

# クマから身を守ろう!

クマに出合わないための行動や  
出合ったときの対処法などを確認しよう!



ぼく僕といっしょに  
サバイバルだ!

監修 ● 大西尚樹 (森林総合研究所)  
絵(キャラクター) ● 韓賢東  
イラスト ● 相馬哲也  
デザイン ● 阿部ともみ (ESSSand)  
写真 ● アフロ、iStock、PIXTA



## 1 クマのことを知ろう!

クマってどんな動物? まずはクマについて知ろう!

### 日本にはクマが2種類いるよ!

どちらも主な食べ物はドングリなどの植物だよ。

#### ツキノワグマ

- ◎ 生息地 / 本州・四国
- ◎ 体長 / 1.2~1.8m
- ◎ 体重 / オス50~150kg  
メス40~100kg

#### ヒグマ

- ◎ 生息地 / 北海道
- ◎ 体長 / 1.5~2m
- ◎ 体重 / オス150~400kg  
メス100~300kg

木っ端が  
凄絶!

日本の陸地にすむ  
いちばん大きい動物!



すんでいる  
ところや大きさも  
違うんだね!



ジオ

## 2 出合わない工夫をしよう!

クマは人を避ける習性があるよ。人間がいることを知らせる工夫をしよう。

一人で行動しない!



登下校は  
友だちと  
いっしょに!

音の出る物を持ち歩く!



クマ鈴などを  
つける!

クマがいそうな  
ところに行かない!



草や茂みの  
中に隠れて  
いるかも!

まずは  
出合わない工夫が  
大切だよ!



ピピ

## 3 もし出合ったらゆっくり離れよう!

クマに出合ったら、慌てず落ち着いて行動しよう。



背中を向けず  
ゆっくり  
後ずさりする

頭と顔首を守る!



身をかがめて  
頭などの大事な  
ところを守ろう

もしおそれたら……



ケイ

家のまわりなど、  
身近なところで  
クマがいそうな場所を  
確認しておこう!

## やったらダメ!

- 大きな声を出す!
- 走って逃げる!