

はじめに

この本は、東日本大震災の教訓を基に、防災や減災の意識をこれまで以上に高め、命の価値、自助・共助の重要性などを学ぶための資料として作られました。副読本を使った3年間の学習で、正しい知識を蓄え、主体的に防災行動や支援活動ができる人間を目指しましょう。

副読本を使うにあたって

- どの資料も見開き2ページの構成です。
- 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、学習の振り返りや発展学習に取り組みましょう。
- !**の資料は、震災を体験した私たちにとって、特に大切な学習です。

第1章 東日本大震災の記憶

- ① 東北地方太平洋沖地震発生 4
- ② 復興^かに駆ける 6
- ③ 語り部として 8

第2章 復興への歩み

- ① 絆^{きずな}を力に一歩ずつ 10
- ② 約 束 12
- !** ③ 中学生の声 助け合うってすばらしい 14
- ④ 心の交流会 16
- ⑤ 花と緑で人々に笑顔を 18
- ⑥ 仙台市震災復興計画を知ろう 20

第3章 自然災害のメカニズム

- ① 世界で最も自然災害のリスクが高い日本 22
- ② 3.11の地震を科学の目でとらえよう 24
- !** ③ 地震に^{ともな}伴う災害について知ろう 26
- ④ 地震に備えよう 28
- ⑤ 風水害に備えよう 30
- !** ⑥ 仙台平野 災害の歴史を学ぼう 32

- ⑦ 古典に残る災害を読んでみよう 34
- ⑧ 情報に振り回されないために 36

第4章 自助につながる判断・行動

- !** ① 一人一人が災害に備える 38
- !** ② 自分の身は自分で守る 40
- !** ③ 家庭でできる災害への備え 42
- ④ 知っておきたい心^{しんぱい}肺蘇生の方法とAED 44
- ⑤ 心の健康を守るために 46

第5章 共助の一翼^{にな}を担う

- ① 心を満たす食べ物を届ける 48
- ② はじまり 50
- !** ③ 地域の一員として 52
- ④ 1.17から3.11へ 54
- ⑤ がんばれ日本！ 世界は日本と共にある 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