

災害が起こったら

万一の時に備えるために

1.地震が発生したら・・・

(1)揺れを感じたら・・・ <まずは身を守ってください！>

『安全確保行動1-2-3』を実践しましょう

- 1 ドロップ：まず姿勢を低く！
- 2 カバー：頭を守って！
- 3 ホールド・オン：揺れが収まるまでじっとして！

『安全確保行動』



提供 効果的な防災訓練と防災啓発提唱会

- ①窓ガラス、倒れやすいものから離れ、落下物・転倒物から身（特に頭部）を守れるよう、机などの下、壁や柱の近くに身を寄せてください。学内では書架の周辺や吹き抜けのあるフロアでの注意が必要です。
- ②ドアや非常口を開けて、避難口を確保してください。
- ③エレベーターの中にいる場合は、全ての階のボタンを押し、停止した階で降りてください。閉じ込められた場合は、非常ボタンを押して、救助を待ってください。
- ④鉄道やバスに乗車中は、つり革、手すりなどにしっかりつかまってください。
- ⑤車に乗車中は、急ブレーキ、急ハンドルは避けて、できるだけ安全な方法により、道路状況を確認して車を左側に停止させてください。

(2)揺れがおさまったら・・・ <避難してください！>

- ①安全な場所へ避難してください。学内の場合は、近くにいる教職員の指示に従い、落ち着いて避難してください（P15の大学内避難マップ参照）。
- ②エレベーターを使用してはいけません。
- ③障害者・負傷者を支援してください。
- ④落下物や倒壊のおそれのあるものに注意してください。切れた電線には近づかないでください。

(3) 緊急地震速報について

緊急地震速報を見聞きしてから強い揺れがくるまでの時間は、数秒か

ら数十秒と極めて短く、震源地から近い所では速報が間に合わないことがあります。

気象庁では、『周囲の状況に応じて、あわてずに、まず身の安全を確保する』ことを利用の心得としています。あわてて、外に飛び出したり、出口、階段に殺到したりすることは危険です。

2.がけ崩れや地割れが発生したら・・・

- ①強い揺れを感じたら、まず、崖から離れてください。また、落石にも注意してください。
なお、地震が収まった後、時間をおいて崩れる場合もあります（二次災害の発生する危険があります）。
- ②道路上で地割れの発生している場所には注意してください。オートバイや自転車では車両のハンドルを取られたり、歩行時には転倒したりなど、思わぬ事故につながる危険があります。

3.火災が発生したら・・・

(1)火災を発見したら・・・ <報知とともに、初期消火を！>

- ①大声で周囲に知らせてください。『火事だあー！』。
- ②火災報知器を使用してください。
- ③119番に通報してください。
- ④消火器・消火栓による初期消火が可能な場合、消火活動を行ってください。避難の目安は天井に火が届くようになったときです。

(2)火災を知ったら・・・ <避難してください！>

- ①緊急放送などで、火災の発生を知ったら、指示に従い、避難してください（学内の場合は、近くの教職員の指示に従い、避難をしてください）。
- ②避難時は、姿勢を低く保ち、濡れたハンカチ・タオルを口と鼻にあてて、できるかぎり煙を吸わないようにしてください。
- ③地震発生時と同様に、エレベーターを使用してはいけません。また、障害者・負傷者を支援してください。
- ④地震発生時とは逆に、延焼防止のためドアは閉めてください。なお、鍵はかけないでください。

4.津波が発生したら・・・

- ①海岸近くで地震を感じたら、まず、海岸から離れてください。近海で大きな地震が発生すると、津波予報よりも先に津波が発生することもあります。急いで近くの高台、あるいはコンクリートビルの高層階へ避難してください。
- ②津波は第一波よりも第二波のほうが大きくなる場合があります。第一波が去ったからといって油断は禁物です。津波注意報や警報が解除されるまでは海岸に近づかないでください。

5.台風・落雷の対応

(1)台風などによる豪雨の対応

- ①豪雨災害とは、洪水害や土砂災害のように台風や集中豪雨などの大雨によって発生する災害です。ハザードマップ等で危険性が確認できますので、普段から気をつけましょう。
- ②豪雨災害はある程度前からその発生を予測することができるので避難可能な場合が多くあります。災害対策機関からの避難指示がありましたら、必ず従ってください。

(2)落雷の対応

- ①雷鳴が聞こえたら、すぐに屋内へ避難してください。雷鳴が聞こえる範囲は、すでに落雷の危険域に入っています。
- ②大きな木の下では放電による被害が発生します。幹から離れ、姿勢を低くしてください(両足を揃えてしゃがみ、指で両耳穴をふさぐ)。
- ③電車や飛行機の中は安全です。車内では人への直撃はありませんが、火災発生の事例があります。また、建物の中では、電気器具・窓や壁から1m以上離れてください(放電による被害を受けることがあります)。



6.災害への備え

(1)非常持出品を準備しましょう！

関東大震災クラスの災害時には、被災地に救援物資が届くまでに3日かかるといわれています。非常持出品を準備しておきましょう。荷物は避難の妨げにならないよう、両手が使えるリュックタイプの袋などにコンパクトにまとめましょう。重さの目安は男性で15kg、女性で10kg程度です。

食料など	その他
<input type="checkbox"/> 非常食(栄養補助食品、缶詰等)	<input type="checkbox"/> 現金(小銭を含む)、貴重品
<input type="checkbox"/> 飲料水(1人1日当り3ℓが目安)	<input type="checkbox"/> 携帯ラジオ
救急・安全	<input type="checkbox"/> 懐中電灯、ろうそく
<input type="checkbox"/> 絆創膏、包帯	<input type="checkbox"/> モバイルバッテリー(電池式等)
<input type="checkbox"/> 薬(消毒薬、胃腸薬、鎮痛剤等)	<input type="checkbox"/> 乾電池
<input type="checkbox"/> 常備薬	<input type="checkbox"/> ライターかマッチ
<input type="checkbox"/> ティッシュ、ウェットティッシュ	<input type="checkbox"/> ビニール袋
<input type="checkbox"/> マスク	<input type="checkbox"/> 折りたたみポリタンク
<input type="checkbox"/> 防災ずきん	<input type="checkbox"/> 筆記用具、メモ用紙
<input type="checkbox"/> 底の厚い靴	<input type="checkbox"/> 雨具
<input type="checkbox"/> 軍手	<input type="checkbox"/> 予備の眼鏡、コンタクトレンズ
<input type="checkbox"/> 衣類	<input type="checkbox"/> 自己の必需品

(2)家具などの転倒・落下防止に備えましょう！

阪神・淡路大震災で亡くなった方の8割以上は家屋の倒壊が原因で、怪我をした方の半数近くは家具の転倒が原因でした。大型の家具や家電などは固定していないと、思わぬ凶器となりますので、ふだんから家具などはしっかり固定しましょう。また、ガラス戸には破損に備え、飛散防止用のフィルムを貼っておきましょう。

(3)家族と打ち合わせをしておきましょう！

災害は突然襲ってきます。そして家族が一緒に起きるとは限りません。日頃から以下の点について話し合っておきましょう。
・災害時の連絡方法や家族で落ち合う場所を決めておきましょう。
・指定避難場所と避難経路の確認をしましょう。

7.災害時の連絡方法

(1)災害用伝言ダイヤル

地震などの災害が発生し、被災地への通信が増加し、つながりにくい状況になった場合に災害用伝言ダイヤルの提供が開始されます。「171」にダイヤルしてください。その後、音声ガイダンスに従って伝言の録音・再生ができます。
※ダイヤル「171」は、「いない」が覚えやすいです。

(2)災害用伝言板

携帯電話事業者各社では、大規模な災害時に携帯電話やスマートフォンで安否確認ができる「災害用伝言板」を提供しています。詳細は、事業者のホームページを確認してください。

(3)大学への連絡について

災害が発生した場合、連絡可能な状況になり次第、巻末記載の「災害時の大学連絡先」に記載のとおり安否確認の連絡をしてください。大学から「ポタロウ」を通じて安否確認をする場合があります。安否確認回答画面は「ポタロウ」にログイン後、表示されます。

※ポタロウ URL

<https://p.surugadai.ac.jp/> |



8.緊急時の救助活動

高齢者や障害がある方、妊婦や小さな子供などは、避難の際に周りの協力が必要になります。皆さんの手助けが大いに求められる場面に出会うことがあります。

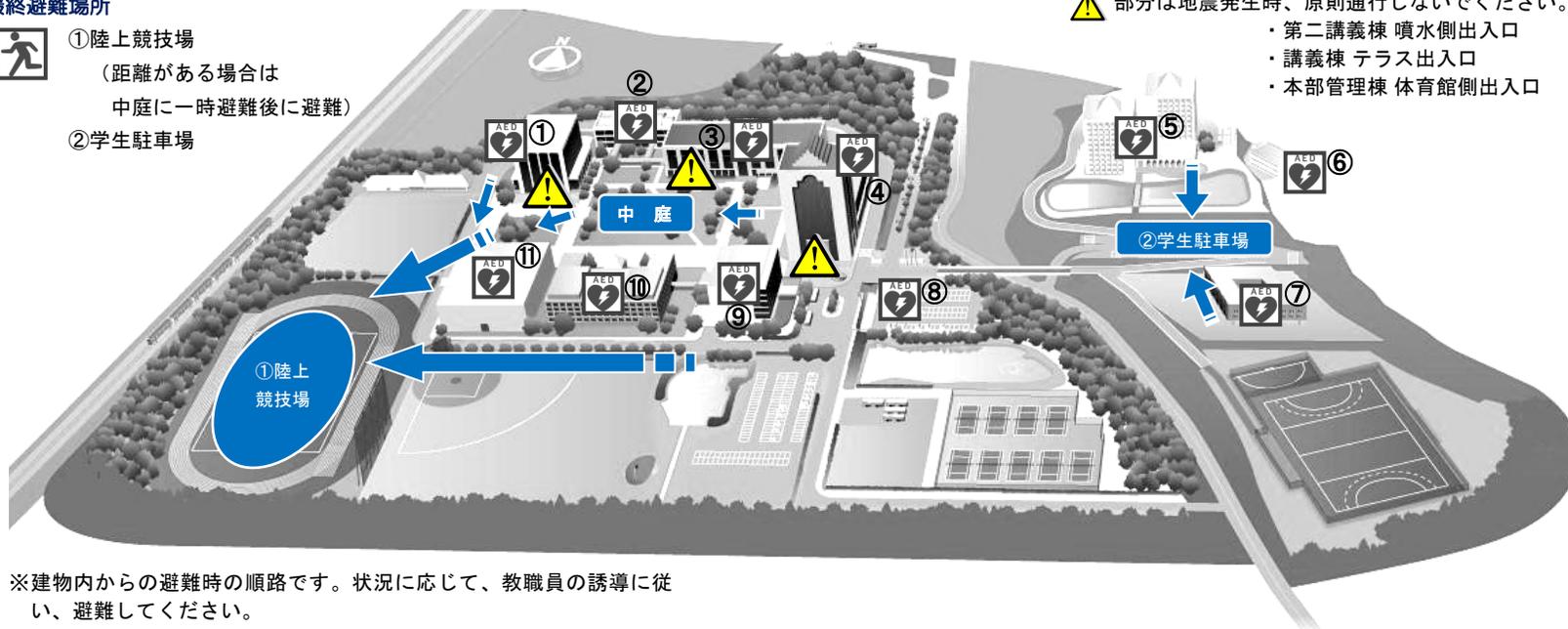
災害の規模が大きいくほど、災害救護活動にはボランティアの協力が必要になります。ボランティア活動に参加する場合は、自らの身の安全を確保し、二次災害に遭わないよう、十分注意して行動してください。

9.大学内避難マップ

最終避難場所



- ①陸上競技場
(距離がある場合は
中庭に一時避難後に避難)
- ②学生駐車場



※建物の間や下は、建物の倒壊・ガラスの飛散に気をつけて避難してください。

- ⚠ 部分は地震発生時、原則通行しないでください。
 - ・第二講義棟 噴水側出入口
 - ・講義棟 テラス出入口
 - ・本部管理棟 体育館側出入口

※建物内からの避難時の順路です。状況に応じて、教職員の誘導に従い、避難してください。

10.AED (自動体外式除細動器) 設置場所

AEDは、心室細動（心臓が細かく震え、正常に血液を全身に送ることができない状態）による心停止状態となったときに、心臓に電気ショックを与えて心臓の動きを正常に戻すための機器です。操作方法が音声ガイダンスにより指示され、電気ショックが必要かどうかをAEDが判断し、順を追って使うことができるように設計されています。日頃から、学内のどこにAEDが設置されているのかを確認しておきましょう。



- ①本部管理棟 1階
- ⑥フロンテア S 2階
- ⑪体育館体育課事務室
- ②ゼミナル棟 1階
- ⑦スポーツ館 1階
- ③講義棟 1階
- ⑧守衛所
- ④第二講義棟 1階
- ⑨大学会館 1階
- ⑤フロンテアタワー 1階
- ⑩メディアセンター 1階

11.大学周辺の避難場所

飯能市が指定している避難所があり、大学のある加治地区では以下の場所です。各自治体が指定している避難所がありますので、皆さんの住んでいる場所から一番近い避難所を事前に確認しておきましょう。

名称	所在地	電話番号	地震	土砂災害
県立飯能高等学校 南校舎	阿須 298-2	042-974-1001	○	○
加治中学校	阿須 164-1	042-973-2222	○	
加治東小学校	岩沢 1243	042-973-5141	○	
加治小学校	川寺 500	042-972-2319	○	
加治東保育所	岩沢 1283-1	042-974-4547	×	
加治保育所	川寺 531-4	042-972-2235	○	
加治東地区行政センター	岩沢 1283-1	042-974-4546	×	
加治地区行政センター	笠縫 59-1	042-972-2313	×	
市民体育館	阿須 812-3	042-972-6506	○	