

もしもの時にあなたの身を守る 大地震対応 マニュアル SAFETY GUIDE



至学館大学教育後援会

緊急時パーソナルメモ

氏 名

学籍番号

学 部

学 科

住 所

電話番号 (自宅)

持 病 あり 常用薬 あり
 なし なし

アレルギー あり ()
 なし

自宅近くの避難場所

家族との待ち合せ場所

家族と共有しておきましょう

※記入は油性のペンを使用してください。



災害が発生したら

正確な情報を収集する

- 倒れやすいものから離れ、落下物に注意。
- むやみに動かず安全を確認。
- 非常口やドア等を開けて避難口を確保。
- 避難は徒歩で、荷物は最小限に。
(火を扱っている場合は、身の安全を確認後火の始末)
- エレベーターを使用せず階段で避難。
(本学のエレベーターは地震が発生した場合、自動的に停止するシステムになっています。)
- 正確な情報収集に努め、なるべく集団で行動。
- 負傷者の救護や初期消火に協力。
- 家族との安否確認および学校へ安否連絡。

地震発生直後は裏面へ



学校への連絡方法

安否連絡について

大地震が発生した場合、本学は学生の安否確認を行います。
地震発生時に登校していない場合は、連絡可能な状況になり次第、下記の方法で学校に連絡してください。

I・Eメールでの連絡

- 自ら連絡する場合

m_support@sgk.ac.jp

- 大学からの安否確認に返信する場合

災害時の**緊急時メール配信システム** (すぐメール) への返信をしてください。

II・電話

0562-46-1291 (代)

※電話がつながりにくくなる可能性が高いのでなるべくEメールで連絡してください。

報告事項

- ①学籍番号 ②氏名 ③本人・家族の状況
④自宅や付近の状況 ⑤その他



日頃の準備

大地震の発生を防ぐことはできなくても、適切な準備を行うことで被害を軽減することができます。どんな備えが必要か考えておきましょう。

- 避難場所の確認 (学校付近および自宅周辺等)
- 家族との連絡方法および待ち合せ場所の確認
- 災害用伝言サービスの確認と登録 (メール宛先等の事前登録が必要)
- 帰宅ルートおよび所要時間の確認 (災害時徒歩 約 2.5 km/h)
- 緊急時メモの作成・記入
- 具体的な情報収集手段および緊急避難場所等の確認 (学校および通学途中)
- 転倒防止対策や緊急時アイテムの確認
- 学校および友人等への連絡方法の確認およびリスト整備

本マニュアルは、各種端末にも対応しております。

■パソコン・スマートフォン

<https://www.sgg.ac.jp/campus-life/disaster/>

■携帯電話

右記 QR コードよりアクセスし、予め画面メモにて保存してください。ただし、緊急時は携帯電話の充電が切れることもあるので、本マニュアルもあわせて携帯してください。

※インターネット接続時には、パケット通信料がかかります。



緊急避難アイテム

日頃から準備・携帯しておく便利な物

- | | |
|--|---|
| ☐ 現金 (小銭も) | ☐ 学生証 (免許証なども) |
| ☐ 健康保険証 | ☐ アドレス帳 |
| ☐ タオル・ばんそうこう・包帯 | ☐ (家族、友人の連絡先を記入) |
| ☐ 手回し充電ラジオ・ライト | ☐ 雨具 (カッパなど) |
| ☐ ティッシュ・ウェットティッシュ | ☐ 携帯充電用 USB ケーブル |
| ☐ 非常用保温アルミシート | ☐ ポリエチレン製ごみ袋 |
| ☐ チョコレート・あめなど | ☐ 油性マジックペン |

その他非常時に必要なアイテム

- | | |
|------------------------------------|-----------------------------------|
| ☐ 貯金通帳 | ☐ 印鑑 |
| ☐ 常用薬とその処方箋 | ☐ 上着・下着・靴下 |
| ☐ 運動靴 | ☐ リュック |
| ☐ 卓上コンロ | ☐ 懐中電灯 |
| ☐ ひも・ロープ | ☐ ろうそく |
| ☐ 予備電池 | ☐ 缶切り・栓抜き |
| ☐ スリッパ | ☐ 洗面用具 |
| ☐ 使い捨てカイロ | ☐ 非常用食料・水 |

※ 記入は油性のペンを使用してください。



家族への連絡方法

電話で確認 NTT災害用伝言ダイヤル

☎ **171** をダイヤル

録音 **1** 再生 **2**

暗証番号を利用する録音 **3** 暗証番号を利用する再生 **4**

被災地の方の電話番号を入力

伝言の録音 **1*** (30秒以内) 伝言の再生 **1***

*ダイヤル式電話機の方は操作不要です。

インターネットで確認 NTT災害用伝言板

<https://www.web171.jp>
(web171)へアクセス

伝言の登録 伝言の確認・再生

地震など大災害発生時に提供されるサービスです。

携帯電話で確認 災害用伝言板サービス

事前の登録が必要です! (事前にテストをしてください)

あらかじめ指定したご家族や知人に対して、災害用伝言板に登録されたことをメールでお知らせする機能も提供されます。また、インターネットからも安否情報の確認が可能です。

各社の QR コードはこちら

■NTTドコモ	■au	■ソフトバンク
NTTドコモ http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi		
au http://dengon.ezweb.ne.jp/		
ソフトバンク	Y!mobile	
http://dengon.softbank.ne.jp/		

2020.1

災害用伝言ダイヤルとweb171は相互連携しています。詳しいサービス概要や、ご利用方法はNTTのホームページをご覧ください。その他携帯各社で提供されているサービスについては、各ホームページをご参照ください。

地震発生直後

→ 揺れがおさまったら →

落ち着いたら① →

落ち着いたら②



地震発生
身を守る

今いる場所は
本当に安全？

YES
その場所を動かない

NO
避難場所へ避難



**家族との
安否確認**
※裏面参照

自宅に歩いて
帰れる？

YES
自宅へ

NO
避難場所へ



**学校へ
安否連絡**
※裏面参照

POINT ▼

POINT ▼

POINT ▼

POINT ▼



学校にいるとき

大きな揺れを感じたら

- **危険物から離れる**
窓や棚、ガラスなど割れたり中のものが飛び出しそうなものから離れる。
実習中や課外活動中などで、周囲に危険なものがある場合は、すみやかにその場から離れる。
- **落下物から頭と手足を守る**
机の下にもぐる、バッグなどで頭を覆うなどして、頭と手足を守る。落下物がない場所にいる場合は、その場で座り込む。
- **出口を確保する**
ドア付近にいる人は、ドアを開け、出口を確保する。(余裕がある場合)
- **揺れがおさまるのを待つ**
安全を確保して、揺れがおさまるのを待つ。

揺れがおさまったら

- **冷静に、落ち着く**
余震の可能性もあるので、あわてずにしぼく様子をみる。
 - **周囲の状況を確認**
周囲のものが倒れたり、落下してくる恐れがない場合は、その場で待つ。危険と判断した場合は、安全なところへ移動する。
 - **初期消火**
火災が発生している場合は自分の身が安全な範囲で周囲の協力を得ながら初期消火。消火が困難と判断した場合は、すみやかに火から離れる。
 - **負傷者の救護**
負傷者がいる場合は自分の身が安全な範囲で周囲の協力を得ながら応急手当をし、教職員に連絡する。
- 避難する時の注意点**
- **「おかしめ」を守る**
「おかさない、かけない、しゃべらない、もどらない」を守り、教職員や非常放送の指示に従って落ち着いて避難。身の回りのものは身につけるが、避難に支障が出る大きな荷物は置いていく。
 - **火災が発生している場合**
煙を吸わないよう、タオルなどで口を覆う。
 - **階段で移動**
エレベーターは使用せず、階段で移動する。

学校を基点とした避難場所

避難場所は、広く、火災による延焼のおそれがないところが適している。
学校ではあらかじめ以下の場所を避難場所として想定しているが、地震時の状況により安全な場所へ避難すること。

大学敷地内

**避難場所▶▶ 至学館大学グラウンド
至学館大学野球場**

大学周辺

**避難場所▶▶ 北山小学校グラウンド
大府北中学校グラウンド
東山小学校グラウンド
大府東高等学校グラウンド
大府中学校グラウンド
神田小学校グラウンドなど**

安全が確認されるまで学校にとどまる

余震が落ち着き、帰宅手段の安全が確認されるまで無理に帰宅せず、原則として学校や避難場所へとどまること。
通学途中などに徒歩で帰宅する場合の目安は20km以内。
チェーンメールやうわさなどにまどわされず、テレビ、ラジオなどで正確な情報を収集する。

大学から20kmの地図



通学中

- 周囲の状況に注意し、身の安全の確保を最優先とする。
- 「帰宅するか」「登校するか」または、「最寄りの安全な場所に避難するか」は自分で判断して行動する。
- 被害状況を正しく把握する。
- 事前に家族と相談して決めた避難場所に移動する。ただし、被災場所やその場の状況によっては安全を最優先し、別の避難場所に移動する。
- 避難中は警察や消防の指示に従う。

住宅街や街中にいるときは

- バッグなどで頭を守り、建物から落ちてくるガラスや、切れた電線などに注意して、公園や広場に避難する。
- 塀、電柱、自動販売機などから離れ、倒れやすいものや、落下物にも注意する。

電車やバスの中にいるときは

- 急ブレーキ・急ハンドルに備えて、普段から吊り革や手すりにつかまるようにする。
- あわてて車外に飛び出さずに、車内放送、係員の誘導に従って避難する。

エレベーターの中にいるときは

- 階数表示のボタンを全部押して、ドアが開いた階で降りる。
- ドアが開かないときは、緊急ボタンを押して外部に連絡をしたら、外からドアを開けてもらうまで落ち着いて待つ。

地下街にいるときは

- 停電になっても非常灯がつくので、あわてずに行動する。
- 火災が起きている場合は、構内放送をよく聞いて火元を確認してから避難する。避難のときはハンカチで鼻と口を覆って、からだを低くして壁つたいに煙の流れる方向へ。緑色の避難口の表示も参考に。

- 多くの人が一斉に帰宅すると各所で混雑が発生するため、余裕を持つことも大切。周りの状況を確認してから帰宅すること。
- 災害時の歩行速度は約2.5km/時程度、10kmは4時間を要することになる。
- 日没後の行動は危険で夜間には犯罪に巻き込まれる可能性もあるため、1人での行動は避けること。

(目安)

月 日	日の出	日 没
3月20日	05:57	18:03
6月20日	04:38	19:10
9月20日	05:38	17:53
12月20日	06:56	16:43

※悪天候は1時間早く暗くなる。