

## 青森県の魅力&amp;目次



青森県は、豊かな自然に囲まれ、おいしい魚や貝などの海産物、りんご、米、野菜などの農産物を味わうことができます。ここで暮らす私たちは、自然が育んだ恵みをたくさん受けながら暮らしているといえるでしょう。そして、美しい山々や湖は、土地が盛り上がり、火山が噴火してできたもの。多くの農産物は、噴火によってもたらされた火山灰の土を利用し、水田は河川の洪水によってたまった土を必要としています。私たちにたくさんの恵みを与えてくれる自然は、時には人に被害を与えることがあることも決して忘れてはいけません。しかし、恩恵を受けている時間に比べれば、ほんのわずかなこと。どうしても起こってしまう災害時には、私たちは安全な場所に逃げて過ごすべきであり、万が一、被害を受けてしまったときには、共に助けあうことが大切です。



りんご



奥入瀬溪流



十和田湖

## 目次

各ページ  
20~30分  
想定

青森県で起こりうる災害を知ろう	P04-07
エネルギーについての正しい知識	P08-09
地震から身を守ろう	P10-15
津波から身を守ろう	P16-17
大雨・洪水・台風から身を守ろう	P18-21
地球温暖化に伴う災害の変化	P22-23
避難情報ととるべき行動	P24-25
避難時の基本行動	P26-27
応急手当と心肺蘇生法	P28-29
避難生活を乗り切る	P30-31
地域貢献	P32-33
実例から学ぶ災害に対する心がまえやノウハウ	P34-35
要配慮者&外国人に関すること	P36-37
地域の一員としてできること	P38-39
非常時の持ち出し品・日頃の備蓄	P40

発行：青森県

監修：国立大学法人 東北大学 災害科学国際研究所 (IRIDeS)

協力：国立大学法人 弘前大学 教育学部、青森県PTA連合会、青森市

前文「青森県の魅力」 国立大学法人 弘前大学教育学部 教授 小岩 直人 氏