

防災ハンドブック

2021 年度

日本赤十字看護大学

(広尾キャンパス)

本学の防災ハンドブック

この防災ハンドブックは、地震、風水害および火災発生時における各自の基本的な対応と本学の対応に必要な事項から構成しています。

災害はいつ、どこで起こるかわかりません。災害にあった時、自分の身は自分で守るため、自身で対応するためには、日頃からの準備が大切です。

この防災ハンドブックは、日本赤十字看護大学の教職員・学生が携帯し、「いざ」という時に利用するために作成しました。災害に備え、いつも携帯し、活用して下さい。

必要に応じて改訂をしていきますので、ご意見をお寄せ下さい。

目次

I. 災害時の対応.....	1
A. 災害が発生した場合.....	1
1. 行動の原則.....	1
2. 大学内にいる場合.....	2
3. 実習施設内（病院、訪問ステーション、介護老人福祉施設など）にいる場合.....	2
4. 移動中の場合.....	2
5. 帰宅困難の場合.....	2
B. 災害が予測される場合.....	3
1. 天気予報などで災害が事前に予測される場合.....	3
2. 特別警報が発表された場合.....	3
C. 災害への備え.....	3
1. 災害を知る（ハザードマップ）.....	3
2. 備蓄.....	3
3. 連絡.....	3
II. 災害別の対応.....	4
A. 大地震.....	4
1. 共通事項.....	4
2. 実習施設内にいる場合.....	5
3. 外出中.....	6
4. 地震に対する日頃からの備え.....	7
B. 風水害.....	8
1. 風水害への備え.....	8
2. 風水害発生時の対応.....	8
3. 実習期間の場合.....	8
C. 火災.....	9
1. 火災発生への備え.....	9
2. 火災発見時.....	9
3. 初期消火.....	9
4. 119番通報.....	9
5. 避難時の注意.....	10
6. 避難状況の確認.....	10
情報収集の方法.....	10
資料1 災害伝言ダイヤル（171）の基本的操作.....	11
資料2 警戒レベル.....	12
資料3 避難指示.....	14
資料4 震度とゆれの状況.....	15

I. 災害時の対応

A. 災害が発生した場合

1. 行動の原則

a. 安全の確保

- (1) 窓および落下物の側から離れる（地震、竜巻など）
- (2) 机の下に入る、バックで頭を守る
- (3) 扉を開け避難路を確保する（地震など）
- (4) 火元から離れる（火災の場合）

b. 被災状況の確認

- (1) けが人・建物の状況確認
- (2) 避難準備（安全な避難路を判断する、携帯電話・貴重品・口を覆うものを持つ）
- (3) 避難に関する情報の確認

c. 避難

- (1) 速やかに避難開始
- (2) 学生・教職員の避難を促す
- (3) 避難場所で状況報告

d. 安否の連絡

- (1) 大学への連絡
 - ① 学内一時避難場所で教職員による安否確認が行われる場合は、そこで報告する。
 - ② 大学から緊急安否確認のメールが配信（緊急安否コール）された場合は、身の安全が確保できたら速やかに返信をする。
 - ③ 教職員および安否確認メールによる、大学への安否連絡ができない場合は、身の安全が確保できた後に、電話やメールなど利用可能な通信手段を用いて大学事務局に安否を報告する。
 - ④ 電話回線の混雑など通常の方法では連絡が難しい場合は、災害伝言ダイヤル（171）に伝言を録音する。

大学への緊急連絡電話番号

平日 9:00-18:00 03-3409-0875、夜間休日 070-3525-8562

(2) 家族への連絡

- ・ 予め家族での連絡方法を決めておく（本学緊急安否コール、LINE、SNS、メール、電話など）。
- ・ NTT の災害用伝言ダイヤル、携帯電話各社の災害用伝言板を活用する。

災害用伝言ダイヤル（171）とは

地震・風水害・噴火などの災害の発生により、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提供が開始される声の伝言板で、**災害発生時に提供される**（操作方法:資料2参照）。

e. 災害情報の確認

- ・ 災害の程度、被害状況、交通機関の運行状況などの状況を確認する。

f. その他

- ・ 休講や授業再開などの情報は大学ホームページやポータルサイトへの配信により通知する。

2. 大学内にいる場合

発災直後から状況が落ち着くまでは、大学の指揮下に入る。

- ・教職員の指示のもと行動する。
- ・夜間・休日などは施設内にいる教職員の指示に従う。不在の場合は自身の判断で行動する。
- ・教員がいない場合は、周囲の人と声をかけあって避難する。

3. 実習施設内（病院、訪問ステーション、介護老人福祉施設など）にいる場合

発災直後から状況が落ち着くまでは、施設の指揮下に入る。

- ・病院師長、担当教員の指揮のもと行動する。
- ・看護単位の責任者（看護師長、看護長、実習担当者など）、担当教員の指示のもと、指定の場所に移動する。
- ・落ち着くまでは避難場所で待機する。

4. 移動中の場合

災害により交通機能が停止した場合は、むやみに移動をしないことが基本である。

安全な場所に留まることを考える。

- ・通学中は大学（大学への緊急連絡電話番号）、実習中は担当教員に電話をする。
- ・交通機関の運行状況などの確認をする。
- ・安全な場所に留まる。
- ・安全を確認したら、最寄りの一時滞在施設、自宅、大学に行く。
- ・落ち着いたら、状況を家族と大学に連絡する。

5. 帰宅困難の場合

災害等により交通機能が停止した場合、もしくは災害により一斉帰宅抑制の呼びかけがあった場合は、安全な場所に留まる。

- (1) 原則として休校である。
- (2) 自宅にいる場合は、そのまま待機する。
- (3) 通学途中で、地下鉄または鉄道乗車中は、交通機関の責任者の指示に従う。帰宅が難しい時は、大学に近い場合は大学に向かい、無理な場合は最寄りの一時滞在施設に向かう。
- (4) 学内の場合は、学内に留まり、教職員の指示に従う。

*大学が休講になる場合は、大学ホームページ、ポータルサイト、メール等電子情報、または学内掲示等により伝達するため、必ず確認すること。

*一斉帰宅抑制とは

災害が発生すると、公共交通機関が運行を停止し、当分の間復旧の見通しが無い場合が想定されます。

多数の帰宅困難者が一斉に移動すると大渋滞が発生し、救急車両の妨げになったり、余震などによる転倒、窓ガラスや看板の落下などがあり大変危険です。

混乱及び事故の発生等を防止するために、東京都が「一斉帰宅抑制」の呼びかけを行うことがあります。

「一斉帰宅抑制」の呼びかけがあった場合は、むやみに移動や帰宅をせずに、安全な場所に留まること。

B. 災害が予測される場合

1. 天気予報などで災害が事前に予測される場合

天気予報などで災害が予測されたり、大事故等により身に危険が及ぶことが予測される時の原則は以下の通りである。ただし、事象や被害の状況によるので、大学ホームページ、ポータルサイト、メール等電子情報、または学内掲示等により伝達するため、必ず確認すること。

a. 事前に台風、大雨などが予測される場合

学長が、必要と判断した場合は休講とする

b. 通学圏の交通機関が長時間運行停止状態の場合

- (1) 午前6時までには開通した場合は、平常通り授業を行う
- (2) 午前6時から午前9時に再開した場合は、午前中の授業を休講とし、午後からの授業を行う
- (3) 午前9時時点で運行停止状態にある場合は、原則、当日の授業を全て休講とする（部分的な停止の場合は、講義を行うこともある。）

2. 特別警報が発表された場合

特別警報の発表は、発表された地域において、これまでに経験したことのないような、重大な危険が差し迫った異常な状況であり、この数十年間災害の経験が無い地域でも、重大な災害の起こるおそれが著しく高まっているため、油断してはいけなことを示している。災害により対応が以下のように異なる。

- ・ 大雨の場合は、土砂崩れや浸水による何らかの災害がすでに発生している可能性が極めて高く、警戒レベル5（p15参照）に相当する状況である。命を守るためにその場でできる対応の最善を尽くす。
- ・ 津波の場合は、ただちに高台や避難ビルなど安全な場所へ避難する。
- ・ 火山噴火の場合は、警戒が必要な範囲からの避難や避難の準備をする。
- ・ 地震（地震動）の場合は、震度6弱以上の緊急地震速報が特別警報に相当する。周囲の状況に応じて、身の安全を確保する。

a. 大学内にいる場合

構内に留まり、教職員の指示に従う。

b. 実習施設内にいる場合

看護単位の責任者（看護師長、看護長、実習担当者など）、担当教員の指示に従う。

c. 移動中の場合

上記の災害事象に応じた、対応をする。

C. 災害への備え

1. 災害を知る（ハザードマップ）

- ・ 生活・行動圏（自宅・大学・実習場所など）において起こりうる災害の情報を得ておく。

2. 備蓄

- ・ 飲料水、非常食（菓子類など）、常備薬、洗面・排泄に関する日用品（歯ブラシ、ティッシュ、生理用品など）など。

3. 連絡

- ・ 家族、大学などへの連絡方法を確認し、それらの連絡先を携帯し、いつでも連絡できるようにしておく。
- ・ 携帯電話の充電をしておく、あるいは充電ができるようなものを準備しておく。
- ・ 実習施設内（または実習施設近辺）の公衆電話の場所を確認しておく。

II. 災害別の対応

A. 大地震

1. 共通事項

a. 地震発生時の安全確保

- ・ 落ち着いて冷静になる。
- ・ 机の下などに入る。バッグや手などで頭を守る。
- ・ ガラスの破片が落ちてくる場所から離れる。
- ・ 本棚などが転倒しそうな場所から離れる。
- ・ 頭上に落下物がある場所から離れる。
- ・ ドア付近にいたら、ドアを開け、出口を確保する。
- ・ 火を使っていたら、すぐに消す（危険な場合は揺れがおさまってから行う）。

b. 揺れがおさまったら被災状況の確認

- ・ 建物は安全か、火災は起きていないか、周囲に負傷者がいないかなどを確認する。
- ・ 火災を発見したら、可能であれば消火を行う。周囲に人がいれば共に行き、消防所（119番）に連絡する。
- ・ 自分が負傷した場合、大声を出して助けを求める。
- ・ 負傷者を見つけたら、救助を行うとともに、周囲に協力を呼びかける。
- ・ 建物の状況を確認し、安全だと思ったら、その場を動かない。

c. 地震時の避難

- ・ 避難が必要だと考えたら、その旨を提案し避難する。または、非常放送があったら、その指示に従う。
- ・ 建物の状況を確認し、安全が確認できない時は、学内一時避難場所へ避難を開始する。
- ・ 避難時、エレベーターは使用しない。
- ・ 仲間および周囲の人と協力し声を掛けながら避難する。
- ・ あわてず、さわがず、落ち着いて行動する。火災時は、ハンカチなどで口と鼻を被い、身を低くして移動する。
- ・ 非常放送が入った場合には、静かに指示を聞く。
- ・ 全館停電となった場合は、非常灯が（20分程度）点灯する。日没後は周囲の状況が把握できるまで、むやみに動かない。
- ・ 避難途中で怪我などをした場合は、声を出して存在を避難者に伝える。気づいた者は、自分の身の安全を確保し、周囲の者とともに、負傷者を介助しながら避難する。または、助けを呼ぶ。

d. 避難場所

- ・ 避難場所は広くて火災の延焼がない場所が適している。
- ・ 大学では以下の場所を避難場所として想定しているが被災状況により安全な場所に避難する。

大学		区・市指定場所	
キャンパス	学内一時（いつとき） 避難場所	一時（いつとき）集合場所 さいたま市指定緊急避難所	渋谷区避難場所 広域避難場所
	災害時に自宅等が危険な場合に、災害の様子を見る、避難場所へ避難するために一時的に集合する場所です。		広がった火災から避難する場所です。
広尾	西側駐車場	広尾公園のため直接避難場所へ →	聖心女子大一带
武蔵野	病院の指定避難場所	武蔵野市立境南小学校	国際基督教大学周辺
大宮	大学正門周囲	さいたま市立上落合小学校	与野公園

e. 学内一時避難場所到着後

- ・ すみやかに整列し、人数を確認して教職員に報告する。教員は本部へ報告する。

f. 余震がおさまり落ち着いたら

(1) 帰宅できる場合

- ・一斉帰宅抑制の呼びかけがなく、自宅までの交通機関が運行していれば、帰宅を検討する。
- ・徒歩帰宅の目安は20km以内である。以下は広尾キャンパスから20km以内にある街である。
東京都：東京23区、狛江市、調布市、三鷹市、武蔵野市、西東京市、小金井市、東久留米市、国分寺市
埼玉県：朝霞市、川口市、さいたま市、志木市、草加市、戸田市、新座市、鳩ヶ谷市、八潮市、和光市、蕨市
神奈川県：川崎市
千葉県：市川市、浦安市
- ・帰宅時注意事項

ターミナル駅や繁華街など人が集中する場所はできるだけ避ける。
幹線道路を通る（日頃から、複数の帰宅ルートを設定しておき、安全なルートを通る）。
自治体が主要幹線道路に設置した帰宅支援ステーションを利用する。

(2) 大学に残る場合

- ・一斉帰宅抑制の呼びかけ、交通機関が止まっていたら、学内に留まる。
- ・教職員の指示に従う。
- ・体調が悪くなった場合は、学内救護所に連絡する。
- ・学内避難所では、火気使用禁止、禁煙、禁酒、土足禁止。
- ・学内避難所では大学の指示に従い、生活物資などの運搬や避難所運営に協力する。
- ・水道が断水時は、トイレの使用は禁止し、汚物処理パックを使用する（汚物処理パックがなくなった時はビニール袋などの代用品を使用する）。
- ・大学施設が使用できない場合、大学が用意した避難所または自治体の避難所に避難する。
- ・避難開始後の状況を見て、交通機関の復旧状況など安全に帰宅できる状況になったら帰宅する。

(3) 渋谷区の帰宅困難者支援（受入）施設

渋谷区では震度5弱以上の地震が発生し交通機関が止まったとき、帰宅困難者支援（受入）施設を用意し、休憩場所・トイレ・情報を提供している。

（注）渋谷区立小中学校・区民施設（避難所：自宅に住めなくなった区民向け）は利用できない。

◆渋谷区HP「渋谷区防災ポータル」<http://bosai.city.shibuya.tokyo.jp/> で下記が確認できます。

- ①避難情報：渋谷区帰宅困難者受入施設一覧、避難所・自主避難所一覧、緊急医療救護所一覧、災害用伝言ダイヤル、各種防災マップ
- ②公共情報、③被害情報、④気象情報

2. 実習施設内にいる場合

実習先においても、上記「1. 共通事項」のaは同様に対応する。その他に、揺れがおさまった時には以下のように対応する。

(1) 安全確認

- ・火災や負傷者がいる場合、ナースステーションなどに連絡をする。

(2) 安否報告

- ・ナースステーションなどの管理部署に行き、自分の安否を報告し、施設責任者の指示に従う。
- ・大学から緊急安否確認のメールが配信された場合は、身の安全が確保できたら速やかに返信をする。
- ・実習施設に指導教員が不在の場合は、指導教員に連絡をする。
- ・実習続行かどうかは、施設責任者もしくは指導教員の指示に従う。

(3) 避難

- ・患者避難の必要がある場合、施設責任者もしくは指導教員などの指示に従う。
- ・避難する場合は、施設責任者もしくは指導教員などの指示に従う。

(4) 避難場所

- ・実習施設が指定している避難場所に避難する。

(5) 帰宅の可否

- ・施設責任者もしくは指導教員などから帰宅可能者への帰宅指示があった場合は、帰宅する。
- ・徒歩帰宅の目安は実習場所から自宅までが20km以内。
- ・一斉帰宅抑制の呼びかけなど帰宅できない場合、施設責任者もしくは指導教員などの指示に従う。
- ・実習施設が避難場所になった場合、施設責任者もしくは指導教員などの指示に従い、被災者などに対する救護活動に協力する。
- ・訪問先で実習中の場合、実習続行の可否や避難について、指導者（教員または保健師・訪問看護師）の指示に従う。

3. 外出中

a. 地震発生時

(1) 車の運転中

- ・徐々に速度を落とし交差点を避け、道路の左側に止めエンジンを切る。
- ・避難する時は、火災にまきこまれないよう窓を閉め、キーをつけたままにしておく。

(2) 電車やバスの中

- ・つり革や手すりにしっかりつかまる
- ・途中で止まっても勝手に車外に出ないようにし乗務員の指示に従って落ち着いた行動をとる。

(3) 商店街・ビル街

- ・落下物で怪我をしないよう、カバンなどで頭を保護して近くの空地などに避難する。
- ・ガラスの破片、看板、タイルなどの落下物に十分注意する。

(4) エレベーターの中

- ・直ちに各階のボタンをすべて押し、停止した階で降りる。
- ・万一、停電などで閉じ込められたら、非常用電話で救助を求める。

(5) 劇場・ホール

- ・落下物で怪我をしないよう、イスの間にしゃがみ込み、カバンなどで頭を保護する。
- ・あわてて出口に殺到せず、係員の指示に従い外へ出る。

(6) スーパー・デパート

- ・カバンなどで頭を保護し、ショーウィンドウから離れ柱や壁ぎわに身を寄せる。
- ・係員の指示に従い、落ちついた行動をとる。

(7) 地下街

- ・壁面の太い柱に身を寄せ、係員の指示に従う。
- ・停電になっても非常灯がつくので落ちついた行動をとる。

(8) 住宅街

- ・ブロック塀や門柱、自動販売機などの近くからすぐに離れる。
- ・落下物の危険のないよう、広場のような安全な場所に避難する。

b. 揺れがおさまったら

- (1) 安全確認 交通機関が非常停止した場合、乗務員の案内をよく聞く。
- (2) 避難 非常放送があったら、その指示に従う。
- (3) 避難場所 状況に応じて、外出先の近くの一時集合場所あるいは広域避難場所に避難する（防災無線による放送などの案内に注意する）。

c. 余震がおさまり落ち着いたら

帰宅が可能であると判断された場合は、危険がないことを確認しながら、帰宅する（p5「1. 共通事項」参照）。帰宅ができない場合は以下のように対応する。

- ・帰宅困難者への情報提供に注意する。
- ・被災した近くに自治体などの避難所が開設された場合は利用する。
- ・体調が悪くなった場合は、避難所の係員に連絡する。
- ・避難所では、火気使用禁止、禁煙、禁酒、土足禁止。
- ・避難所では係員の指示に従い、生活物資などの運搬や避難所運営に協力する。
- ・避難開始後の状況を見て、交通機関の復旧状況により帰宅できる場合は、帰宅する。

4. 地震に対する日頃からの備え

a. 大学内

- ・ 各教室などから一時避難場所への避難ルートの確認
- ・ 消火器の設置場所の確認
- ・ 大学から自宅までの避難ルートの確認
- ・ 家族との連絡方法の確認
- ・ 非常用の飲料水と食料の備蓄（3日分程度）
- ・ 季節に応じた冷暖準備（携帯カイロ、タオルなど）
- ・ 渋谷区のハザードマップを確認
- ・ 帰宅地図の作成

b. 実習施設内

- ・ 避難ルート、消火器・消火栓・患者の避難方法など、実習先での避難ルートや災害時の対応についてオリエンテーションを受けておく。
- ・ 施設が位置する地域のハザードマップを、訪問する前に確認しておく

c. 自宅

- ・ 自宅の耐震強度の確認
- ・ 照明器具、棚、タンスなどの転倒防止対策
- ・ 自宅付近の避難場所の確認
- ・ 自宅から避難場所までの避難ルートの確認
- ・ 非常持ち出し物品の準備
- ・ 貴重品を安全な場所に保管
- ・ 非常用の飲料水と食料の備蓄（3日分程度）
- ・ 家族との連絡方法の確認
- ・ 自宅がある地域のハザードマップを確認しておく
- ・ 近隣住民とのコミュニケーション

B. 風水害

大雨や台風から身を守るためには、情報の収集が大切である。台風や大雨は、いつ、どこで、どのくらいの強さで発生するか、ある程度予想することができ、気象庁から「防災気象情報」として発表されている。ラジオ、気象庁のホームページなどで最新の防災気象情報を収集するように心掛け、時間を追って段階的に発表される「注意報」や「警報」を活用して、早めに危険を回避し、身の安全が確保できる行動をとる。

1. 風水害への備え

台風や大雨の備えとして、強い風や雨が始まる前にしておくべきことがある。日頃から次のような備えをしておく。

a. 災害を知る（ハザードマップ）

- ・ 自分達の住んでいる地域の危険性（過去の浸水体験、低地かなど）を把握し、対策を立てる。
 - ① 市区町村が作成しているハザードマップで、危険箇所や避難場所を確認する。
 - ② 瓦、アンテナ、雨樋、プロパンガス容器などの屋外設置物が、風に飛ばされないようにしっかり固定されているか確認する。

b. 災害気象情報の確認

- ・ テレビ、ラジオや防災無線などの気象情報から、大雨の状況や予報等の情報を得るとともに、時々周辺の降雨や増水状況を確認する。

c. 風水害への準備

- ・ 懐中電灯、携帯ラジオ、救急薬品、衣類、非常用食品、飲料水などを点検・確保する。
- ・ 家電・畳等・水にぬらしたくないものを上階へ移動しておく。
- ・ 地下室があれば、出入りに止水板や土のうを置いて、浸水を防ぐ。
- ・ 避難指示が出た時に、すぐ動けるように準備する。
- ・ 水の流れをスムーズにするために、側溝、排水路を掃除する。

2. 風水害発生時の対応

- ・ 風水害時は、正確な情報を入手し、それをもとに行動する。
- ・ 水害・土砂災害の防災情報を確認し、警戒レベルを基に適切な時期に避難する。
災害対策基本法が2021年5月に改正され、避難情報に関するガイドラインが公表されました。
資料2の「警戒レベル」と「取るべき行動」を参照する（p.12～13 参照）。

3. 実習期間の場合

a. 実習施設の最寄り駅を運行する全路線の電車が運行できない場合

- ・ 実習中または実習施設へ向かう途中の場合は、当該実習担当教員の指示に従う。
- ・ 実習中に実習が中止となった場合、交通機関の運行状況や気象災害状況から帰宅が可能かどうか当該実習担当教員に相談し行動する（p.3 4. 参照）。

b. 自宅の最寄り駅を運行する全路線の電車が運行できない場合

- ・ バス等による振替輸送がなく実習施設へたどり着く手段がない場合は、当該実習担当教員へ連絡し指示に従う。

c. 情報収集

- ・ 天気予報の情報等から翌日の気象状況について予測可能な場合は、事前に実習の有無について大学ホームページやポータルサイトへの配信により通知する。
- ・ 交通機関の運行状況は、Web・テレビ・ラジオのニュースにより各人が確認する。

C. 火災

火災が発生した場合には、炎と煙に気をつける。炎は、壁やカーテンを伝って燃え広がる。また煙は視界を遮り、避難の妨げやパニックを起こすほかにも、有毒物質（一酸化炭素やシアン化水素など）を含み、吸い込むと命にかかわることもある。煙は上昇する動きが人間に比べて極めて速いのが特徴である。

1. 火災発生への備え

- ・ 本学はキャンパス内、敷地内は喫煙禁止。
- ・ 火気近くに燃えやすいものを置かない。
- ・ 消火器、消火栓、火災報知器、放送設備等の使用方法や設置場所などを確認しておく。
- ・ 二つ以上の別な方向への避難経路を決めておく。
- ・ 廊下や出入口、階段などには避難の妨げになるようなものを置かない。
- ・ 非常持出物品の内容物及び置き場所について確認しておく。

2. 火災発見時

- ① 大声で周囲に知らせる。また、火災報知器を使用する。
- ② 煙を吸い込まないように、口と鼻をハンカチなど布で被い、身を低くして移動する。
- ③ 明らかに消火不可能な場合は避難し、必ず119番通報し、火事であることを通報する。
(天井に火が燃え移ったときが避難の目安。)
- ④ 重傷者がいる場合は、119番通報し、救急車要請をする。

3. 初期消火

初期消火では、消火器や水だけではなく、座布団でたたき、毛布をかぶせるなどの方法もある。初期消火は、炎が人の背丈を越え、天井などに燃え移るようになったら限界と判断し、速やかに避難を開始する。避難する際には可能であればドアや窓を閉めきって空気を遮断する。避難時は、エレベーターの使用は厳禁となる。防火扉が閉まっていたら、必ず横の避難戸を探して避難する。

a. 消火器の使用方法

- ① 火元近くまで消火器を運ぶ。(できるだけ3～4mまで近づく。)
- ② 黄色いピンを上引き抜く。(持ち運ぶ前にピンを抜かない。屋外火災のときは、風上から放射)
- ③ ホースを外して目標に向ける。(炎に向けず、燃えているものに向ける。)
- ④ 手元のレバーを強く握りしめる。
※ 粉末消火器の場合、消火薬剤が燃焼物の中へ浸透しませんので、消火器使用后十分に水をかけて燃焼物の中に残る火種を完全に消火しましょう。

b. 消火栓の使用方法

- ① ホースをのばす。(手前からホウキで掃くようにホースを動かす。)
- ② ポンプ起動スイッチを押す。
- ③ 開閉弁を開く。
- ④ 出火場所へ行き、燃えているものへ放水する。

4. 119番通報

落ち着いて火災の発生場所と状況を正しくはっきりと知らせる。

5. 避難時の注意

- ・ 避難時の「お」「か」「し」「も」
「お」・・・おさない
「か」・・・かけない
「し」・・・しゃべらない
「も」・・・もどらない
- ・ あわてず、さわがず、落ち着いて行動する。
- ・ 非常放送が入った場合には、静かに指示を聞く。
- ・ 姿勢を低くして、ぬれたハンカチやタオルを口と鼻に当て、煙を吸わないようにする。
- ・ 非常持出物品を持って避難する。
- ・ エレベーターは使用しない。
- ・ 施設に不慣れな来客者や障害者の方などの避難を支援する。
- ・ 延焼を少しでも抑えるため、ドア及び窓は閉める。鍵はかけない。
(但し、地震のときはドアが変形して開かなくなることがあるので、開放して避難する。)
- ・ いったん避難したら再び中には戻らない。

6. 避難状況の確認

避難場所に到着後、避難完了者、負傷者、要救助者の人数と状況を教職員に知らせる。

情報収集の方法

1. 地域防災情報

- (1) しぶや安全・安心メール
https://www.city.shibuya.tokyo.jp/anzen/bosai/saigai_sonae/anzen_mail.html
- (2) さいたま県防災情報メール
<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0402/903-20091202-28.html>

2. 交通情報（運行情報）

- (1) JR 東日本 https://traininfo.jreast.co.jp/train_info/
- (2) 地下鉄 <https://www.tokyometro.jp/unkou/>
- (3) 都バス <https://tobus.jp/blsys/navi>

3. 防災に関する情報

- (1) 東京都防災ホームページ <https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/1002147/index.html>
- (2) 渋谷区民防災マニュアル
https://www.city.shibuya.tokyo.jp/anzen/bosai/bosai_manual_map/manual.html
- (3) 東京都帰宅困難者対策ハンドブック
https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/_res/projects/default_project/_page_/001/001/369/201908.pdf
- (4) 埼玉県災害情報 <https://www.pref.saitama.lg.jp/kurashi/bosai/saigai/index.html>
- (5) 埼玉県防災マニュアル「イツモ防災」 <https://www.pref.saitama.lg.jp/a0401/itsumobo-sai.html>
- (6) さいたま市防災情報 <https://www.city.saitama.jp/001/011/015/index.html>

資料1 災害伝言ダイヤル（171）の基本的操作

【災害用伝言ダイヤル（171）の基本的操作方法】

「171」をダイヤルし、音声ガイダンスに従って伝言の録音、再生を行って下さい。

操作手順		伝言の録音		伝言の再生		
①	171をダイヤル	1 7 1				
②	録音または再生を選ぶ。	[ガイダンス] こちらは災害用伝言ダイヤルセンターです。録音される方は1、再生される方は2、暗証番号を利用する録音は3、暗証番号を利用する再生は4をダイヤルして下さい。				
		(暗証番号なし)		(暗証番号あり)		
		1	3 [ガイダンス] 4桁の暗証番号をダイヤルして下さい。	2	4 [ガイダンス] 4桁の暗証番号をダイヤルして下さい。	
		XXXX		XXXX		
③	被災地の方の電話番号を入力する。	[ガイダンス] 被災地の方のご自宅の電話番号を、または、連絡を取りたい被災地の方の電話番号を市外局番からダイヤルして下さい。 0 XXX XXX XXXX				
伝言ダイヤルセンターに接続します。						
④	メッセージの録音 メッセージの再生	[ガイダンス] 電話番号XXXXXXXX (暗証番号XXXX) の伝言を録音します。プッシュ式の電話機をご利用の方は数字の「1」をおして下さい。ダイヤル式の方はそのままお待ち下さい。なお、電話番号が誤りの場合、もう一度おかけ直してください。		[ガイダンス] 電話番号XXXXXXXXの伝言をお伝えします。プッシュ式の電話機をご利用の方は数字の「1」をおして下さい。ダイヤル式の方はそのままお待ち下さい。なお、電話番号が誤りの場合、もう一度おかけ直してください。		
		ダイヤル式電話機の場合	プッシュ式電話機の場合	ダイヤル式電話機の場合	プッシュ式電話機の場合	
		(ガイダンスが流れるまでお待ちください)		1	(ガイダンスが流れるまでお待ちください)	
		[ガイダンス] 伝言をお預かりします。ビップという音のあとに30秒以内でお話下さい。お話が終わりましたら電話をお切り下さい。	[ガイダンス] 伝言をお預かりします。ビップという音のあとに30秒以内でお話下さい。お話が終わりましたら数字の9を押してください。	[ガイダンス] 新しい伝言からお伝えします。	[ガイダンス] 新しい伝言からお伝えします。伝言を繰返すときは数字の8を、次の伝言に移る時は数字の9を押して下さい。	
		伝言の録音		伝言の再生		
		(ガイダンスが流れるまでお待ちください)	録音終了後 9 [ガイダンス] 伝言を繰返します。訂正されるときは数字の8を押して下さい。再生が不要な方は9を押してください。 録音した伝言内容を確認する。	[ガイダンス] お伝えする伝言は以上です。電話をお切り下さい。	[ガイダンス] お伝えする伝言は以上です。伝言を追加し録音されるときは数字の3を押して下さい。 (ガイダンスが流れるまでお待ちください)	
[ガイダンス] 伝言をお預かりしました。				[ガイダンス] 電話をお切り下さい。		
⑤	終了	自動で終話します。				

覚えてください、災害時の声の伝言板 災害用伝言ダイヤル(171)

資料2 警戒レベル

◆[気象庁](https://www.jma.go.jp/) <https://www.jma.go.jp/>

気象庁では、対象となる現象や災害の内容によって以下のように6種類の特別警報、7種類の警報、16種類の注意報、4種類の早期注意情報（警報級の可能性）を発表しています。

特別警報	大雨（土砂災害、浸水害）、暴風、暴風雪、大雪、波浪、高潮
警報	大雨（土砂災害、浸水害）、洪水、暴風、暴風雪、大雪、波浪、高潮
注意報	大雨、洪水、強風、風雪、大雪、波浪、高潮、雷、融雪、濃霧、乾燥、なだれ、低温、霜、着氷、着雪
早期注意情報（警報級の可能性）	大雨、暴風（暴風雪）、大雪、波浪

特別警報 警報の発表基準をはるかに超える大雨や、大津波等が予想され、重大な災害の起こるおそれが著しく高まっている場合、「特別警報」を発表し、最大級の警戒を呼びかける。

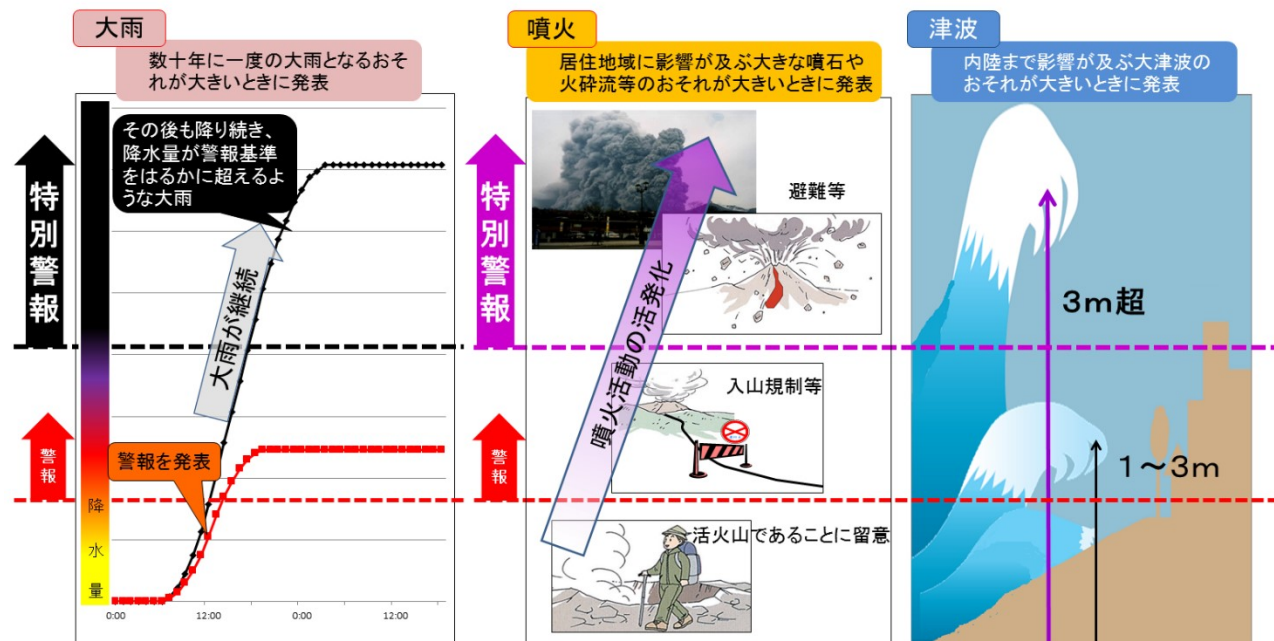
緊急速報メール 携帯電話事業者（NTT ドコモ、KDDI・沖縄セルラー（au）、ソフトバンク）が無料で提供するサービスで、国や地方公共団体による災害・避難情報等を、回線混雑の影響なく、特定のエリア内の対応端末（スマートフォン・携帯電話）に一斉に配信するものです。

気象庁が発表する防災気象情報のうち、気象庁から「緊急速報メール」により配信するものは、次のとおりです。（気象庁発表の全ての特別警報が緊急速報メールで配信されます）

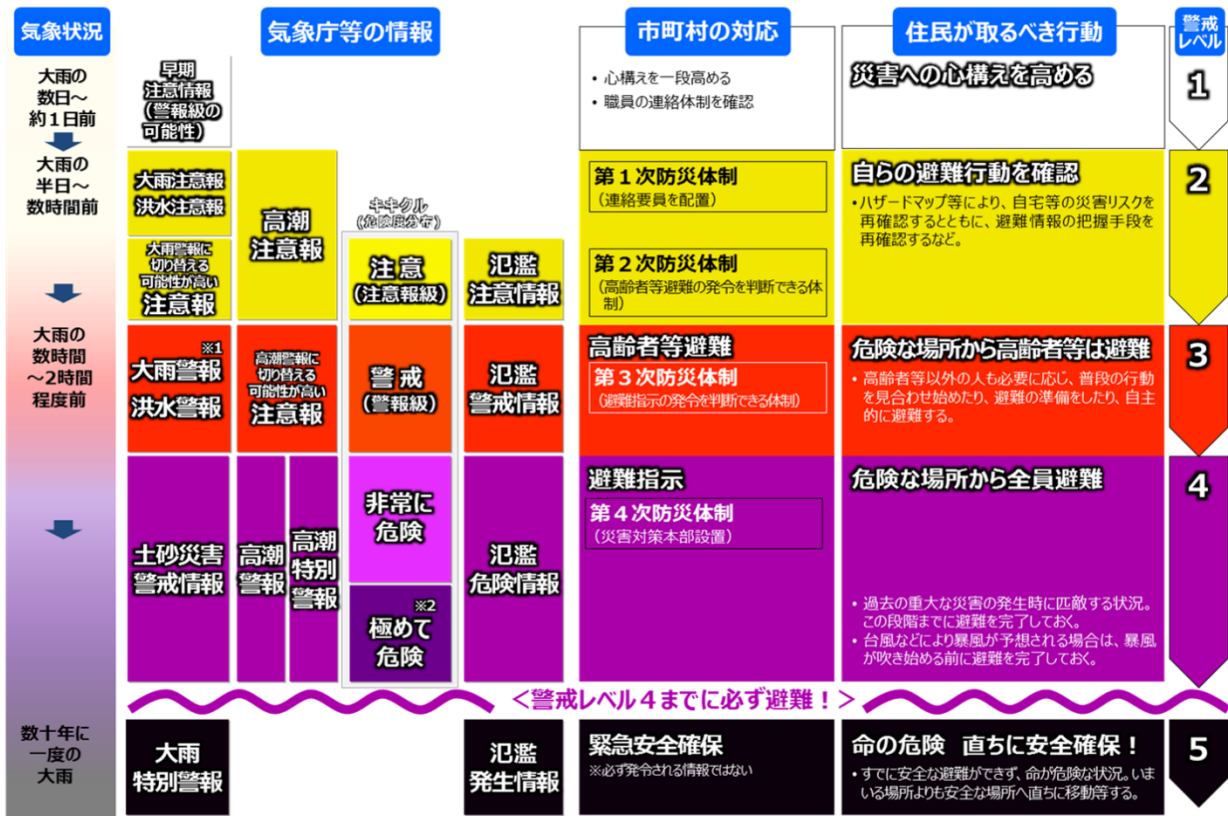
- 緊急地震速報（警報）
- 大津波警報・津波警報
- 気象等（大雨、暴風、高潮、波浪、暴風雪、大雪）に関する特別警報*
- 噴火に関する特別警報*

※対象市町村に初めて発表したときに関係するエリアに配信されます。

『特別警報』のイメージ

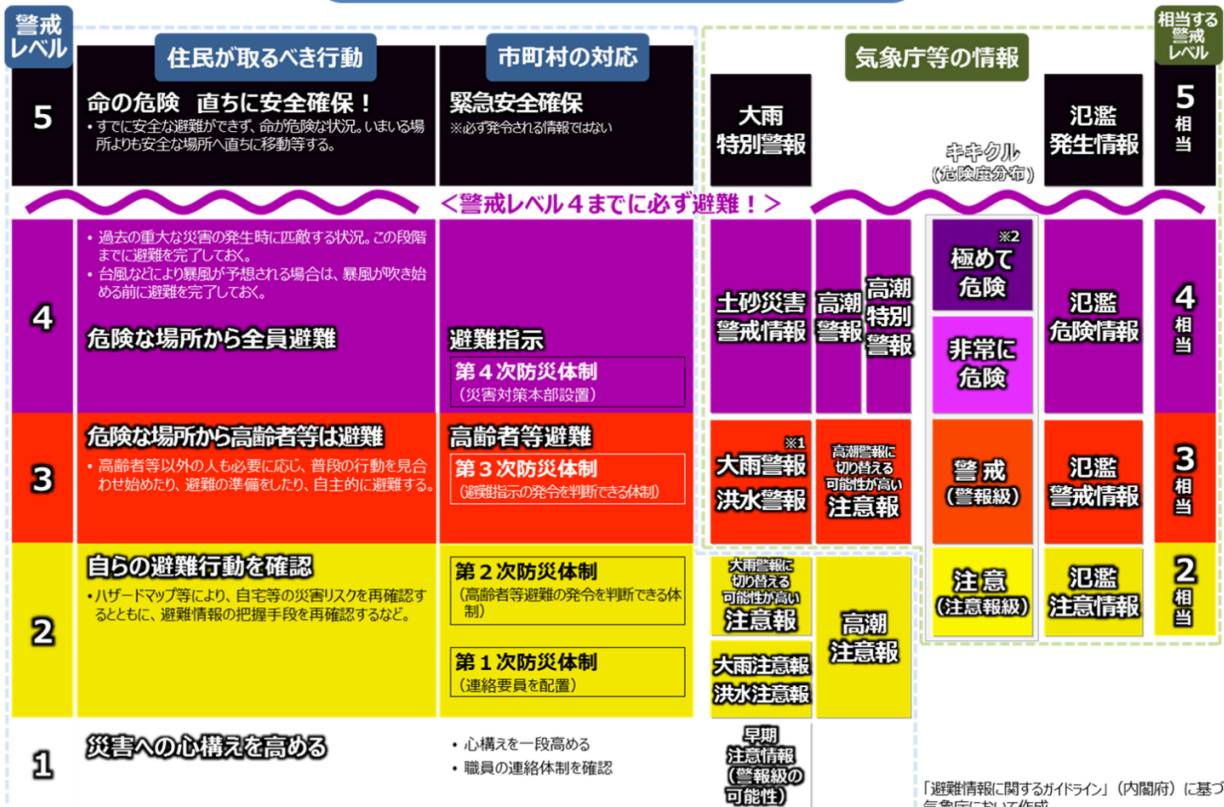


危険度の高まりに応じて段階的に発表される防災気象情報とその利活用



※1 夜間～翌日早朝に大雨警報(土砂災害)に切り替える可能性が高い注意報は、警戒レベル3(高齢者等避難)に相当します。
 ※2 「極めて危険」(濃い紫)が出現するまでに避難を完了しておくことが重要であり、「濃い紫」は大雨特別警報が発表された際の警戒レベル5緊急安全確保の発令対象区域の範囲に活用することが考えられます。
 「避難情報に関するガイドライン」(内閣府)に基づき気象庁において作成

5段階の警戒レベルと防災気象情報



※1 夜間～翌日早朝に大雨警報(土砂災害)に切り替える可能性が高い注意報は、警戒レベル3(高齢者等避難)に相当します。
 ※2 「極めて危険」(濃い紫)が出現するまでに避難を完了しておくことが重要であり、「濃い紫」は大雨特別警報が発表された際の警戒レベル5緊急安全確保の発令対象区域の範囲に活用することが考えられます。

資料3 避難指示

災害対策基本法 60 条に基づき市（区）町村長の判断で行われる。事実上「避難命令」と同等となる。避難中の住民は、直ちに避難を完了する。また、避難していない住民は、直ちに避難を開始する。もし避難する余裕がない場合、自宅や近隣の安全な場所へ逃げる。

（渋谷区）人的被害の発生する危険性が非常に高い状況です。直ちに避難してください（屋内の2階等に避難する垂直避難を含む）。



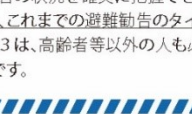
令和3年5月20日から

ひなんしじ

避難指示で必ず避難

ひなんかんこく

避難勧告は廃止です

警戒レベル	新たな避難情報等	これまでの避難情報等
5	 災害発生 又は切迫	きんきゅうあんぜんかくほ 緊急安全確保 ※1 これまでの避難情報等 災害発生情報 (発生を確認したときに発令)
~~~~<警戒レベル4までに必ず避難！>~~~~		
4	 災害の おそれ高い	ひなんしじ <b>避難指示</b> ※2 ・避難指示(緊急) ・避難勧告
3	 災害の おそれあり	避難準備・ <b>高齢者等避難開始</b>
2	 気象状況悪化	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)
1	 今後気象状況悪化のおそれ	早期注意情報 (気象庁)

※1 市町村が災害の状況を確実に把握できるものではない等の理由から、警戒レベル5は必ず発令される情報ではありません。

※2 避難指示は、これまでの避難勧告のタイミングで発令されることになります。

※3 警戒レベル3は、高齢者等以外の人も必要に応じ普段の行動を見合わせ始めたり、避難の準備をしたり、危険を感じたら自主的に避難するタイミングです。

警戒レベル5は、  
すでに安全な避難ができず  
命が危険な状況です。  
**警戒レベル5緊急安全確保の  
発令を待つてはいけません！**

**避難勧告は廃止**されます。  
これからは、  
**警戒レベル4避難指示**で  
**危険な場所から全員避難**  
しましょう。

避難に時間のかかる  
**高齢者や障害のある人は、  
警戒レベル3高齢者等避難**で  
**危険な場所から避難**  
しましょう。

内閣府(防災担当)・消防庁



## 資料4 震度とゆれの状況

# 震度とゆれの状況

<p><b>0</b></p>  <p><b>【震度0】</b> 人は揺れを感じない。</p>	<p><b>1</b></p>  <p><b>【震度1】</b> 屋内で静かにしている人の中には、揺れをわずかに感じる人がいる。</p>	<p><b>2</b></p>  <p><b>【震度2】</b> 屋内で静かにしている人の大半が、揺れを感じる。</p>	<p><b>3</b></p>  <p><b>【震度3】</b> 屋内にいる人のほとんどが、揺れを感じる。</p>
<p><b>4</b></p>  <p><b>【震度4】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●ほとんどの人が驚く。</li> <li>●電灯などのつり下げ物は大きく揺れる。</li> <li>●座りの悪い置物が、倒れることがある。</li> </ul>	<p><b>6弱</b></p>  <p><b>【震度6弱】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●立っていることが困難になる。</li> <li>●固定していない家具の大半が移動し、倒れるものもある。ドアが開かなくなることがある。</li> <li>●壁のタイルや窓ガラスが破損、落下することがある。</li> <li>●耐震性の低い木造建物は、瓦が落下したり、建物が傾いたりすることがある。倒れるものもある。</li> </ul> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="774 761 917 907">  <p>耐震性が高い</p> </div> <div data-bbox="949 761 1093 907">  <p>耐震性が低い</p> </div> </div>		
<p><b>5弱</b></p>  <p><b>【震度5弱】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●大半の人が、恐怖を覚え、物につかまりたいと感じる。</li> <li>●棚にある食器類や本が落ちることがある。</li> <li>●固定していない家具が移動することがあり、不安定なものは倒れることがある。</li> </ul>	<p><b>6強</b></p>  <p><b>【震度6強】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●はわないと動くことができない。飛ばされることもある。</li> <li>●固定していない家具のほとんどが移動し、倒れるものが増える。</li> <li>●耐震性の低い木造建物は、傾くものや、倒れるものが増える。</li> <li>●大きな地割れが生じたり、大規模な地すべりや山体の崩壊が発生することがある。</li> </ul> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="774 1153 917 1299">  <p>耐震性が高い</p> </div> <div data-bbox="949 1153 1093 1299">  <p>耐震性が低い</p> </div> </div>		
<p><b>5強</b></p>  <p><b>【震度5強】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●物につかまらなさと歩くことが難しい。</li> <li>●棚にある食器類や本で落ちるものが増える。</li> <li>●固定していない家具が倒れることがある。</li> <li>●補強されていないブロック塀が崩れることがある。</li> </ul>	<p><b>7</b></p>  <p><b>【震度7】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●耐震性の低い木造建物は、傾くものや、倒れるものがさらに増える。</li> <li>●耐震性の高い木造建物でも、まれに傾くことがある。</li> <li>●耐震性の低い鉄筋コンクリート造の建物では、倒れるものが増える。</li> </ul> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="774 1377 917 1579">  <p>耐震性が高い</p> </div> <div data-bbox="949 1377 1093 1579">  <p>耐震性が低い</p> </div> </div>		

この表は、ある震度が観測された時に、その周辺で発生するゆれなどの現象や被害の目安を示したものです。

詳しい解説は以下の気象庁ホームページに掲載しています。

気象庁震度階級関連解説表 <https://www.jma.go.jp/jma/kishou/now/shindo/kaisetsu.html>

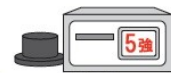
## 震度はどうやって決めるの？

震度は、地震による揺れを感知し自動的に震度を計算する「震度計」という機器で観測しています。

地震が発生すると、全国の震度計で観測された震度を自動的に収集し、気象庁では地震発生から約1分半後※に各地域の震度を速報でお知らせしています。

※震度3以上の場合

気象庁が発表する震度は、以前は気象庁の職員の体感や、まわりで発生した被害の様子などから決めていました。平成8年（1996年）に震度計で震度を観測する体制に移行し、より迅速に全国の震度をお知らせできるようになりました。



震度計

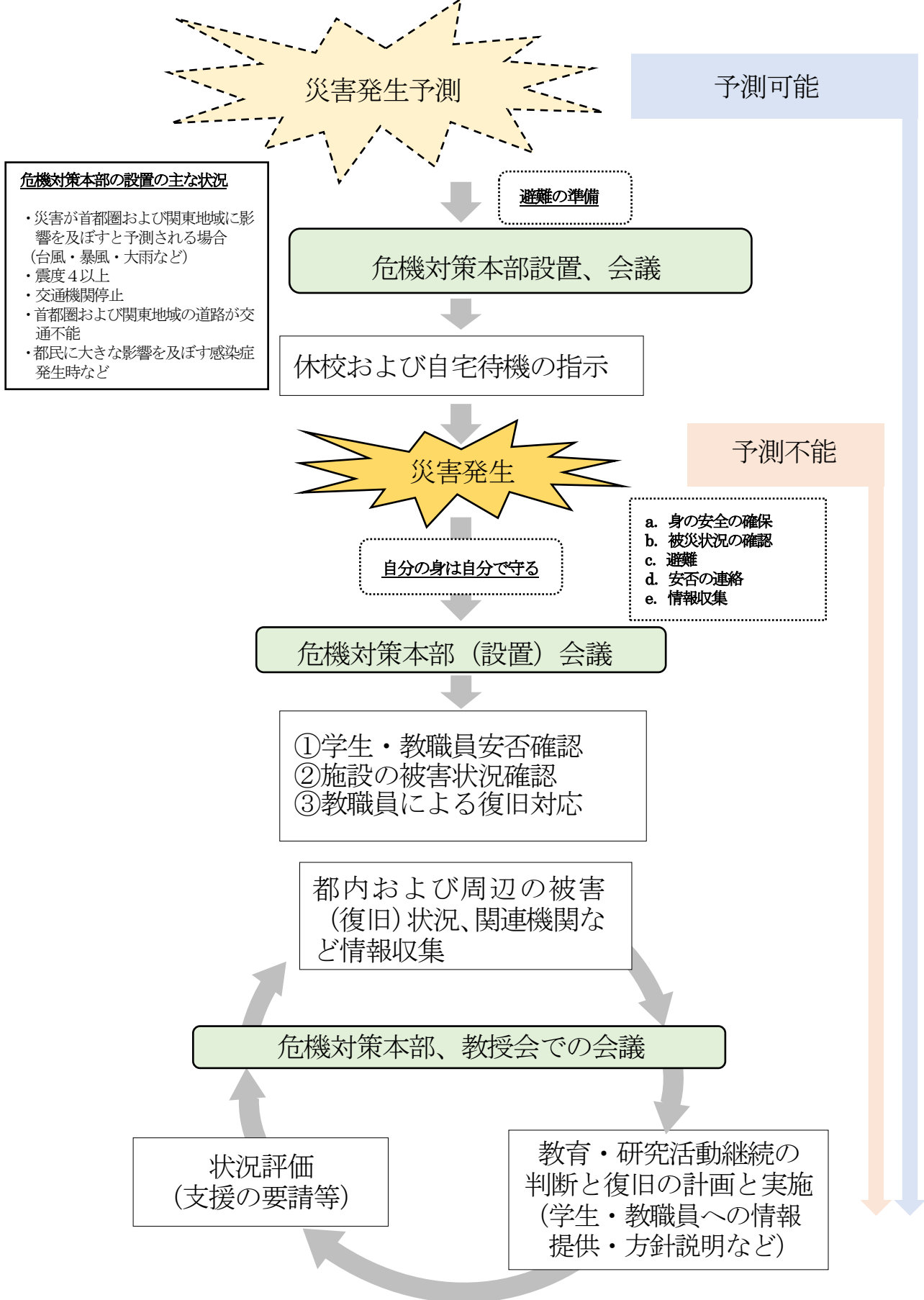


〒100-8122 東京都千代田区大手町1-3-4 電話：(03)3212-8341(代表)  
FAX：(03)6689-2917(耳の不自由な方向へ)  
ホームページアドレス <https://www.jma.go.jp/>

平成31年2月発行

このリーフレットは、印刷用の紙へリサイクルできます。

# 災害時の大学の対応フロー



□ 広尾キャンパス □

〒150-0012 東京都渋谷区広尾4-1-3

TEL 03-3409-0875 (代表)

□ 武蔵野キャンパス □

〒180-8618 東京都武蔵野市境南町1-26-1

□ 大宮キャンパス □

〒338-0001 埼玉県さいたま市中央区上落合8-7-19

TEL 048-799-2747

2017年3月発行

2018年4月改訂

2019年3月改訂

2020年3月改訂

2021年11月改訂

防災委員会



**日本赤十字看護大学**

Japanese Red Cross College of Nursing