

ぼおーっとしなくて、
災害にそなえなサイ!

ぼおーサイ 防災 カレンダー

2026.9 ▶ 2027.8



ぼおーサイ

オパタパタカード ができる!

1年の終わりに、
カレンダーを切り取って作ってみよう!

サイ点シート付

各月の問題に答えて、採点してみよう!

きみは
何点？

／ ぼおーサイと 1 年を振り返ろう！／

サイ点シート



カレンダーに出てくる毎月の
「やってみよう！」の結果を
このサイ点シートに書き込もう！

「やってみよう」の 1・2 のできたものに○をつけよう！

2026

9月 「防災訓練」

10月 「地震の歴史」

11月 「地域のことを知る」

12月 「体験・学習」

2027

1月 「家族との連絡」

2月 「地震が起きたあとの生活」

3月 「上下水道・電気・ガス」

4月 「備蓄（食料）」

5月 「火災」

6月 「建物の安全性」

7月 「津波避難」

8月 「家具固定」

1	2
5 (点)	5 (点)
[] (最大 5 点)	[] (最大 3 点)
3	3
3	3
5	5
3	3
[] (最大 7 点)	3
[] (最大 7 点)	3
3	3
5	3
5	5
5	5

小計 1

小計 2

合計

小計 1

小計 2

合計

★ 80 点以上～100 点 → すごい！防災マスター！

★ 60 点以上～80 点未満 → いい感じ。あと一息だよ。

★ 30 点以上～60 点未満 → もう少しそなえを進めよう！

★ 30 点未満 → ぼおーサイとがんばろう！

何点だった？



やっておこうと思ったことを書きだしてみよう！

キャラクター紹介 ?

このカレンダーに出てくる

ぽおーっとしたサイ「ぽおーサイ」

こう見えて最近の地震や大雨が
とっても心配…

さいがい
災害が起きる前にそなえておくこと
起きてしまったときにすることを

毎月一緒に学びたいと思っているよ



名前 ぽおーサイ
年れい 4才
背の高さ 171cm
体重 1945kg
走る速さ 時速 36km

(ひみつ) 危険を感じたとき、
体の色が黄色になるよ！

ぽおーサイの防災ひとこと

パタパタカードの作り方

1年の終わりに作ってね！

ヤマオリ タニオリ →折る

キリトリ ✂ →ハサミで切る

- ①カレンダーのイラストのキリトリ線をハサミで切る。
- ②ヤマオリまたはタニオリ線を折る。
- ③イラストの右下に書いてある番号順にならべる。
- ④のりしろにのりをつけてつなげる。

注意 表紙と裏表紙の向きは反対になるよ！

表紙を上
に折
りた
た
ん
で
持
ち
歩
こう！



南海トラフ地震臨時情報って??

南海トラフ地震という大きな地震が起きる可能性が高まっている

きしやうほう りんじじょうほう
ときに、気象庁から『南海トラフ地震臨時情報』が発表されるよ。

りんじじょうほう しゅるい
臨時情報には種類があるんだ。

きよだい ちゅうい
巨大地震注意 ▶ 大きな地震の前ぶれかも。

そな かくにん こころがま
①日ごろからの地震への備えを確認し、すぐに逃げられる心構えを持とう。

きよだい けいかい
巨大地震警戒 ▶ 大きな地震が起きるかも。

つなみ ひなん ひなん
①に加えて、津波からの避難が間に合わない場所など、前もって避難

ひつよう ちいき たし
しておくことが必要になる地域があるよ。確かめよう。

りんじじょうほう しら
南海トラフ地震臨時情報について調べてみよう!!

避難

日 月 年

氏名

住所

電話番号

おまへの防災



いこおえにうけい

ぽおーサイの防災ひとこと

9月「防災訓練」

2026

ぼーさいカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		1 [★]	2	3	4	5
		防災の日				
6	7	8	9	10	11 [★]	12 [★]
		救急の日				
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26 [★]
	敬老の日	国民の休日	秋分の日			
27	28	29	30			

★マークのある日はチェック↓

9月に 起きた災害	関東大震災（かんとうだいしんさい）…………… 1923年9月1日 伊勢湾台風（いせわんたいふう）…………… 1959年9月26日 東海豪雨（とうかいごうう）…………… 2000年9月11、12日
--------------	---

防災週間 8月30日～9月5日

救急医療週間 9月6日～9月12日

ゆれたらまずシェイクアウト！

しせいを
ひくく

あたまを
まもり

じっとする



1



2



3

ぼーさいの防災ひとこと ①

やってみよう！

1. この1年間で、学校以外で行われる防災訓練や防災イベントに参加しましたか。

11月第2日曜日は「あいち地震防災の日」！

はい 5点

いいえ 0点

2. 地震が起きたらシェイクアウト！まずやること3つ知っていますか。

シェイクアウトとは…
地震が起きたらまずすること！

はい 5点

いいえ 0点

10月 「地震の歴史」

2026

ぼーさいカレンダー

日 月 火 水 木 金 土

1 2 3

4 5 6 7 8 9 10

11 12 13 14 15 16 17

スポーツの日

18 19 20 21 22 23 24

25 26 27 28 29 30 31

シ

★マークのある日はチェック！

10月に
起きた災害

宝永地震（ほうえいじしん）	1707年10月28日
濃尾地震（のうびじしん）	1891年10月28日
新潟県中越地震（にいがたけんちゅうえつじしん）	2004年10月23日

やってみよう！

1. 知っている地震の名前を書きだしてみましょう。

() ()
() ()
() ()

書いた数 [] ×1点(最大5点)

2. 1月の三河地震・令和6年能登半島地震、3月の東日本大震災が起きたのは何年前ですか。

わかった数 [] ×1点(最大3点)

地震の歴史を
調べてみよう！
昔の人に学ぼう！

1891年 濃尾地震
1944年 昭和東南海地震
1945年 三河地震



11月「地域のことを知る」

2026

ぼーサイカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 文化の日	4	5 津波防災の日	6	7
8 あいち 地震防災の日	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23 勤労感謝の日	24	25	26	27	28
29	30					

キリトリ線

地域のハザードマップを見てみよう！



避難場所



のしる

ヤマオリ

やってみよう！

1. この 1 年間で、自分の住んでいる地域のハザードマップを見ましたか。

はい 3 点

いいえ 0 点

2. 災害が起きたとき、命を守るために避難する避難場所を知っていますか。

はい 3 点

いいえ 0 点

上のイラストの白枠に書いておこう！

12月 「体験・学習」

2026

ぼーさいカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7 [*]	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21 [*]	22	23 [*]	24 [*]	25	26
27	28	29	30	31		

★マークのある日はチェック↓

12月に起きた災害	安政東海地震（あんせいとうかいじしん）	1854年12月23日
	安政南海地震（あんせいなんかいじしん）	1854年12月24日
	昭和東南海地震（しょうわとうなんかいじしん）	1944年12月7日
	昭和南海地震（しょうわなんかいじしん）	1946年12月21日

やってみよう！

きんきゅう

1. 緊急地震速報がどのようなものか知っていますか。

はい 3点

いいえ 0点

2. 地震のあと、ボランティアの方がどのような活動をするか知っていますか。

はい 3点

いいえ 0点

愛知県防災学習システムで調べてみよう！

自宅

学校

震度

浸水の
深さ

浸水が
30cmに
到達する
時間

パソコンで見よう！



愛知県防災学習システム



<https://www.quake-learning.pref.aichi.jp/>

1月 「家族との連絡」

2027

ぼーさいおしごと

日 月 火 水 木 金 土

1★
元日

2

3 4 5 6 7 8 9

10 11 12 13★ 14 15 16

成人の日

17★ 18★ 19 20 21 22 23

防災と
ボランティアの日

24 25 26 27 28 29 30

文化財防火デー

31

★マークのある日はチェック↓

1月に
起きた災害

天正地震(てんしょうじしん).....	1586年1月18日
三河地震(みかわじしん).....	1945年1月13日
阪神・淡路大震災(はんしん・あわじだいいしんさい).....	1995年1月17日
令和6年能登半島地震(れいわろくねんのとはんとうじしん).....	2024年1月1日

防災とボランティア週間 1月15日～1月21日

災害用伝言ダイヤルは、171+¹₂(録音再生)+電話番号

メッセージを登録する電話番号

家族の集合場所



ぼーさいの防災ひとこと 5

やってみよう!

1. 地震が起きたときの連絡方法や集合場所について家族で決めていますか。

上のイラストの白枠に書いておこう!

はい 5点

いいえ 0点

2. 災害用伝言ダイヤルの体験利用をしたことがありますか。

はい 5点

いいえ 0点

2月 「地震が起きたあとの生活」

2027

ぼーさいカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11 建国記念の日	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23 天皇誕生日	24	25	26	27
28						

キ
ー
ボ
ー
ド
切
り

やってみよう！

- 1.地震のあと、自宅で生活できなくなったときに、どこの避難所に行くときよいかわかりますか。

避難所と避難場所は同じ場合・違う場合があるよ！

下のイラストの白枠に書いておこう！

はい 3 点

いいえ 0 点

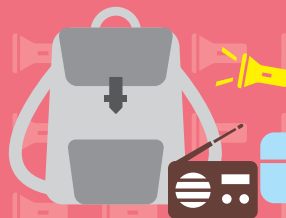
- 2.避難所へ行くときに持っていくものを用意してありますか。

はい 3 点

いいえ 0 点

持ち出し品を整理！

置いてある場所



避難所の場所



3月 「上下水道・電気・ガス」

2027

ぼーさいカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3 [*]	4	5	6
7	8	9	10	11 [*]	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21 春分の日	22 振替休日	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

★マークのある日はチェック↓

3月に 起きた災害	昭和三陸地震（しょうわさんりくじしん）…………… 1933年3月3日 東日本大震災（ひがしにほんだいしんさい）…………… 2011年3月11日
--------------	--

春季全国火災予防運動 3月1日～3月7日

キリトリ
✂

飲料水の備蓄は可能ながぎり7日分！
電気やガスの代わりになるものも！



ぼーさいの防災ひとこと 8

やってみよう！

1. 家族の飲料水は**びちく**何日分備蓄してありますか。

1人分は1日3ℓ！

飲料水 [] 日分 × 1点 (最大7点)

2. 電気やガスの代わりになるもの（かい中電灯や電池、カセットコンロなど）や災害用トイレは備蓄してありますか。

はい 3点 いいえ 0点

4月「備蓄（食料）」

2027

ぼーさいカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14 [★]	15	16 [★]	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29 昭和の日	30	

キ
ー
ボ
ー
ド

やってみよう！

1. 家族の食料は何日分備蓄してありますか。

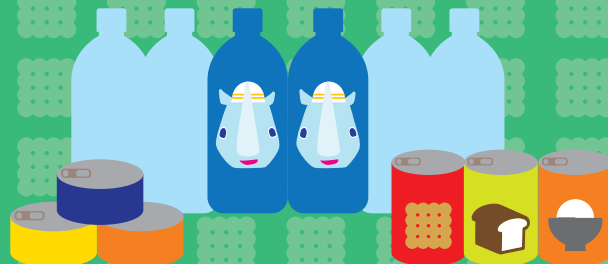
備蓄食料 [] 日分 × 1 点 (最大 7 点)

2. 期限切れになっている備蓄食料はありませんか。

ない 3 点

ある 0 点

食料の備蓄は可能ながぎり 7 日分！



★マークのある日はチェック↓

4 月に
起きた災害 熊本地震（くまもとじしん） 2016 年 4 月 14、16 日

5月「火災」

2027

ぼーサイカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
	憲法記念日	みどりの日	こどもの日			
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

キリトリ

洋服に火がついた! 「ところさん!」

とまる
ころがる
さん
3 回以上



ぼーサイの防災ひとこと 3

のりしろ

タニタリ

やってみよう!

↓火災警報器



1. 家に住宅用火災警報器がついていますか。

はい 3 点

いいえ 0 点

2. 消火器の正しい使い方を知っていますか。

はい 3 点

いいえ 0 点

6月

「建物の安全性」

2027

ぼーサイカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15★	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28★	29	30			

キ
ー
ボ
ー
ド

★マークのある日はチェック↓

6月に 起きた災害	明治三陸地震（めいじさんりくじしん） 1896年6月15日
	福井地震（ふくいじしん） 1948年6月28日

やってみよう！

1. 自分の家は地震が起きても安全な建物ですか。

はい 5 点

いいえ 0 点

2. 自分の家や学校以外で一番長く過ごす建物は地震が起きても安全な建物ですか。

はい 3 点

いいえ 0 点

自宅やよく行く建物の
安全性を確認！何年に
できた...？

7月 「津波避難」

2027

ぼーさいカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19 海の日	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

キリトリ

避難の 合言葉

リーダーがいるとき
リーダーがいないとき

いっしょうけんめい
ついていく
もどらない
おちついて
かえり
にげる



ぼーさいの防災ひとこと 2

やってみよう！

1. 出かける場所が津波の危険がある場所かどうかいつもチェックしていますか。

ハザードマップや
愛知県防災学習システムを見よう！

はい 5 点

いいえ 0 点

2. 海や川に遊びに行くとき、津波から避難する場所を確認していますか。

はい 5 点

いいえ 0 点

8月「家具固定」

2027

ぼーさいカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11 山の日	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26 火山防災の日	27	28
29	30	31				

やってみよう！

1. 寝る場所に地震で倒れてくるものはありますか。

ない 5 点

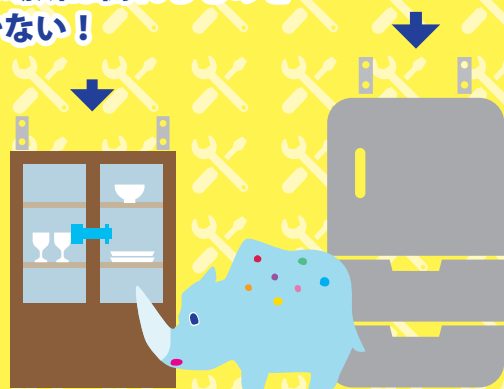
ある 0 点

2. 冷蔵庫、食器棚、タンスは地震が起きても倒れないように固定してありますか。

はい 5 点

いいえ 0 点

室内の家具を固定！
寝る場所は倒れるものを
置かない！



防災週間 8月30日～9月5日



そなえる

防災・減災備L診断 Webサイト



愛知県では、一人一人の状況に合わせた防災情報を提供し、県民の「自助」を促進するため、パソコン及びスマートフォンから診断できるツール「防災・減災備L(そなえる)診断Webサイト」を開設しました。質問に回答することで、その人にあった防災対策の診断結果が表示されます。アプリをダウンロードする必要はなく、パソコンやスマートフォンからだれでもすぐに始められます。

ダウンロード不要 だれでもすぐ診断できる! →

防災・減災備 L 診断

<https://aichi.bosai-gensai.sonal.shindan.pubtech.jp>

愛知県防災学習システムとは

防災マップ

地域周辺の防災マップを見ることが出来るよ!

建物倒壊シミュレータ

自宅の様子をシミュレーションすることが出来るよ!

地域防災の広場

地域の防災情報や安全情報について、みんなで書き込めるよ!

ビデオ教材

防災に関する各種ビデオコンテンツを開覧できるよ!

こんなことが学べるよ!

愛知県防災学習システム

<https://www.quake-learning.pref.aichi.jp/>

地震にそなえて準備しよう!

◀日頃のそなえ



愛知県防災安全局

〒460-8501

愛知県名古屋市中区三の丸3-1-2

☎ 052-954-6190