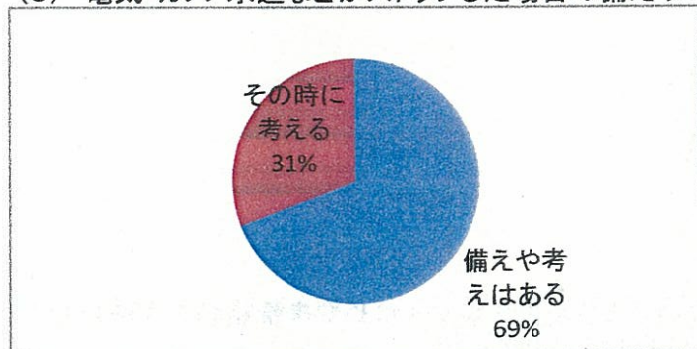


(2) あなたの家庭の、普段近所づきあいはどうですか。

- A 普段から近所づきあいは活発である。
- B 普通である。
- C あまりつきあいはない。

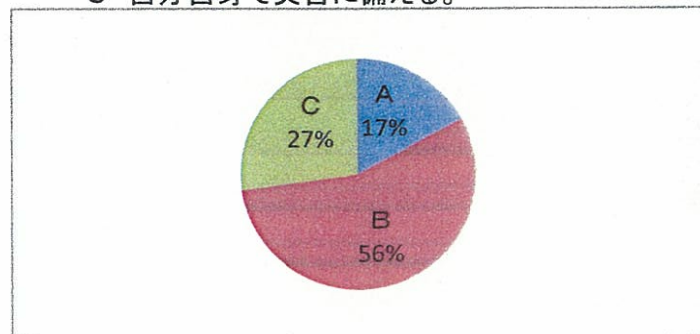


(3) 電気・ガス・水道などがストップした場合の備えや考えはありますか。



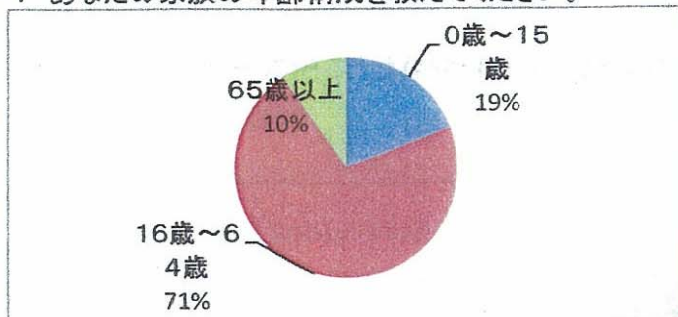
(4) 大規模災害発生時の備えで最も大切なことは、どのようなことだと思いますか。

- A 行政・消防などの公的機関を強化する。
- B 地域の連携などを強化して地域ぐるみで災害に備える。
- C 自分自身で災害に備える。



千葉県立姉崎高等学校防災教育に関わるアンケート集計表(生徒)

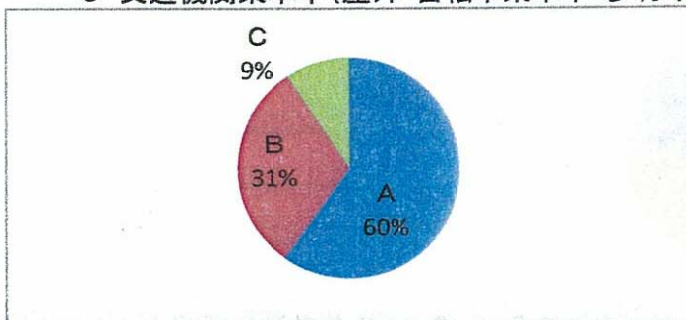
1 あなたの家族の年齢構成を教えてください。



2 平成23年3月11日(金)14時46分 東日本大震災が発生したときあなたは、どのような行動をとりましたか。(該当する一つを答えて下さい)

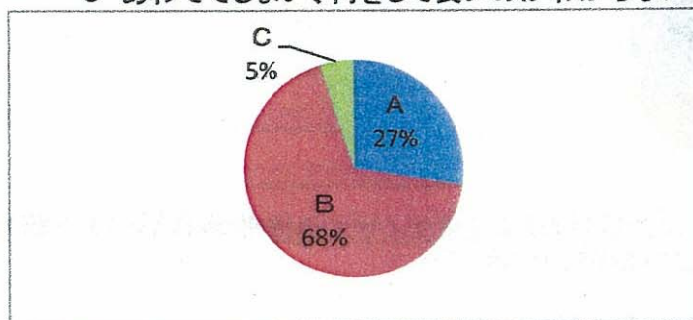
(1) 地震発生時、あなたはどこにいましたか。

- A 自宅
- B 自宅以外の建物の中
- C 交通機関乗車中(屋外・自転車乗車中・歩行中を含む)



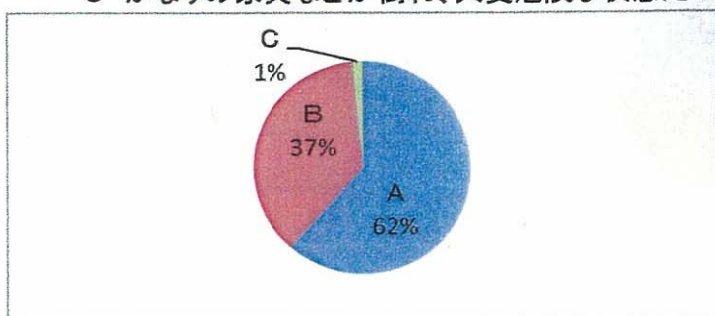
(2) 地震発生時、あなたはどのような行動をとりましたか。

- A 自分の身を守るため急いで安全な場所に逃げた。
- B 揺れがおさまるまでその場で身の安全の確保に努めた。
- C あわててしまい、何をして良いのかわからなかった。



(3) 今回の地震発生時に家の中の状態はどうでしたか。

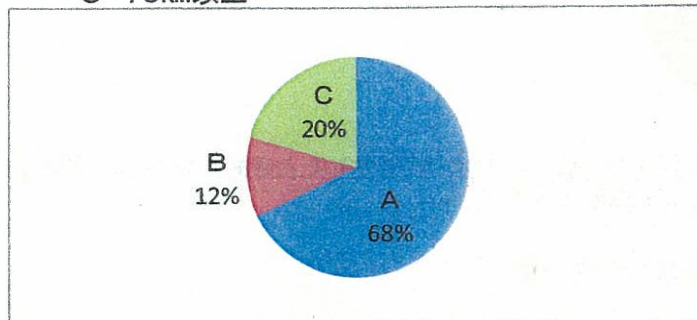
- A ほとんどの家具などは倒れず、特に問題はなかった。
- B 一部の家具などが倒れたり、本などが少し落ちたが大きな問題はなかった。
- C かなりの家具などが倒れ、大変危険な状態だった。



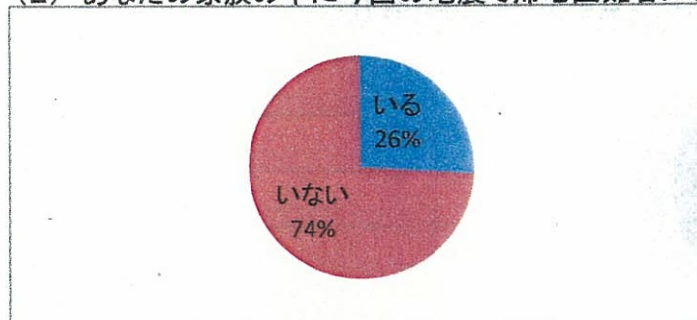
- 3 今回のような大地震により大規模災害が発生すると、各交通機関が機能しなくなり、遠くに通勤・通学している方などは帰ることが困難になります。特に会社・学校・外出先等から自宅まで20km以上離れている人たちの帰宅困難者と言います。
(以下該当する一つを答えて下さい)

(1) あなたは、今回の地震発生時に自宅から約何km離れたところにいましたか。

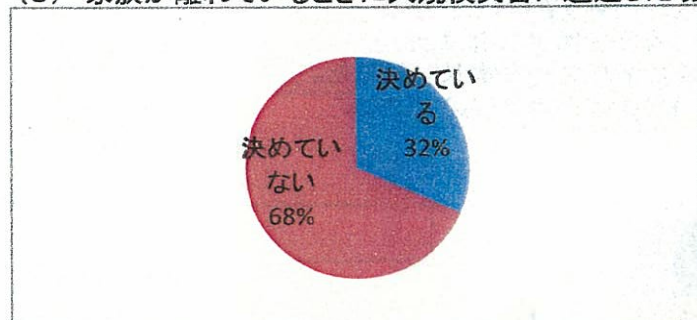
- A 0km～3km
B 4km～10km
C 10km以上



(2) あなたの家族の中に今回の地震で帰宅困難者になった人はいますか。

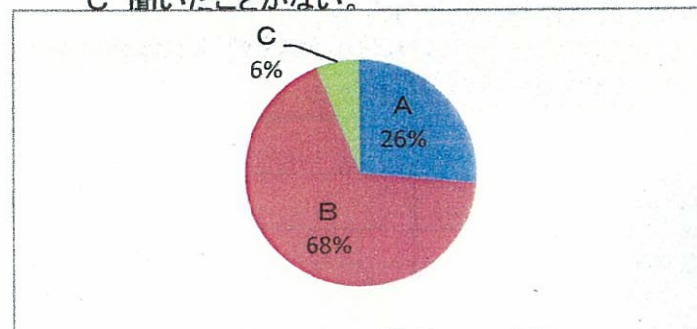


(3) 家族が離れているときに大規模災害に遭遇した場合、集合場所や連絡方法を決めていますか。



(4) 家族との連絡方法として、NTT等による災害伝言ダイヤルや携帯電話の災害伝言サービスといったものがありますが、このことを知っていますか。

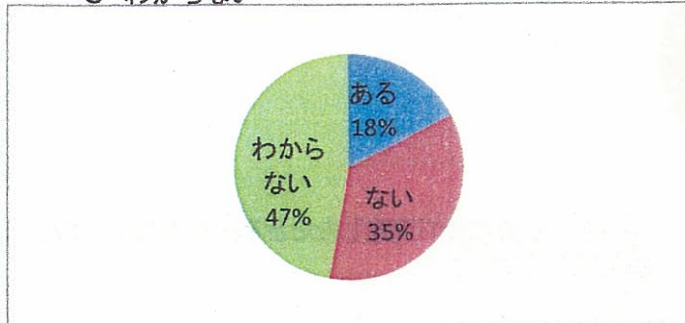
- A 使い方を知っている。
B 聞いたことはあるが、使い方は知らない。
C 聞いたことがない。



4 大規模災害発生時には、自治体も被災し、すぐには行政の助けが行えない場合がありますので、自分たちの命は自分で守るように準備する必要があります。

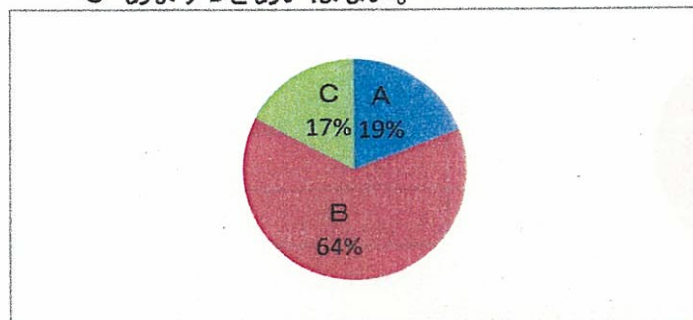
(1) あなた自身を含め、あなたの近所に普段一人暮らしの家庭はありますか。

- A ある
- B ない
- C わからない

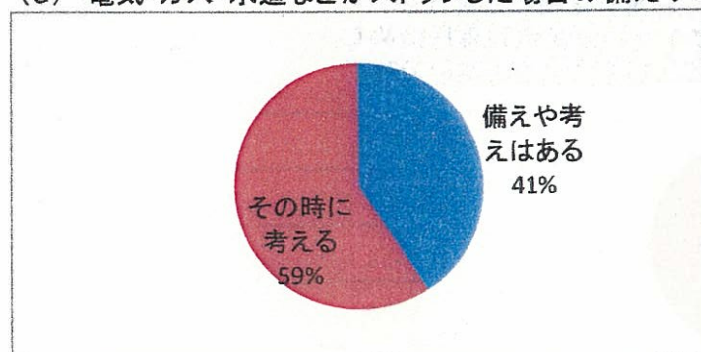


(2) あなたの家庭の、普段近所づきあいはどうですか。

- A 普段から近所づきあいは活発である。
- B 普通である。
- C あまりつきあいはない。

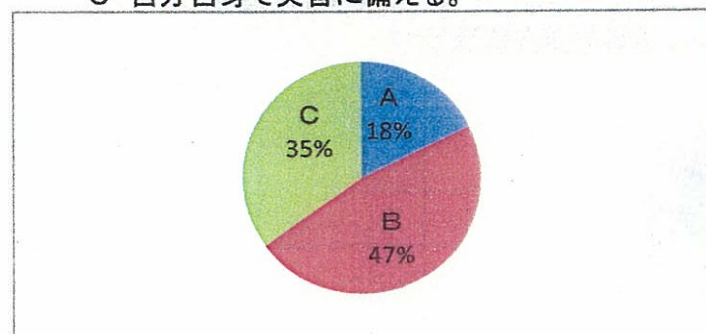


(3) 電気・ガス・水道などがストップした場合の備えや考えはありますか。



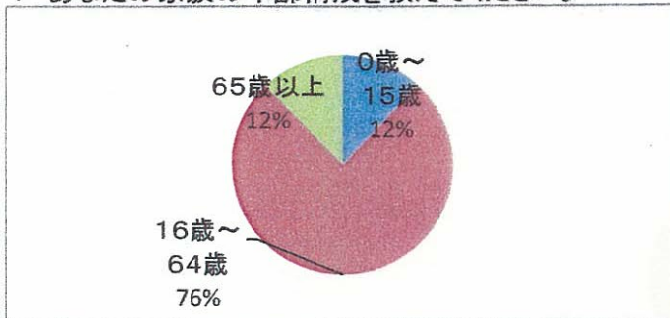
(4) 大規模災害発生時の備えで最も大切なことは、どのようなことだと思いますか。

- A 行政・消防などの公的機関を強化する。
- B 地域の連携などを強化して地域ぐるみで災害に備える。
- C 自分自身で災害に備える。



千葉県立姉崎高等学校防災教育に関わるアンケート集計表(職員)

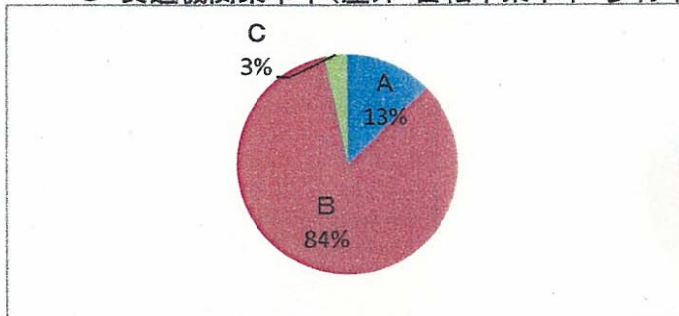
1 あなたの家族の年齢構成を教えてください。



2 平成23年3月11日(金)14時46分 東日本大震災が発生したときあなたは、どのような行動をとりましたか。(該当する一つを答えて下さい)

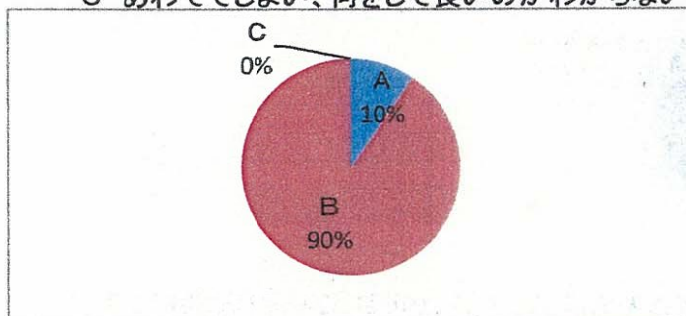
(1) 地震発生時、あなたはどこにいましたか。

- A 自宅
- B 自宅以外の建物の中
- C 交通機関乗車中(屋外・自転車乗車中・歩行中を含む)



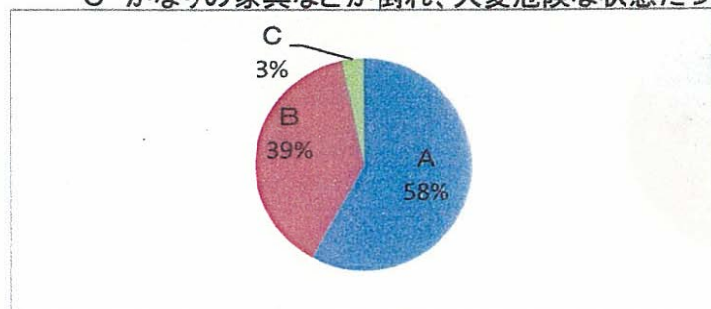
(2) 地震発生時、あなたはどのような行動をとりましたか。

- A 自分の身を守るため急いで安全な場所に逃げた。
- B 揺れがおさまるまでその場で身の安全の確保に努めた。
- C あわててしまい、何をして良いのかわからないでいた。



(3) 今回の地震発生時に家の中の状態はどうでしたか。

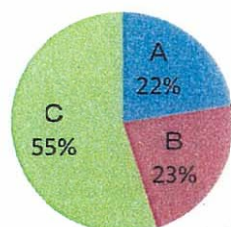
- A ほとんどの家具などは倒れず、特に問題はなかった。
- B 一部の家具などが倒れたり、本などが少し落ちたが大きな問題はなかった。
- C かなりの家具などが倒れ、大変危険な状態だった。



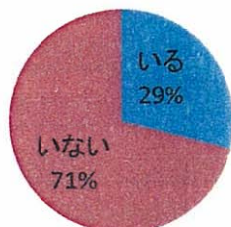
- 3 今回のような大地震により大規模災害が発生すると、各交通機関が機能しなくなり、遠くに通勤・通学している方などは帰ることが困難になります。特に会社・学校・外出先等から自宅まで20km以上離れている人たちの帰宅困難者と言います。
(以下該当する一つを答えて下さい)

(1) あなたは、今回の地震発生時に自宅から約何km離れたところにいましたか。

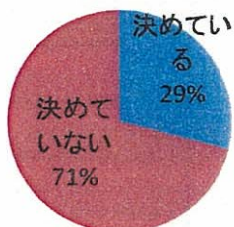
- A 0km～3km
B 4km～10km
C 10km以上



(2) あなたの家族の中に今回の地震で帰宅困難者になった人はいますか。

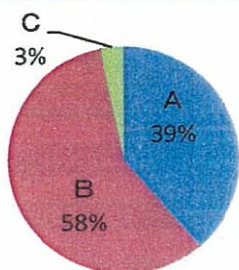


(3) 家族が離れているときに大規模災害に遭遇した場合、集合場所や連絡方法を決めていますか。



(4) 家族との連絡方法として、NTT等による災害伝言ダイヤルや携帯電話の災害伝言サービスといったものがありますが、このことを知っていますか。

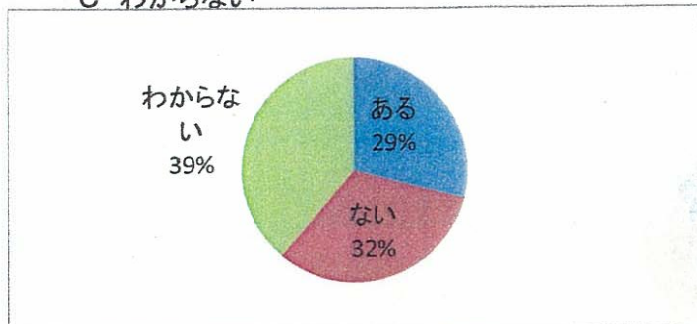
- A 使い方を知っている。
B 聞いたことはあるが、使い方は知らない。
C 聞いたことがない。



4 大規模災害発生時には、自治体も被災し、すぐには行政の助けが行えない場合がありますので、自分たちの命は自分で守るように準備する必要があります。

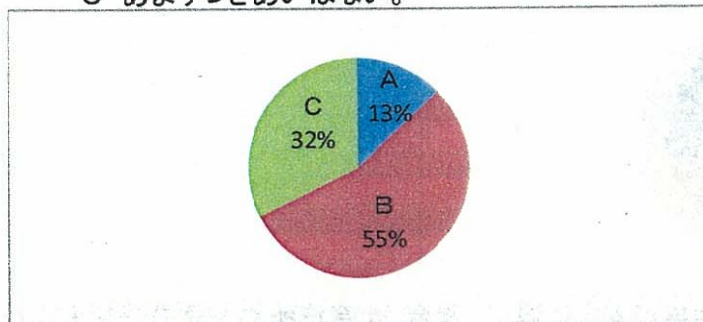
(1) あなた自身を含め、あなたの近所に普段一人暮らしの家庭はありますか。

- A ある
- B ない
- C わからない

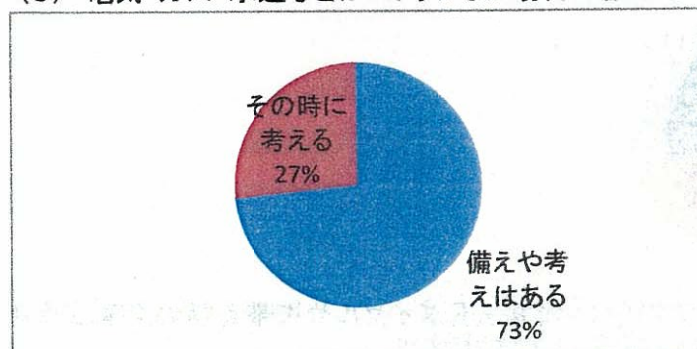


(2) あなたの家庭の、普段近所づきあいはどうですか。

- A 普段から近所づきあいは活発である。
- B 普通である。
- C あまりつきあいはない。

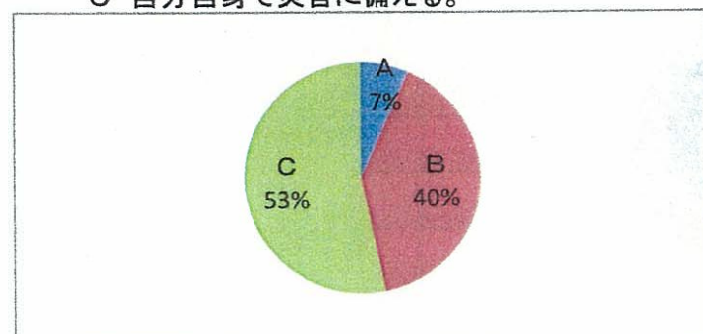


(3) 電気・ガス・水道などがストップした場合の備えや考えはありますか。



(4) 大規模災害発生時の備えで最も大切なことは、どのようなことだと思いますか。

- A 行政・消防などの公的機関を強化する。
- B 地域の連携などを強化して地域ぐるみで災害に備える。
- C 自分自身で災害に備える。



地震！その時の行動

地震時の行動

ガラスときたら身の安全

- 地震の時は、まず身の安全をはかり、揺れがおさまるまで様子を見よう。



地震直後の対応

落ち着いて 火の元確認 初期消火

- 火を使っている時は、揺れがおさまってから、あわてず火の始末をする。
- 出火した時は、落ち着いて消火する。



地震直後の対応

あわてた行動 ケガのもと

- 屋内で転倒・落下した家具やガラスの破片などに注意する。



地震直後の対応

窓や戸を開け 出口を確保！

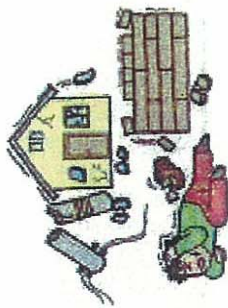
- 揺れがおさまった時に、避難できるように出口を確保する。



地震直後の対応

落下物 あわてて外に飛び出さない！

- 瓦や窓ガラス、看板などが落ちてくるので注意する。



地震直後の対応

門や扉には 近寄らない！

- 屋外で揺れを感じたら、ブロック塀などには近寄らない。



地震後の対応

正しい情報 確かな行動！

- ラジオやテレビ、消防署、行政などから正しい情報を得る。



地震後の対応

確かめ合おう わが家の安全 隣の安否！

- わが家の安全を確認後、近隣の安否を確認する。



地震後の対応

協力しあって救出・救護！

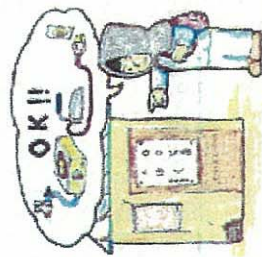
- 倒壊家屋や転倒家具などの下敷きになっている人を近隣で協力して、救出・救護する。



地震後の対応

避難の前に安全確認 電気・ガス

- 避難が必要な時には、ブレーカーを切って、ガスの元栓を締めて避難する。



① 家具類の転倒・落下防止を
しておこう！

- ・家具やテレビ、パソコンなどを固定し、転倒落下防止措置をしておく。



② ケガの防止対策を
しておこう！

- ・災害に備えてスリッパやスニーカーなどを枕元に準備しておく。
- ・停電に備えて懐中電灯をすぐ使える場所に置いておく。
- ・食器棚や窓ガラスなどにははがら飛散防止措置をしておく。



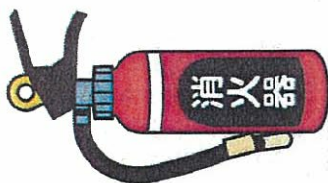
③ 家屋や塀の強度を
確認しておこう！

- ・家屋の耐震診断を受け、必要な補強をしておく。
- ・ブロックやコンクリートの塀は、倒れないように補強しておく。



④ 消火の備えを
しておこう！

- ・火災の発生に備えて消火器の準備や風呂の水のくみ置きをしておく。



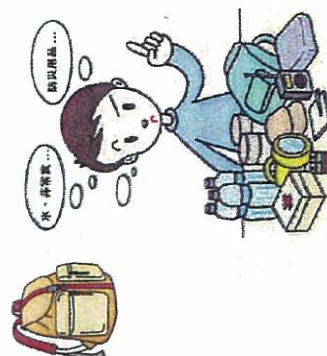
⑤ 火災発生時の早期発見と
防止対策をしておこう！

- ・火災の早期発見のために、住宅用火災警報機を設置しておく。
- ・普段使用しない電気器具はプラグ使用をコンセントから抜いておく。
- ・電気やガスに起因する火災発生防止のため漏電ブレーカー、感震コンセントなどの防災機器を設置しておく。



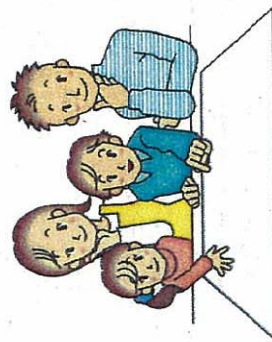
⑥ 非常用品を備えておこう！

- ・非常用品は置く場所を決めて準備しておく。
- ・車載ジャッキやカーラジオなど、身の回りにあるものの活用方法を考えしておく。



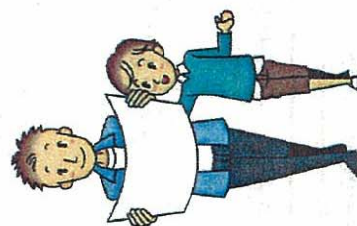
⑦ 家族で話し合っておこう！

- ・地震が発生したときの出火防止や初期消火など、家族の役割分担を決めておく。
- ・家族が離ればなれになった場合の安否確認の方法や集合場所などを決めておく。
- ・家族で避難場所や避難経路を確認しておく。



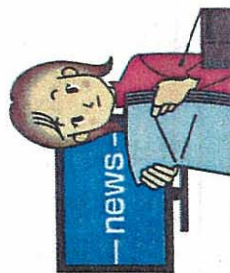
⑧ 地域の危険性を
把握しておこう！

- ・地域の防災マップに加えてわが家の防災マップを作っておく。
- ・自分の住む地域の地震危険度を確認しておく。



⑨ 防災知識を身につけて
おこう！

- ・新聞、テレビ、ラジオやインターネットなどから防災に関する情報を収集し、知識を身につけておく。
- ・自治体や消防署などが実施する訓練などに参加し、過去の地震の教訓などを学んでおく。



⑩ 防災行動力を
高めておこう！

- ・日頃から防災訓練に参加して、身体防護、出火防止、初期消火、救出、応急手当、通報連絡、避難要領などを身につけておく。



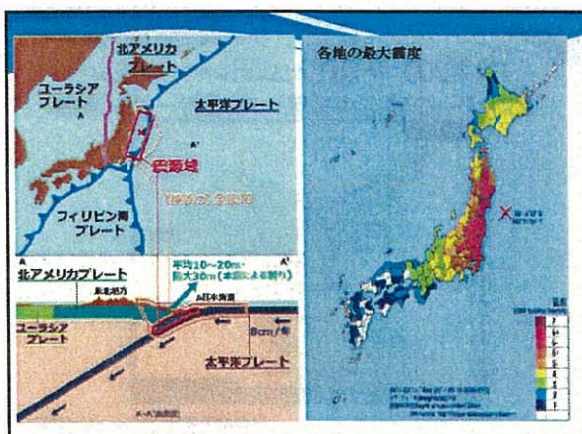
地域と連携した防災教育

平成23年度 千葉県長期研修生
千葉科学大学危機管理学部委託研究生
千葉県立姉崎高等学校教諭 川上 悟

東北地方太平洋沖地震

- 2011年(平成23年)3月11日(金)午後2時46分ごろ三陸沖を震源として発生
- M9.0(観測史上4番目の強さ)の揺れは、最大震度7を測定
- 東北地方の太平洋岸に大きな被害(津波)を与えた
- 災害名は閣議で「東日本大震災」と呼称することが了解された。(4月1日)

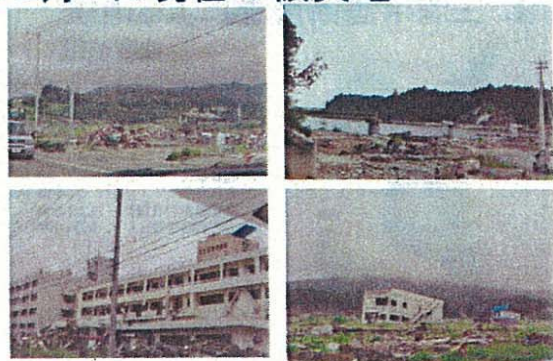
- 死者 15,782人(9月11日現在)
- 行方不明者 4,086人(9月11日現在)
- 避難民 40万人以上(ピーク時)
- 東北地方から関東の太平洋岸に深刻な被害
- 原子力発電所(福島原発)の事故発生

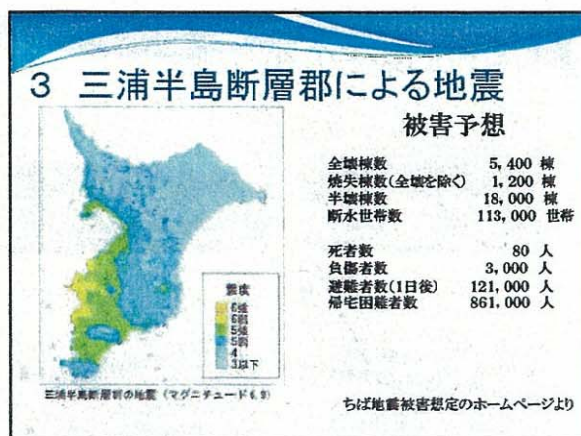
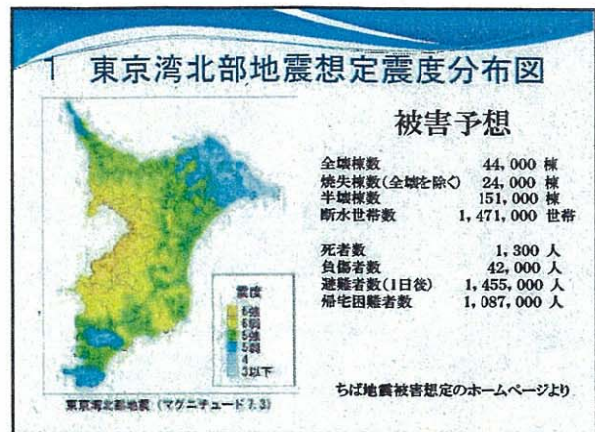
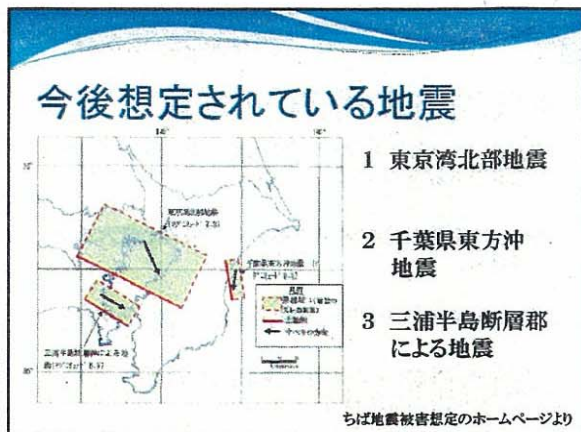


津波



9月1日現在の被災地





大きな被害を防ぐには

- 地震発生直後に生き埋めとなる人の数はかなり多くなると考えられます。これらの人々を助けるのは誰ですか？



近隣の人達です。

消防隊員の数には限りがあります。
自衛隊もすぐには到着しません。

防災に対する意識

- なぜ対策をしないのか？

「自分は大丈夫」と思っている



「正常化の偏見」

災害に対する人間の基本的な心理

事態を楽観視し、災害を軽視する。
自分に都合よく考える。
客観的な予想ではなく、願望を含めた予想に執着する。

地震後にしてほしいこと

揺れが治まったら、外へ出る。



隣近所が声を交わして、安全を確認する。



玄関の電気をつけておく。(夜の場合)
玄関先に避難していることがわかるように
目印等をしておくが良い。

地域の人々の命は、地域で守る(共助)

災害が起きると学校は避難所になる。

- 学校施設の耐震化の推進(全国の公立小・中学校施設の耐震化率73.3% H22.4現在)
- 東日本大震災で避難所になった学校数

岩手県	宮城県	福島県	茨城県	その他 (1都6県)	合計
64	310	149	75	24	622

- 教師は避難所の運営をすることになる。

避難所でできること (1)

名簿の作成 ➡ 避難者の把握

コンピュータがあれば、高校生でもできる仕事

ルール作り ➡ 避難所は一つの町

事前に作成されているとありがたい

避難所でできること (2)

居住スペース等の配慮



災害時要援護者(お年寄り・心身に障害のある人・妊娠中の女性・乳幼児・外国人)

必要な物資の要請 ➡ 掲示板の作成

プライバシーの確保 ➡ ついたて作り

～包装食袋を使った炊き出し（ハイゼックス）の作り方～

〈特徴!〉

災害時に最小限の材料で炊き出しできる。

保存期間が長い。

持ち運びに便利で、どこでも食べられる。

食器や箸が不要。

〈Point!〉

酢を混ぜるなどの工夫で多少の保存が可能です。また袋を下から絞り上げご飯を押し出すことで、災害時などで手が汚れてしまった状況でも、食べることが可能です。

〈ハイゼックスは!〉

強化ポリエチレンでできています。

沸騰したお湯の中でも有害物質を出しません。

焼却炉で燃やしても安全ですが、使用後の袋は、地域のゴミ分別の決まりに従って処分してください。

災害救援用

包装食

1. 洗米を入れ、同量の水を入れる
2. 袋の中に空気が残らぬようにして、口を2重に口を縛りしめる
3. 沸騰した湯の中に入れて、約30分間煮る

米1合と水

米1合

米半合と水

米半合

+ 日本赤十字社
長野県支部

① 釜にたっぷりのお湯を沸騰させ準備しておく。

② 袋の目盛りを目安に、必要に応じて半合（90cc）から一合（180cc）の洗米を入れ、米と同じ量の水を入れる。…①

〈Point!〉

好みに応じて調味料（梅干・塩・炊き込みご飯の素など）を入れることもできます。あらかじめしょう油味ベースの水を用意し、味付けするのもよいでしょう。…②

無洗米を使う場合は、水の量を2〜3割ほど増量するとふっくらできあがります。

③ 袋の中の空気を十分に抜き、袋の口（上部）を輪ゴムでしっかりとめて密封する。

…③

〈Point!〉

空気が入っていると膨張して破れたり、浮いてしまいご飯が生煮えになる場合があります。空気の抜き方のコツです。

ハイゼックスの封をする辺り（上の口から下に5cm位の部分）を指で束ねて小さくつまみながら、もう片方の手で袋の中の水面を下から押し上げ、水面が指でつまんだ部分までくれば、空気が外へ逃げている状態です。

④ 沸騰しているお湯の中に袋を釜の縁から滑らすように入れる。…④

〈Point!〉

投げ込むとハネがとび、周りの人がヤケドをする危険があるので注意しましょう。

⑤ 約30分〜45分間煮沸すれば完成です。

米と水を入れる



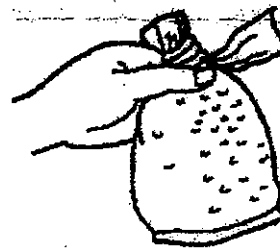
絞る



輪ゴムでしばる



出来上り



熱々のハイゼックスを引き上げると、できあがり⇒

災害時の参考資料

ハイゼックス炊飯袋の利用例

ハイゼックス炊飯袋（以下「F袋」と記述）は、ポリプロピレン製の耐熱性で水を通さない袋です。災害時に炊飯に役立つものとして、注目されています。

利用方法の概要 「炊飯」

「F袋」に無洗米と水を入れ、輪ゴムあるいはタコ糸で上部を固く縛る。お鍋などに水を入れ、沸騰させたところに浸し、15分程度加熱することで、ご飯を炊くことができる。

水道水のようなきれいな水が確保できないときでも、お鍋に入れる水は、**お風呂の残り湯**などを利用できることが、災害時には非常に有効です。

お米以外の食材への応用例 （検討例）

大地震などの災害で、「電気・ガス・水道」が停止した場合、冷蔵庫・冷凍庫にある貴重な食材をうまく調理する手段が制限されます。

つまり、きれいな水が確保できなければ、鍋・お釜・フライパンなどの調理道具を洗うことも難しくなり、調理の方法が普段とは違ってくるからです。

そこで、「F袋」を用いて、これらの食材を加熱調理する方法を、手分けして試してみました。その活用例をまとめておきます。これが災害時のヒントになれば幸いです。

検討に協力して頂いた方々

野間 千草(1班) 真浦ありさ(8班) 園田さとみ(13班) 根本 朋子(18班)
鈴木ゆかり(22班) 赤石美和子(24班) 板垣 秀人(25班) 堀 二郎(26班)
佐久間哉子(27班)

ここに記録した調理例は、皆さんが台所にある食材を用いて、熱心に取り組んで下さった事例です。お忙しいところ、ご苦勞をおかけしました。

なお、皆様のこの取り組みが、ただの徒勞に終わることを心から願っております。
つまり、このメモが日の目を見ないことこそが、町内の皆様の幸せだと思います。

平成 23 年 11 月
青葉台 3 丁目町会
文責：大西 徹典

ハイゼックス袋 (F袋) の利用例

食材・状態	だいこん 100g		
調理目的	ゆでる	食材の仕様	生もの
調理手順	① だいこんを小さめの乱切りにする ② 「F袋」に入れ、水を50ml加える ③ 熱湯に入れる ④ 沸騰してから15分加熱する		
参考	煮物・味噌汁・豚汁などの具にしても良い (佐久間)		



食材・状態	にんじん 小半分 乱切り		
調理目的	ゆでる	食材の仕様	生もの
調理手順	① にんじんを小さめの乱切りにする ② 「F袋」に入れ、水を50ml加える ③ 熱湯に入れる ④ 沸騰してから15分加熱する		
参考	煮物・味噌汁・豚汁などの具にしても良い (佐久間)		



ハイゼックス袋 (F袋) の利用例

食材・状態	だいこん・人参・ネギ (少々) 麺つゆ		
調理目的	汁もの	食材の仕様	生のまま
調理手順	① 「F袋」に水を1合分よりも少し少な目に入れる ② 3mmくらいに薄く切った だいこん・人参・ネギ を入れる ③ 麺つゆを色がつく程度に入れる (大さじ2杯弱) ④ 10分加熱してお碗に移す		
参考	だいこん・人参も薄く切ったので早く煮えた 味もしみ込み温かな汁物になった わかめ・他の野菜・細かく切った肉なども大丈夫だと思う (菌田)		



食材・状態	だいこん 1cmの半月 3個 醤油		
調理目的	ゆでる	食材の仕様	生もの
調理手順	① 「F袋」にだいこんを3個入れる ② だいこんが浸る程度の水を入れ、色がつく程度に醤油を入れる (大さじ2杯弱) ③ だいこんがくっついていて、軟らかくなるのに30分くらいかかった ④ 醤油もしみ込み軟らかくなった		
参考	だいこんにもよるが、厚く切ると茹でるのに時間がかかる 薄く切る方が良いと思う 醤油だけでは味が良くない、おでんの素やホンだしの方が味は良いと思う (菌田)		



ハイゼックス袋 (F袋) の利用例

食材・状態	もやし (50g) 1/4 袋		
調理目的	ゆでる	食材の仕様	生もの
調理手順	① 「F袋」に入れる 水は入れない ② 沸騰したお湯に入れ、5分加熱する 茹ですぎないように・・・食感が無くなる		
参考	醤油・酢・ごま油を混ぜて、ドレッシング風にして食べる (真浦)		



食材・状態	えのき 100g 1/2 袋		
調理目的	ゆでる	食材の仕様	生もの
調理手順	① 「F袋」に入れる ② 水をカレー用スプーン1杯入れる ③ 熱湯に入れ、沸騰してから10分間加熱する		
参考	醤油・酢を混ぜて、ポン酢風にして食べる (真浦)		

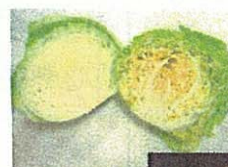


ハイゼックス袋 (F袋) の利用例

食材・状態	マカロニ 100g		
調理目的	ゆでる	食材の仕様	生もの
調理手順	① 「F袋」に入れる ② 水をカレースプーン 2 杯入れる ③ 水に入れ加熱し、沸騰してから 30 分加熱する ④ 普通のゆで上がり		
参考	(真浦)		



食材・状態	キャベツ と お豆腐 の 味噌煮		
調理目的	料理	食材の仕様	
調理手順	「キャベツ 1枚」「お豆腐 1cm 角 3 個」「ミソ 小さじ 2 杯程度」 ① キャベツの芯を取り、手でちぎる ② 豆腐は、包丁が無ければ手でちぎる ③ 「F袋」にキャベツ・豆腐、水 150ml・ミソを入れる ④ 沸騰したお湯に入れ、10 分間加熱 ⑤ 火を止め、そのまま 5 分程度おく 柔らかく目が好きな方は、もう少し時間を延ばすと良いでしょう。		
参考	加熱時間の変更が必要かもしれないが、 玉ねぎ・白菜・小松菜 などでも、同じようにできる (野間)		

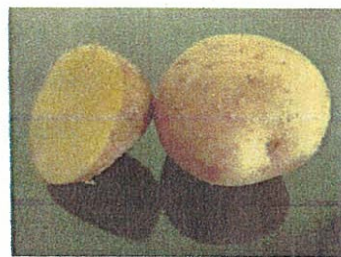


ハイゼックス袋 (F袋) の利用例

食材・状態	さつまいも 100g 1個		
調理目的	ゆでる	食材の仕様	生もの
調理手順	① 「F袋」に入るよう皮のまま輪切りにする ② 「F袋」に入れ、水をカレースプーン2杯程度入れる ③ 熱湯に入れ、沸騰して 30分 加熱する ④ 少しやわらかめの状態になる		
参考	そのまま食べてもおいしいが、ハチミツと黒ゴマをかけたら、大学いもになる (真浦)		



食材・状態	ジャガイモ ゲンコツ程度の大きさ (140g) 2個		
調理目的	ゆでる	食材の仕様	生のもの
調理手順	① 「F袋」に入るように半分の大きさに切る ② 「F袋」にそのまま入れる (水は入れない) ③ 熱湯に入れる ④ 沸騰してから 30分 加熱する ⑤ ごく普通の「ふかしいも」になる		
参考	お塩を入れても良いと思う。 その場合、少し「F袋」に水を入れると味がしみ込み易いと思う。 (根本)		



ハイゼックス袋 (F袋) の利用例

食材・状態	パックごはん 1パック 200g (サトウのごはん JA あきたこまち)		
調理目的	温め	食材の仕様	ガス直火炊き無菌パック (電子レンジ2分)
調理手順	パックのままでは大き過ぎてF袋に入らない ①パックのシールをはがす ②ご飯を適当にほぐす ③F袋に入れる (パックは捨てない⑧) ④水は追加しないで良い ⑤よく空気を抜いて袋を縛る ⑥沸騰したお湯に入れ 10分加熱 ⑦取り出して少し冷ます ⑧袋を切り開き、パックをお皿代わりにして食べる		
参考	<u>メーカーの記述</u> 熱湯で調理される場合は、フィルムをはがさず、天面を上にして、鍋のフタをせずに 15分加熱してください。 <u>ヒント</u> きれいな水を使えば、この方法で良いのですが、そうでないときは破損が心配なので、F袋を使うと安心です。(大西)		

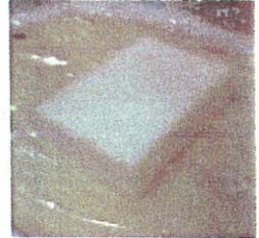


食材・状態	赤飯 1パック 160g (国産もち米使用)		
調理目的	温め	食材の仕様	炊きあがり品 (電子レンジ1分40秒)
調理手順	パックのままでは大き過ぎてF袋に入らない ①パックのシールをはがす ②ご飯を適当にほぐす ③F袋に入れる (パックは捨てない⑧) ④水は追加しないで良い ⑤よく空気を抜いて袋を縛る ⑥沸騰したお湯に入れ 10分加熱 ⑦取り出して少し冷ます ⑧袋を切り開き、パックをお皿代わりにして食べる		
参考	<u>メーカーの記述</u> 熱湯で調理される場合は、フタをはがさず、商品を重ねずに、天面を上にして入れ、鍋のフタをせずに 14分加熱してください。 <u>ヒント</u> きれいな水を使えば、この方法で良いのですが、そうでないときは破損が心配なので、F袋を使うと安心です。(大西)		



ハイゼックス袋 (F袋) の利用例

食材・状態	冷凍もち 45g		
調理目的	ゆでる	食材の仕様	冷凍品
調理手順	① 「F袋」にお餅をそのまま入れる ② 水は入れない ③ 空気を抜く ④ 熱湯に入れて、10・12分（最大15分）加熱する ⑤ 「F袋」から取り出すときに、お餅が袋の内側に少し付着するが、問題なく食事可能である		
参考	お餅の種類 今回使用したお餅は自家製の冷凍もちであるため、添加物は何も入っていない。市販品は添加物が入っている場合があるので、加熱時間が少し変わるかも知れない。 （堀）		



食材・状態	パックもち 1パック 50g 2個		
調理目的	ゆでる	食材の仕様	市販の切り餅
調理手順	① パックした餅を袋のまま2個「F袋」に入れる ② 水は入れない ③ 空気をよく抜いて袋の封をする ④ 水に入れて加熱し、沸騰して15分加熱する 参考：袋が浮くので何か重し(落し蓋)をすると良い ⑤ 「F袋」にくっつかないで取り出せる ⑥ お餅もパックの袋にくっつかない		
参考	(1) 加熱時間：15分で少し硬めなので、好みに応じて、加熱時間は20分くらいに・・・ (2) パックの袋を取り除くと、加熱時間は短くて済むと思うが、「F袋」の内側にお餅がくっつき易いので、取り出しに苦労する。 (3) 落とし蓋の代わりに、磁製ポットの蓋を代用した。(写真) (大西)		



ハイゼックス袋 (F袋) の利用例

食材・状態	そば 100g		
調理目的	ゆでる	食材の仕様	乾物
調理手順	① そば 100g を半分に折る ② 「F袋」の1合分の水位線まで、沸騰した麺つゆを入れる。 注意：水ではくっついてしまう。沸騰させたつゆを入れること。 ③ メーカーが指定したゆで時間でゆがく (麺の袋参照) ④ つゆごと器に入れて食べる (根本)		
参考	(1) 10本くらいずつが束になってしまったが、軟らかく茹で上がった。 (半分くらいにすれば、「F袋」の中に余裕が出来て良かったかも・・・) (2) 災害時は、ゆでたおそばを水でさらす(洗う)ことができないので、おつゆが濁ってしまうが、仕方ない。蕎麦湯と思って・・・ (3) 「F袋」に沸騰したお湯を入れる時は注意してください。 **食べられる状態にすることはできた。まさに非常食といった感じ**		



食材・状態	冷凍うどん 100g		
調理目的	ゆでる	食材の仕様	冷凍品
調理手順	① 「F袋」に麺をそのまま入れる ② 水は入れない ③ 空気を抜く ④ 熱湯に入れて、10-15分加熱する 時間は麺の太さにより、多少変わると思われる		
参考	(堀)		

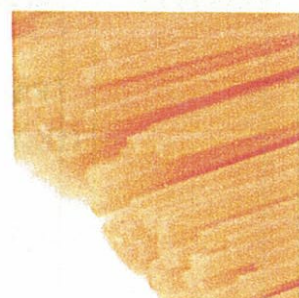


ハイゼックス袋 (F袋) の利用例

食材・状態	スパゲッティ (1cm 束)		
調理目的	ゆでる	食材の仕様	乾麺
調理手順	① 「F袋」に、半分に折ったスパゲッティを入れる ② 麺よりも高いくらいの位置まで水を入れる ③ ひとつまみの塩を入れる ④ 熱湯に入れ、7分間加熱する ⑤ くっつくことなく、茹で上がった		
参考	水の量を多くしたので、麺がくっつかなかったのか、出来上がりも丁度良い硬さになった (菌田)		



食材・状態	スパゲッティ (3cm 束)		
調理目的	ゆでる	食材の仕様	乾麺
調理手順	① 「F袋」に、半分に折ったスパゲッティを入れる ② 麺よりも高いくらいの位置まで水を入れる ③ ひとつまみの塩を入れる ④ 熱湯に入れ、7分間加熱する ⑤ くっつくことなく、茹で上がった		
参考	水の量も塩の量も少し多めにしたのが良かったのか、混ぜることをしなかったのか、くっつくかと思ったが、大丈夫だった。 (菌田)		



ハイゼックス袋 (F袋) の利用例

食材・状態	ホットケーキミックス小袋 1袋 (150g)		
調理目的	蒸しパン	使うもの	「F袋」2枚・爪楊枝・割りばし・輪ゴム2本
調理手順	① 割りばしで、ホットケーキミックスを袋のまま2等分する ② 袋の真ん中(割りばしのところ)を、はさみで切り、袋を2つに分ける ③ ミックスを「F袋」に入れる ④ 水90mlを入れ、割りばしで混ぜる 注意：割りばしで袋に穴が開かないように気を付ける ⑤ ゴムで袋の口を閉める ⑥ 袋の上部に爪楊枝で、4・5か所穴を空ける。膨らむので必ず空けること ⑦ 蒸し器または鍋に網を置いて、その上の「F袋」を並べる ⑧ 20分程度蒸すと出来上がり (板垣)		
参考	蒸し器 蒸し器が無い時は、お鍋とステンレスのザルがあれば代用できそうです。 図は、鍋の中にステンレスザルを入れて蓋をしたところ。 (大西付記)		



食材・状態	お米		
調理目的	炊飯	食材の仕様	梅昆布・塩昆布・インスタントお吸い物 など
調理手順	炊飯の応用 味付けごはん 「F袋」でご飯を炊くときに、 (1) 梅昆布ごはん 塩昆布を2つまみ・梅干しをつぶして少量入れ、しっかり混ぜて炊飯する (2) お吸い物ごはん インスタントのお吸い物を2袋入れ、混ぜてから炊飯する		
参考	(板垣)		



H23年8月15日
 2丁目町会 会長 岩岸 利夫
 防犯防災委員 川崎 任人

訓練の目的

111

注意事項

- 1、暑さ対策として、「お茶」「スポーツドリンク」「アイス(児童向け)」は、町会で準備します。
- 2、念のため、暑さ対策の「帽子」「タオル」「水筒」等は、各自でも準備してください。
- 3、訓練でお気付きの事項は、メーキング等では口頭でも、町会役員に申し出てください。

H23年度2丁目町会 防災訓練の手引 1 (役員用)

1、参加者：町会員全員参加が基本です。但し、次の方は無理に参加する必要はありません。

①療養中・乳幼児等の歩行が困難な方、及びその付き添いの方。

2、時間：午前8時30分～午前11時。

①午前8時45分(大地震発生の想定時間)⇒自身の安全確保。(机の下等で頭を最優先で守る)

②震動が治まったら、火の元点検(元栓閉)。電気の元スイッチを切る。(模擬操作で可です)

③午前8時50分に「緊急連絡網」に基づき避難連絡をします。(各班長は受信時間を記録し提出願います)

④次の班長に連絡し、避難行動です。戸締りをし、あわてず、ゆっくりと堰山公園に移動して下さい。

3、場所：堰山公園に班毎に集合して下さい。(下図参照)。

①指示がありましたら各班の人数を確認し報告願います。(班長不在の班は、先番号班長が実施願います)

4、訓練：堰山公園内で行います。

①姉崎高校へ出向く方は、9:20に列外に集合し、川崎副会長と出発します。(姉高生2名、市職員1名同行)

②1～5ブロックに別れて、消火器の操作訓練、防災資材等を現物、又は、書類で確認を行います。

各班長は自ブロックの誘導をお願いします。(訓練の順番は、下図の矢印に従って行います)。

5、注意事項

①訓練が中止の場合は、午前8時までに各班長に連絡します。

②暑さ対策の、「お茶」「スポーツドリンク」「アイス(児童)」類は、町会で準備します。

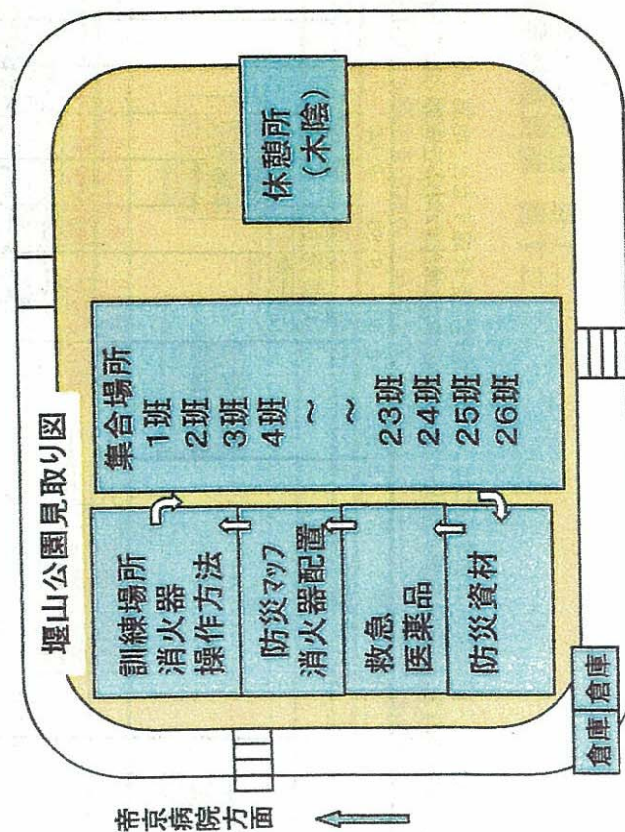
③念の為、暑さ対策として「帽子」「タオル」「水筒」類は、各自でも準備下さい。

④今回の訓練について、会員のご意見を集めて下さい。出来たらメモで、口頭でも可です。

6、訓練で必要な資料 配布

9/2の定例会で下記を配布予定しています。

- ①班別世帯主名簿②緊急連絡網③防災資材リスト④街頭消火器配置図
⑤救急医薬品リスト⑥防災マップ(3役)⑦メモ用紙
※訓練用消火器は、21班内山様の物を借用します。



回覧

平成23年度防災訓練実施計画

実施日 12月4日(日) 場所: 中央公園

大災害発生時は電気、ガス、水道がなくなり消防、警察、市の援助(公助)を期待することは出来ない。その時あなたはどうしますか。よく考えてみてください。
この状況の中で公共の助け(公助)が来るまでの3分(自助)、3日間(共助)、3日間(共助)の3日間(自助)の行動の一部を訓練する。
(3年前に災害ボランティアネットワーク白尾橋グループより受けた訓練の一部を町会単独で実施する。)

災害発生時に役員がいるとは限らないので、多くの方に防災器具の存在、使用方法を習得してもらい“自助”、“共助”のレベルアップを行う。

訓練内容

時間帯	10時00分～10時20分	10時30分～13時	10時～12時の間に随時実施
内容	一時避難訓練	炊き出し訓練	オイルランプ製作
担当	堺会長	大西副会長、園田副会長	大熊副会長
目的	9月4日市原市防災訓練時に、市から一時避難訓練実施の要請あり。 この状況の中で公共の助け(公助)が来るまでの3分(自助)、3日間(共助)、3日間(共助)の3日間(自助)の行動の一部を訓練する。 (3年前に災害ボランティアネットワーク白尾橋グループより受けた訓練の一部を町会単独で実施する。)	ハイゼックス袋による大量炊き出し方法の検証確認 ①ハイゼックス袋炊き出し体験 ②準備、炊き出し時間等の確認 ③ハイゼックス袋炊き出し米の試食	懐中電灯はあっても、長時間の使用に耐えない。家庭にある少量(30cc程度)で一晩の灯り確保(オイルランプ)のてんぷら油で作るオイルランプ作り体験。 多くの訓練参加者が体験することとを希望。
対象者	1世帯1名以上の方の訓練参加を願っている。 実際に災害発生した場合、集合されなかった世帯は、安否確認が必要となる。 (今回は安否確認の訓練は実施しない)	多くの訓練参加者が体験することとを希望。	多くの訓練参加者が体験することとを希望。
時間帯	10時～12時の間に随時実施	10時～12時の間に随時実施	10時30分～12時の間に随時実施
内容	チェーンソーの取り扱い	ブルーシート利用	粉末消火器使用訓練
担当	白坂副会長	中谷参与	武山副会長
目的	倒壊家屋からの救出時に必要となるかも知れないチェーンソーの整備。 その取扱いを複数の方に習得してもらう。	ブルーシート利用方法の展示。 災害対策にブルーシートの必要性を考えてもらう。	自主防災会設置の消火器の使用方を体験し、災害時の対応を確認にする。
対象者	倒壊家屋からの救出時に必要となるかも知れないチェーンソーの整備。 その取扱いを複数の方に習得してもらう。	多くの方に見てもらい、ブルーシートの必要性を認識してもらう。	多くの訓練参加者が体験することとを希望
内容	地震体験	天ぷら鍋火災消火実験2	地震体験
担当	大熊副会長	堺会長	大熊副会長
目的	地震体験で発生時の対応、家庭内の地震対策の必要性を再認識してもらう。	家庭用小型消火器の消火能力を確認してもらい、各家庭に家庭用小型消火器の設置啓蒙とする。	地震体験で発生時の対応、家庭内の地震対策の必要性を再認識してもらう。
対象者	1回(5分)6名の体験で時間内対応人員。	2回実施予定で、1回は主婦を対象。	1回(5分)6名の体験で時間内対応人員。

青葉台地区災害想定

市原市は平成21年3月に小学校地区別の防災カルテを発表しています。(東京湾北部地震マグニチュード7.3、市原市直下の地震マグニチュード6.9を想定)

青葉台小学校地区についての報告書を添付していますのでご覧ください。

この調査にありますように青葉台の問題点は、昭和56年以前の木造建築物が5割を占めていること。
被害予測結果は東京湾北部地震では、全壊建物142棟、死者4名、負傷者158名、避難者82名、避難者707名、市原市直下地震では、全壊建物142棟、死者4名、負傷者158名、避難者82名、避難者707名となっています。

おわりに

本年度、本校は、内閣府の「防災教育チャレンジプラン」及び千葉県教育委員会の「地域との連携を深める防災教育公開事業」の研究指定を受け一年間にわたり「災害発生時に地域と連携し高校生は共助の担い手となれるか」を考えながら防災教育の研究に取り組んでまいりました。この取り組みに対し姉崎地域の皆様、青葉台地区の皆様をはじめ防災担当者連絡会議委員の皆様、千葉県教育委員会、保護者、生徒、企業、行政等の様々な方々に多大なる御協力をいただき心より感謝申し上げます。

東日本大震災のように「いつ起こるかわからない」自然災害に対し、これを止めることは出来ないが被害を最小限に減らすことは出来ます。このため、私たちは「防災から減災」への備えが大切だとあらためて考えることができました。特に、防災講演会の講師の先生からは「災害の起こった後に来ることは殆どない、災害が起こる前に準備すること、やることが大切である」とのことでした。

私たちは、この一年間あらゆる角度から防災や減災についての知識や技能を学ぶことができ、将来、生徒が、地域社会の構成員の一人として自助・共助・公助の担い手として、それぞれの立場で活躍されることを祈念し、これまで御指導、御支援、御協力をいただきましたすべての皆様にあらためて心から感謝申し上げますとお礼の御挨拶といたします。

平成24年2月吉日
千葉県立姉崎高等学校

発行 平成24年2月
編集 千葉県立姉崎高等学校
〒299-0111
千葉県市原市姉崎2632
T E L 0436-62-0601 F A X 0436-61-7679
〈E-mail〉 anesaki-h@chiba-c.ed.jp
〈URL〉 <http://www.chiba-c.ed.jp/anesaki-h/>