

読んで
みよう!

もしものときの 防災ブックガイド

小中学生のための500冊

松木伸江 監修



日外アソシエーツ

まえがき

皆さんは、災害への備えをしていますか。近年、いろいろな災害が発生しています。2024年は1月1日に能登半島地震が発生、豪雨による被害も毎年のように起こっています。日本に住む私たちには、災害を知り、被害を少しでも軽減するための学びは必要不可欠なものになっています。

では、災害に備えてどんなことをしておけばいいのでしょうか。スポーツに例えると、災害は本番＝試合です。試合に勝つためには、おそらく練習をするでしょう。その際には、相手チームの弱点を探したり、守備を強化するための特訓もするでしょう。チームワークを強化することも必要になってきます。災害への備えも同じです。地震や津波、台風などの災害の起こり方を知り、被害を出さない方法や最小限に食い止める方法を学んだり考えたりします。そして自分の弱点(まだ十分に対策できていない部分)を見つけ、強化する(＝備える)ことも必要です。過去の災害被害から予測を立てることも重要になってきます。そのためには、私たちは、災害を知り、過去の災害被害とその教訓を学ぶ必要があります。

1995年に発生した阪神・淡路大震災以降、大災害が起こるたびに、たくさんの防災・減災を学ぶ本が刊行されてきています。本書では、主に、東日本大震災が発生した2011年以降に刊行された防災・減災の図書500冊が収録されています。特に、児童・生徒が自分で災害や防災について学ぶことができる図書を中心に選定されている点が特徴の一つです。防災はどうしても難しいと思われがちですが、わかりやすく説明されている図書を見

ることで、教師や保護者も子どもたちとともに学ぶことができます。また、災害の写真集や体験談を見たり読んだりすることで、災害の被害を実感することもできます。

被災された方は、必ず、「まさか自分が被害にあうとは思わなかった」「〇〇をしておけばよかった」という後悔の言葉を言われます。災害が起こった時に、知っておいてよかった、やっておいてよかった、と思う知識が防災の図書の中にはたくさんあります。防災教育は、かけがえのない「命」を守る教育です。多くの防災の知識を子どもたちに届けるために本書を活用していただければ幸いです。

2024年10月

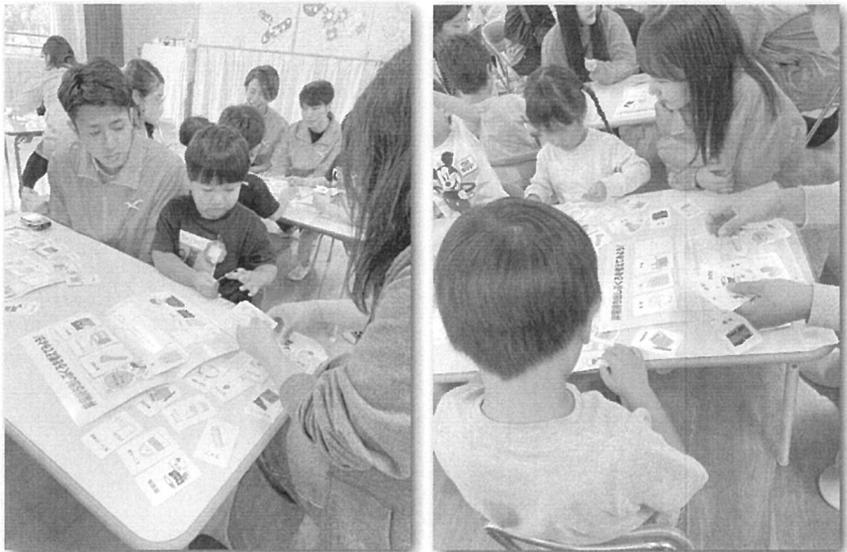
船木 伸江

目次

まえがき	
防災教育 活動事例	(6)
凡 例	(8)
自然災害について	1
地震・津波のしくみ	8
もしも地震がきたら	15
火山のしくみ	19
水害のしくみ	26
天気 of しくみ	28
台風のしくみ	41
災害の歴史	43
災害からの復興	49
報道・メディア	51
報道写真集	53
一般写真集	58
写真絵本	63
災害に関する読み物	134
体験談・ドキュメント・読みもの	134
阪神・淡路大震災	138
東日本大震災	146
絵本	170
阪神・淡路大震災	172
東日本大震災	174
書名索引	187
防災について	70
絵本・あそびでまなぶ防災	91
防災事典・図鑑	94
防災グッズ	99
防災のためのまちづくり	101
親子でまなぶ・考える防災	105
サバイバル	114
応急処置・災害医療	127
サバイバル・クッキング	131

防災教育 活動事例

 防災教育は小さな頃から行うことで防災意識が芽生えます



神戸市立やまびこ幼稚園での親子研修



「BOSAI カード X」(p112 掲載)を使って、
学生ボランティアとゲーム



阪神・淡路大震災の追悼



防災の本を見る子どもたち



非常食を食べてみよう！

凡 例

1. 本書の内容

本書は、小中学生や教師、保護者等が災害・防災について学ぶために関連する図書を、カテゴリ別に記載したブックガイドである。

2. 収録対象

- (1) 2011(平成23)年以降に刊行された災害・防災に関する図書のうち、児童書、親子向きの一般書、災害写真集など590冊を収録した。
- (2) ただし、体験談・読み物などについては1995(平成7年)年に発生した「阪神・淡路大震災」以降に刊行された図書も含まれている。

3. 記載事項など

- (1) 分類見出し
 - ・全体を「自然災害について」「防災について」「災害に関する読み物」の3つに分け、それぞれの下に中見出し・小見出しを設け、関連する図書を収録した。
 - ・同一見出しの下では、書名の読みの五十音順に排列した。
- (2) 図書データ
 - ・図書の中には現在品切れ、重版未定等の図書も含まれている。図書館等の蔵書も検索されたい。
- (3) 図書の記述

記述内容および記載順序は以下の通りである。

『書名—副書名 巻次 各巻タイトル等』

著者表示

目次

内容

出版社 出版年月 ページ数または冊数、大きさ(叢書名叢書番号)、定価(刊行時等)、ISBN(①で表示)、NDC(②で表示)

4. 書名索引

各図書を書名の五十音順に排列し、所在を掲載ページで示した。

5. 参考資料

図書の書誌事項はおもにデータベース「BookPlus」に拠ったが、必要に応じて「TRC MARC」も参照した。また、掲載に当たっては適宜編集部で記述形式などを改めたものもある。

自然災害について

『SDGsで考える日本の災害 [1] (地震・津波)』

藤岡達也著

目次 序章 SDGsでとらえる地震・津波, 1 海溝型地震と津波, 2 活断層型地震, 3 大地震からの復興, 4 複合災害としての原子力発電所事故, 5 日本から世界に発信するBOUSAI, 6 災害時にわたしたちができること

大修館書店 2023.6 63p 27×20cm 3200円 ①369.3 ①978-4-469-26959-8

『空想科学「理科」読本 エネルギー・地球編』

柳田理科雄作, NOEYEBROW絵



目次 身近な力・光・音を空想科学する (ウルトラマンの「力」は、どんな形で表れている? 一力の働き, ヒーローたちは、どんな力で戦っているのか? 一力の種類, 地球では強いウルトラマン、故郷では寝たきり!? 一力の大きさと単位, 宇宙戦艦ヤマトの乗組員は、とんでもない力持ちだった? 一質量と重さ, ルフィの腕の弾性力はどれくらい? 一ばねに働く力と伸びほか), 地球と大地を空想科学する (東京フライパン作戦は成功するか? 一火山の噴火, 5体もいる宝石タイプのジバニャン。どうやって生まれた!? 一火成岩のつくり, マグニチュード20の地震を起こす怪獣モグネチュードとは? 一地震, 噴火と地震を腕力で止めたスーパーマンの無謀! 一噴火と地

震の予知と対策, 太平洋の島に、金、銀、鉄の地層を発見! 『海底軍艦』の謎—地層のでき方ほか)

内容 ヤマトの乗組員たちが宇宙で機雷を動かすのに使った力は、どれくらい? 身長10センチの少女アリエッティの声は何ヘルツ? みんなが大好きなアニメとマンガで、科学の疑問をぶつける柳田先生が開く理科特別講義—『空想科学「理科」読本』が、青い鳥文庫になったよ! 質量、重力、浮力、圧力、光と音、火山、地震、地層など、物理と地学の基礎がまるわかり! 小学上級・中学から。

講談社 2021.4 185p 18cm (講談社青い鳥文庫) 720円 ①400 ①978-4-06-523161-6

『災害を知る』

オオタヤスシマンガ・イラスト

内容 皆さんも災害が怖いものだと知っていても、ふだんはあまり意識していないと思います。でも、何も起こっていない時に知識を深めておかなければ、い

防災について

『いざというとき自分を守る防災の本 [1] (そのときどうする地震)』

防災問題研究会編



目次 地震が来た 安全な場所で命を守る, どこにいるか1 そのとき自宅にいたら, どこにいるか2 自宅以外の場所なら, 落ちついて1 ゆれが少しおさまってきたら, 落ちついて2 すぐに逃げる? 家にいる?, 避難1 急いで避難! その前に, 避難2「おはしも」を守って避難する, 避難3 安全に避難するための注意, 避難4 家具の下にはさまったら, 避難5 家族とどうやって連絡をとるか [ほか]

岩崎書店 2019.9 47p 29cm 3000円 ㊦369.3 ①978-4-265-08731-0

『いざというとき自分を守る防災の本 [2] (そのときどうする台風)』

防災問題研究会編

目次 台風が来る! すぐにやっておこう, 台風の勢力 どこを見ればよいのか, 情報1 注意報と警報の意味を知る, 情報2「指示」でも, すぐに避難!, 避難1 避難のときの服装や持ち物, 避難2 避難は昼間の明るいうちに, 避難3 自宅にいても油断しないで, 台風は海で生まれる, 強風 ビルをたおすほどの強い風, 大雨 水の力をあまく見ないこと, 地震の強さ 震度とマグニチュードで見る, 日本に地震が多いのはなぜだろう, 津波1 津波が来るからすぐ逃げろ!, 津波2 津波の破壊力はものすごい, 全国に広がる災害救助活動の輪, こわれる 地面が割れ, 家がたおれる, 生活できない 道路がこわれて通れなくなる, 火事 地震で火事が起こりやすい, 原発事故 原子力発電所がこわれると, 火山噴火 日本には火山がたくさんある



岩崎書店 2019.9 47p 29cm 3000円 ㊦369.3 ①978-4-265-08732-7



『いざというとき自分を守る防災の本 [3] (なにができる避難してから)』

防災問題研究会編

目次 避難1 どこに避難して生活するか, 避難2 まず一時集合場所に避難, 自宅で避難1 水がないと生きていけない, 自宅で避難2 トイレの水は流さない!, 自宅で避難3 電気

やガスが止まったら, 自宅で避難4 調理やあと片づけの工夫, 自宅で避難5 暑さ・寒さをしのぐには, 自宅で避難6 これまで以上に防犯対策を, 避難所1 避難所についたらすること, 避難所2 生活する場所を整える [ほか]

岩崎書店 2019.10 47p 29cm 3000円 ㊦369.3 ①978-4-265-08733-4

『いざというとき自分を守る防災の本 [4] (今日から始める防災対策)』

防災問題研究会編



目次 防災の意味—被害を減らし, 命を守る, 危険を知る1—自宅がある場所は安全?, 危険を知る2—ハザードマップを活用する, 日ごろの備え1—枕元になにを置いておくか, 日ごろの備え2—自分に必要なものを考える, 日ごろの備え3—非常持ち出し袋のなかみは, 日ごろの備え4—備蓄は3日ぶんをめやすに, 日ごろの備え5—「ローリングストック法」で, 家族会議—集合場所を決めておこう, ストーリーをつくると考えやすい [ほか]

岩崎書店 2019.11 47p 29cm 3000円 ㊦369.3 ①978-4-265-08734-1

『いざ! に備える 遊びで防災体験BOOK』

神谷明宏著

目次 1 みんなで考えよう防災対策 (わが町再発見! 防災マップをつくろう, レポーターなりきりインタビュー ほか), 2 かんたん料理&グッズ (ご飯をたいてみよう, 紙袋で目玉焼き ほか), 3 避難所で楽しむレクリエーションゲーム (初めてのひとでも仲良くなれるゲーム, 2人で行うゲーム ほか), 4 かんたん工作 ふれあい人形 (ふうとうでつくる動物人形, 紙コップ人形 ほか)

いかだ社 2022.3 119p 21cm 1400円 ㊦369.3 ①978-4-87051-560-4

『いのちと未来を守る防災 第1巻 地震』

鎌田和宏監修



目次 日本で起きた地震, 発生 (地震が起こるのはなぜ?, ゆれはどのように伝わるの? ほか), 一次災害 (こんな災害が起こる!—一次災害), 避難 (家庭の防災, 学校の防災 ほか), 二次災害 (こんな災害が起こる!—二次災害, 火事から身を守るには? ほか), 避難生活と支援 (避難所でどんなところ?), 復興へ (復興に向かって—被災地を助ける政治のはたらき 国の支援, 復興に向かう人々, まち)

で楽しくわかる防災 BOOK… 109	園飼育係…………… 141
これは異常気象なのか？ [1] (気候システムに異常が?) …… 31	さくら—原発被災地にのこされた犬たち…………… 178
これは異常気象なのか？ [2] (台風・竜巻・豪雨) …… 32	さくらばあちゃんのいる街—命とは、生きるとは、カラスと津波で流された老桜の、愛の物語… 179
これは異常気象なのか？ [3] (猛暑・寒波・豪雪) …… 32	サケが帰ってきた！—福島県木戸川漁協震災復興へのみちのり… 154
こんなときどうする!? …… 109	ささやくかぜうずまくかぜ—風のはなし〈新装版〉…………… 41
こんなときどうする？クイズで学べる！自然災害サバイバル… 121	THE DAYS AFTER—東日本大震災の記憶…………… 59
こんな時どうする？子ども防災 BOOK—親子でできる「準備」と「備え」がまるわかり！…………… 109	サバイバル入門…………… 121
	3.11 が教えてくれた防災の本 [1] (地震) …… 15
	3.11 が教えてくれた防災の本 [2] (津波) …… 16
	3.11 が教えてくれた防災の本 [3] (二次災害) …… 16
	3.11 が教えてくれた防災の本 [4] (避難生活) …… 16
	3.11 からの手紙 / 音の声〈増補改訂版〉…………… 64
	3・11 からの夢…………… 59
	3/11 キッズフォトジャーナル—岩手、宮城、福島の小中学生 33 人が撮影した「希望」…………… 64
	3・11 後を生きるきみたちへ—福島からのメッセージ…………… 154
	3・11 震災を知らない君たちへ 154
	3.11 震災を見つめ続けて…………… 64
サイエンスコナン 防災の不思議—名探偵コナン実験・観察ファイル…………… 78	
災害を知る…………… 1	
災害からみる防災・減災 Q&A 110	
災害救助犬じゃがいも 11 回の挑戦—あきらめない！…………… 152	
災害救助犬レイラ…………… 153	
災害で消えた小さな命…………… 153	
災害伝承の大研究—命を守るために、どう伝える？…………… 46	
最高にすぎすぎる天気の本—空のひみつがぜんぶわかる！…………… 32	
魚たちの声が聞こえますか？—生命と向きあいつづける須磨海浜水族	

【さ】

3.11 復興の取り組みから学ぶ未来を生き抜くチカラ [1] (困難を乗り越える・人とつながる) …… 49	地震の夜にできること。…………… 110
3.11 復興の取り組みから学ぶ未来を生き抜くチカラ [2] (地域を愛する・自然と共に生きる) …… 50	地震はなぜ起きる？…………… 11
3.11 復興の取り組みから学ぶ未来を生き抜くチカラ [3] (防災を知る・日本の未来を考える) …… 50	自然体験学習に役立つアウトドアガイド [1] (外へとびだせ！アウトドアたんけんガイド) …… 122
3 分間サバイバル [5] (生還せよ！自然災害の脅威) …… 122	自然体験学習に役立つアウトドアガイド [2] (やってみよう！アウトドアあそび) …… 122
自衛隊員が撮った東日本大震災—内側からでしか分からない真実の記録…………… 59	持続可能なまちづくり [2] (災害からまちを守る) …… 102
自衛隊芸人トッカゲンの日用品で簡単にできる！！超自衛隊式防災サバイバル BOOK…………… 122	10 歳からのくわしくわかる「異常気象」—おかしな天気からみる地球のいまとこれから…………… 33
潮目—フシギな震災資料館…………… 59	10 才からの防犯・防災—自分の身は自分で守る！…………… 78
地震がおきたら…………… 16	知っておきたい日本の火山図鑑 22
地震がきたらどうすればいいの？ 17	自分を守る！身近な危険…………… 78
地震空間からの脱出—防災ゲームブック…………… 17	自分でつくっちゃおう！かんたん手づくり防災グッズ [1] (準備編)…………… 100
じしん・つなみどうするの？—やさしくわかるぼうさい・ぼうはんのえほん…………… 17	自分でつくっちゃおう！かんたん手づくり防災グッズ [2] (緊急編)…………… 100
地しんなんかにまけないぞ—1ねん1くみ子どもの詩の本…………… 141	自分でつくっちゃおう！かんたん手づくり防災グッズ [3] (テクニク編)…………… 100
地震による大地の変化…………… 10	じめんがふるえる だいちがゆれる—地震のはなし〈新装版〉…………… 11
地震のはなしを聞きに行く—父はなぜ死んだのか…………… 11	社会にドキリ！—世の中のしくみとつながろう [3] (地域の課題とわたしたち)…………… 103
地震の村で待っていた猫のチボとハル—山古志村で被災したペットたちの物語…………… 134	写真記録 東日本大震災 3・11 からの軌跡…………… 54

監修者紹介

船木 伸江 (ふなき・のぶえ)

神戸学院大学現代社会学部社会防災学科教授。

北アリゾナ大学大学院教育心理学専攻修士課程修了。京都大学大学院情報学研究科博士後期課程(単位取得退学)。阪神・淡路大震災記念 人と防災未来センターの震災資料専門員を経て、2006年に神戸学院大学へ着任。2021年4月より現職。

総務省消防庁「防災まちづくり大賞」選定委員会選定委員、防災教育チャレンジプラン実行委員会委員、兵庫県教育委員会・神戸市教育委員会学校防災アドバイザーを務める。

読んでみよう！ もしものときの防災ブックガイド

—小中学生のための500冊

2024年12月25日 第1刷発行

監 修 / 船木伸江

発 行 者 / 山下浩

発 行 / 日外アソシエーツ株式会社

〒140-0013 東京都品川区南大井6-16-16 鈴中ビル大森アネックス

電話 (03)3763-5241 (代表) FAX(03)3764-0845

URL <https://www.nichigai.co.jp/>

組版処理 / 有限会社デジタル工房

印刷・製本 / 株式会社平河工業社

©Nichigai Associates, Inc. 2024

不許複製・禁無断転載

<落丁・乱丁本はお取り替えます> <中性紙北越淡クリームキンマリ使用>

ISBN978-4-8169-3035-5

Printed in Japan, 2024

本書はデジタルデータでご利用いただくことができます。詳細はお問い合わせください。