

# 生活指導部だより

町田市立忠生中学校  
生活指導部  
2025年4月22日

## 自ら判断して身を守ることを目指して

忠生中学校では、震災時及び火災時において、皆さんが自分自身の判断で適切な避難行動ができるようになり、身を守るように避難行動を訓練します。

震災や火災はいつどんな時に起こるかわかりません。そのため、これらへの正しい理解や訓練の実施は、実際の場面での適切な判断につながっていきます。実際に、どのように行動するかを自分で考える習慣が自分と他者を守ります。皆さんには、自らの判断で身を守るように中学校生活の中で学んでほしいと思います。

### ～今年度の避難訓練の心構え～

#### ① 実際の場면을想像して真剣に取り組もう

当然ですが、震災や火災というものには命の危険がともないます。訓練の時から実際の場면을想定して動かないと本当の震災・火災の際に冷静な判断のもと避難ができません。また、不用意な行動でほかの人を危険な目に合わせてしまうこともあります。

#### ② 日頃から指示をしっかりと聞いて迅速に行動しよう

交差点に信号がなければ大渋滞が起きてしまうように、学校という場所で多くの人が安全に避難するには、まとまって整然と行動する必要があります。避難時こそ落ち着いて行動し、みんなで身を守り合うために、日頃から心がけてください。

## 地震・火災時の避難行動

### 地震

- ① 地震の揺れを感じたら、机の下で身の安全を確保する。教室以外の場合は、「落ちてこない」「倒れてこない」「移動してこない」空間に身を寄せる。
- ② 非常ベルがなったら、静かに放送を待つ。
- ③ 避難指示に従って避難行動にはいる。
- ④ 避難時…校舎内：押すな、駆けるな、しゃべるな、もどるな。  
校舎外：上履きのまま集合場所まで小走り。

※ 地震の際は、渡り廊下は使用しない。アリーナ連絡通路、渡り廊下の下は通らない。  
(物が落ちてくる危険あり)

### 火災

- ① 非常ベルがなったら、静かに放送を待つ。
  - ② 必ず出火場所を確認してから、避難行動にはいる。
  - ③ 避難時…校舎内：押すな、駆けるな、しゃべるな、もどるな。  
校舎外：上履きのまま集合場所まで小走り。
- ※ 火災の際は、出火場所を避けて非難する。エレベーターや電子機器があるところを避ける。  
避難開始場所によっては、非常階段を使用することもあります。

今自分がいる場所で災害が起きた場合どうするか、ぜひ考えてみてください。

## 引き渡し訓練が行われます

5月1日(木)には、引き渡し訓練が行われます。引き渡し訓練とは、地震、火災、台風の接近、犯罪被害が心配される状況など緊急時に保護者の方と一緒に帰宅する訓練です。

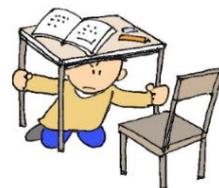
今回の訓練では、多摩地区を震源とする震度7の首都直下地震が発生したことを想定して行われます。迎えに来てくれる保護者の方と当日の日程について確認をしましょう。

### 当日の日程について

時間	内容
	昼学活
14:05	地震発生 ・机の中に入り避難姿勢とる。 ・校内放送をよく聞いて避難行動の指示を待つ。 ・先生方が被害状況の確認と情報の共有をする。 保護者へ緊急メールが送信される。
14:15 ~35	引き渡し訓練開始
14:40	引き取り対象者以外は通常通りの下校です。

### 確認してほしいこと

- ① 緊急時の引き取り者の変更がないか確認しましょう。
- ② 当日、引き取り者が変更になった場合や引き取りに来られなくなった場合は、保護者の方に電話もしくは Tetoru で連絡してもらいましょう。
- ③ 災害時、通学路に危険個所がないか保護者の方と確認しながら帰りましょう。



### ◎ 遅れて登校したときのルールを確認しよう

遅れて登校した生徒を対象に「今来ました！カード」が導入されました。正しく生徒の人数を把握することで皆さんの安全を守ることができます。

※ 登校→職員室→職員室の先生にカードの必要事項とサインを記入してもらい→授業者(休み時間は次の授業者)に提出

#### 今来ました！カード

年	組	番	氏名		
日付	月 日( )		登校時間	時 分	
遅刻理由	体調不良 発熱 頭痛 風邪 腹痛 吐き気 けが 通院 寝坊 その他( )				
職員室サイン		授業者サイン		担任確認	出席簿に挟んで保管
				担任	