

キッチンのガスコンロと、  
電気ストーブがついたままだ！  
消しに行ったら逆に…

1

無理に消さなくても…

2

今なら間に合う！  
消すなら今だ！  
使い方は描いてある

3

ドアの向こうの廊下は、  
玄関につながっている。  
廊下には、何もない…

4

生きるのに大切なのは、  
顔？ お腹？ 頭？ 手足？  
う～ん、どれも大事！

5

このまま外に出て  
いいのかな？

6

机の下とか言うけど、  
ダイニングテーブルの周りには  
食器棚とか冷蔵庫とか…  
状況によるんじゃない…

7

こんなポーズ、  
たしか、ダンゴムシの…



頭と首を守る

8

ソファの後ろにある高い棚！  
家具の固定は…していない！

9

前の地震でも大丈夫だったから、  
今回も絶対に大丈夫！

（正常性バイアス）

10

あせ きんもつ  
焦りは禁物！  
こういう時は、  
じっとしてるのが一番！

11

お  
パニックが起きないように、  
しず  
静かにしよう

12

しょうがっこう ある ぶん  
小学校までは歩いて5分  
たか おか うえ ぶん  
高い丘の上までは10分  
いえ かい らくらく ぶん  
家の2階なら楽々0分！

13

でんき き  
電気消えた！  
スマホつながらない！  
ひなんよ き  
避難呼びかけ聞こえない！  
どうしよう？

14

つなみ お じしん  
津波を起こす地震と、  
お じしん  
起こさない地震があるって  
い じしん  
言うけど、この地震がどっち  
かなんて分からない！

15

いえ で  
家を出るなら…  
ガスの元栓、  
でんき  
電気のブレーカー、  
げんかん  
玄関にカギと…



優は無事  
る!

16

ていでん  
停電したんだから、  
でんき  
電気ストーブは  
け ひつよう  
もう消す必要ないか…

17

でんき もと もと とき  
電気やガスが元に戻った時、  
いえ なか  
家の中って、どうなるんだろう？  
ねん  
念のために…

18

こんな時 とき かぞく  
どうするか、家族で  
はな あ  
話し合っておけばよかった…  
つた しゅだん かんが  
伝える手段を考えないと…

19

うみべ しょうがっこう  
海辺の小学校は、  
てっきん づく  
鉄筋コンクリート造りの  
りっぱ かいだ  
立派な2階建てだ



20

まわりの人たちと同じように  
行動したほうが安心 ♪

どうしようせい  
(同調性バイアス)

21

手間取ったら  
あきらめが大事！

22

車で10分の所で働いてる  
母親が帰ってくるかも…  
車のほうが確実に  
逃げられる！

23

この町には、地震後30分で  
10 m 以上の津波がくるって  
学校で習った

24

自分の命も危ないけど、  
他人の命を助けよう！

あいたこうどう  
(愛他行動)

25

「愛他行動」には、  
自分が犠牲にならない冷静さが  
必要って、テレビで言ってた

26

誰かが「逃げよう」って  
叫べば、みんな逃げ始める！  
勇気を出して大声で…

27

津波が来たら  
意味が無い気がする…

28

「ピンをぬいて、  
ホースをポンとはずして、  
レバーをパンってにぎる」  
ピンポンパンって覚えた

29

このままほっといたら、  
どんどん拡がる…  
たぶん、自分の家にまで…  
津波が来なかったら？

30