

## はじめに

この本は、東日本大震災を経験したわたしたちが、これからの復興に向けてどう行動していけばよいのかを学ぶための資料として作成されました。また、災害から自分の身を守り、みんなと助け合って前へ進むための知恵がたくさん書かれています。この副読本を活用した小学校上学年の3年間の学習で、たのもし「防災人」になることをめざしてください。

## 副読本を使うにあたって

- どの資料も見開き2ページで構成されています。
- 区別しやすいよう章ごとにページが色分けされています。
- 右側のインデックス（たて書き）を使ってもページが探せます。
- ?**のマークは、学習課題です。みんなで考えて学習を深めましょう。
- 第6章「資料」も生かして、学習をふりかえったり知識を広げたりしましょう。
- !**の資料は、震災を体験したみなさんにとって特に大切な学習です。

## 第1章 マグニチュード9.0

- ① 東日本大震災発生 ..... 4
- ② 歩み出す 力強く！ ..... 6
- ③ その向こうに ..... 8

## 第2章 復興への道

- ① 希望の詩～「ない」～ ..... 10
- ② 復興へ 今を力強く ..... 12
- ③ 未来へつなぐ ..... 14
- !** ④ 立ち上がれ！ ぼくらの復興プロジェクト ..... 16
- ⑤ 一番大切なことは ..... 18

## 第3章 自然災害の正しい知識

- ① 地震のメカニズムを知ろう ..... 20
- !** ② 津波のメカニズムと災害 ..... 22
- ③ いろいろな自然災害 ..... 24
- ④ 災害時の情報手段 ..... 26
- !** ⑤ 大きな災害と人間の心の動き ..... 28

## 第4章 防災人としての知恵

- !** ① 災害が起きたら ..... 30
- ② 災害から身を守るために ..... 32
- ③ 災害に備える ..... 34
- ④ 家族防災会議を開こう ..... 36
- !** ⑤ チャレンジ！ 子ども防災モニター ..... 38
- ⑥ 災害時をくらすヒント ..... 40
- ⑦ 応急手当の方法と救急車の呼び方 ..... 42
- ⑧ 心と向き合って ..... 44
- ⑨ 地震を乗り越えようとした先人の知恵 ..... 46

## 第5章 心を一つに

- ① つながる～世界の国々と～ ..... 48
- !** ② 人々をつなげる活動 ..... 50
- ③ 取り組もう！ ボランティア活動 ..... 52
- ④ 震災を乗り越えて ..... 54
- ⑤ Heroes 2011, Japan ..... 56

## 第6章 資料

- ① 防災知識をチェックしよう ..... 58
- ② 学びの窓・東日本大震災の記録 ..... 60
- ③ 仙台の自然災害年表・復興年表 ..... 62