

# 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。
- 非常口やドアなど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大学へ安否連絡。

# 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。(大学付近および自宅周辺など)
- 家族との連絡方法および待合せ場所の確認。
- 災害用伝言サービスの確認と登録。(メール宛先などの事前登録が必要)
- 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などの確認。(大学および通学途中)
- 転倒防止対策や緊急時アイテムの確認。
- 大学および友人などへの連絡方法の確認およびリスト整備。

本マニュアルは、麻布大学のホームページからプリントアウトできます。家族にも事前に伝えておきましょう。

麻布大学 ホームページ  神奈川県災害 情報ポータル サイト 

# 緊急避難アイテム

## 日頃から準備・携帯しておく便利な物

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

## その他非常時に必要なアイテム

- |                                    |                                      |
|------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 貯金通帳      | <input type="checkbox"/> 印鑑          |
| <input type="checkbox"/> 常用薬とその処方箋 | <input type="checkbox"/> 上着・下着・靴下    |
| <input type="checkbox"/> 運動靴       | <input type="checkbox"/> デイパップ(リュック) |
| <input type="checkbox"/> 卓上コンロ     | <input type="checkbox"/> 懐中電灯        |
| <input type="checkbox"/> ひも・ロープ    | <input type="checkbox"/> ろうそく        |
| <input type="checkbox"/> 予備電池      | <input type="checkbox"/> 缶切り・栓抜き     |
| <input type="checkbox"/> スリッパ      | <input type="checkbox"/> 洗面用具        |
| <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ   | <input type="checkbox"/> 非常用食料・水     |
| <input type="checkbox"/> ホイッスル・笛   | <input type="checkbox"/> ミニ・ライト      |

memo

# 麻布大学

—いざという時、君を救う—

# 大地震対応 マニュアル

SAFETY GUIDE



このマニュアルは、災害発生時いつでも確認ができるよう、常に携帯してください。



—まずは、自分を守る—

# 大学への連絡方法

## 安否連絡について

相模原市域で大地震(震度5強以上)が発生した場合は、本学から、「緊急連絡・安否確認システム」により、安否確認メールを送信しますので、連絡可能な状況になり次第、あなたの現在の状況を回答してください。

「緊急連絡・安否確認システム」が利用できない場合の連絡先は、次のとおりです。

Eメール: [kanzai@azabu-u.ac.jp](mailto:kanzai@azabu-u.ac.jp)

災害時優先電話:

042-754-7158 / 042-754-7168

災害時優先携帯電話:

090-8598-6539 / 090-8598-6540

※電話がつながりにくくなる可能性があるので、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避難している場合は、避難先の住所・連絡先など ⑥その他

# 家族への連絡方法

## 電話 で連絡・確認 NTT災害用伝言ダイヤル

☎ 171 をダイヤル

録音 1 (暗証番号を利用する録音 3) 再生 2 (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。

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。

体験利用について 災害発生に備えて利用方法を事前に覚えられるよう、体験利用提供日が設定されています。

体験利用 毎月1日・15日(0:00~24:00)、正月三が日(1月1日0:00~1月3日24:00)  
提供日 防災週間(8月30日9:00~9月5日17:00)、防災とボランティア週間(1月15日9:00~1月21日17:00)

地震など大災害発生時に、安否確認などの電話が爆発的に増加し、つながりにくい状況になった場合、提供されるサービスです。

## インターネット で連絡・確認 NTT災害用伝言板

 <https://www.web171.jp>  
(web171)へアクセス

登録・確認する固定電話、または携帯電話の番号を入力

利用者情報、送信先情報の登録

メッセージの登録 メッセージの確認・再生

## 緊急時パーソナルメモ

氏名 \_\_\_\_\_

学部・学科など \_\_\_\_\_

学籍番号 \_\_\_\_\_

電話番号 \_\_\_\_\_

緊急連絡先 \_\_\_\_\_

住所 \_\_\_\_\_

生年月日 \_\_\_\_\_ 血液型 \_\_\_\_\_ Rh( ) \_\_\_\_\_

持病 あり( ) なし( )

常用薬 あり( ) 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。

# 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

自宅に歩いて  
帰れる？

YES

自宅へ

NO

避難場所へ



## 大学へ 安否連絡

### POINT

#### 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  
余裕がある場合は、ドア付近にいる人がドアを開け、出口を確保する。
- 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。



## 大学に いるとき



## 通学中



## 在宅中

- 周辺の状況に注意し、身の安全の確保を最優先とする。
- 塀、電柱、自動販売機などから離れ、落下物にも注意する。
- 転倒の恐れのある家具や落下物から身を守り、割れやすい窓ガラスから離れる。
- 速やかに火の始末をする。
- 自分と家族の安全を確保する。

### POINT

#### 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、慌てずにしばらく様子を見る。
  - 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、動かない方が安全。危険と判断した場合は、安全なところへ移動する。
  - 火の始末・初期消火  
ガスの元栓、実験器具などの火の始末をする。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。
- #### 避難するときは
- 慌てず、騒がない  
教職員や非常放送の指示に従って落ち着いて避難する。その際、避難に支障が出る大きな荷物は持たない。
  - 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。

### POINT

#### 大学を基点とした避難場所

大学では、あらかじめ麻布総合グラウンドを避難場所として想定している。

地震の状況により安全な場所へ避難する。

避難場所 ▶▶ 麻布総合グラウンド



### POINT

#### 安全が確認されるまで大学にとどまる

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、原則として大学や避難場所へとどまること。災害時の歩行速度は約2.5km/時程度。徒歩で帰宅する場合、10kmは4時間を要することになる。帰宅が難しい人は大学にとどまり、教職員の指示に従う。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。



#### 電車内や駅で地震に遭ったら

- 電車内では、つり革、手すりにしっかりつかまり、電車が止まっても線路には出ない。
- 電車内では乗務員、駅では駅員の指示に従い、身の安全の確保をする。

#### エレベーター使用中に地震に遭ったら

- 慌てずに冷静な対処が基本。すべてのボタンを押し、停止した階の状況を見極めながら避難する。
- エレベーター内に閉じこめられた場合は、冷静に「非常用呼び出しボタン」などで外部と連絡をとる。

#### 地震発生後の移動について

- 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。
- 日没後の行動は危険で夜間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。

月 日	日の出	日 没
3月20日	5:46	17:53
6月20日	4:26	19:00
9月20日	5:27	17:42
12月20日	6:46	16:32

※悪天候は1時間早く暗くなります。

(神奈川県)