

# 防災のてびき



日本大学薬学部

防火防災対策委員会

## 「防災のてびき」について

関東では、直下型地震がいつ起こってもおかしくないと言われています。  
東日本大震災のように、災害は、いつ・どこで起こるかわかりません。

災害を止めることはできませんが、被害を最小限にすることはできます。

災害が起きたときは、自分の身を自分で守ることが大切です。また、自分の安全が確保されたあとは、周りの人と協力して他の被害を防ぐことも大切になるでしょう。周囲に危険なものや危険な状態で放置されたものがないかなど、日頃からの注意が必要です。

「いざ」というときにどのように行動するか。

薬学部防火防災対策委員会は、万一の地震や火災に備えて学生のみなさんが安全に行動できるように「防災のてびき」を作成しました。

# ～ 地震発生時 ～

## [地震発生時の行動]

### \* 地震発生

- ・身の安全を確保(机の下に身を隠す)

地震が発生しても揺れが収まるまで安全な場所(机の下等)で待機。屋外に出るとガラス等が降ってきて危険！

### \* 地震発生後(1～2分)

- ・揺れがおさまったら避難準備

避難の前に、火元およびガスの元栓等出火の恐れがある場所を必ず確認。一緒に避難する人もあわせて確認しよう！

### \* 地震発生後(3分)

- ・誘導員や放送を確認

状況を把握しないまま避難することは危険。誘導員の指示に従って行動しよう！

## [避難場所]

多目的広場(薬用植物園手前)【別紙・キャンパスマップ参照】

なお、[薬学部の建物は、すべて新耐震基準を満たしております。](#)

## [避難の心得]

- 1 外へ逃げるときはあわてずに
- 2 エレベーターは絶対に使用しない
- 3 狭い路地やブロック塀、自動販売機には近づかない
- 4 避難前には電気やガスといった出火の恐れがある場所の安全確認を行う
- 5 避難は徒歩で
- 6 避難は皆で協力し合う
- 7 正しい情報による確かな行動をとる

## [災害のすぐあとは]

- ・研究室・教員・職員のいずれかに身の安全を報告する
- ・友人の安全を確認する
- ・状況がわかるまでむやみに移動しない
- ・教職員の指示に従う

## [落ち着いたら]

帰宅するのか、大学に残るのか、適切な判断をしよう

・歩いて帰れる目安は20km

鉄道・道路・火災発生の状況について大学が情報提供をします

帰れない人は、大学が用意する避難場所へ

薬学部は非常用備蓄品(水・乾パン・生活消耗品)を常備しています。

# ～ 火災発生時 ～

## [初期消火の3原則]

### \* 見つけたら早く知らせる

・「火事だ」と大声を出して周囲の人に知らせる。声が出なければ、やかんなどを叩き異変を知らせる。

・小さな火でも119番に通報する。当事者は消火にあたり、近くの人に通報を頼む。

### \* 早く消火する

・出火から3分以内が消火できる限度

・水や消火器だけで消そうと思わず、座布団で火を叩く、毛布でおおうなど手近なものを活用する。

### \* 早く逃げる

・天井に火が燃え移ったら、迷わず避難する。

・避難するときは、燃えている部屋の窓やドアを閉めて空気を断つ。

## [火災からの避難]

- 1 天井に火が燃え移った時が避難の目安
- 2 避難は、高齢者、子ども、病人を優先
- 3 服装や持ち物にこだわらず、できるだけ早く避難する
- 4 ちゅうちょは禁物、炎の中は一気に走り抜ける
- 5 煙の中を逃げるときは、できるだけ姿勢を低くする
- 6 いったん逃げ出したら、再び中には戻らない
- 7 逃げ遅れた人がいるときは、近くの消防隊にすぐ知らせる

### [災害のすぐあとは]

- ・研究室・教員・職員のいずれかに身の安全を報告する
- ・友人の安全を確認する
- ・状況がわかるまでむやみに移動しない
- ・教職員の指示に従う

## ～ 災害に備えて ～

### [常日頃からの注意]

- ・背の高いロッカー等は固定する
- ・高い所に物を置かない
- ・通路・階段に物を置かない
- ・可燃物等の安全な保管
- ・防火・防災訓練に参加する
- ・研究室の緊急連絡網・災害時の役割分担を明確にする

### [災害時の救急処置(あなたにもできる心肺蘇生法)]

#### \* 意識のないときは……【気道確保】

- ① 気道の確保は、最も重要な蘇生法の基本であり、舌の根元が気道をふさがないようにする
- ② 頭を後方に曲げ、あごを上方につきだす方法や、指を口の中に入れ、あごを引き上げる方法などがある

#### \* 呼吸をしていないときは…【人工呼吸】

- ① 患者の鼻をつまむ
- ② 口を大きく開けて患者の口をおおい、息を吹き込む
- ③ 胸が動くのを確かめながら、10秒未満に2回の割合でくり返す
- ④ 幼児の場合は口と鼻を同時におおう

#### \* 脈が止まっているときは…【心臓マッサージ】

- ① 胸骨の下半分に両掌を重ねておき、体重を利用して、1分あたり少なくとも100回の速さで胸骨を圧迫する
- ② 30回胸骨を圧迫したら、10秒未満で2回の人工呼吸をする
- ③ 上記を繰り返し、助けを呼んでAEDを使用する。

## [AED(自動体外式除細動器)]

AEDは心臓マヒを起こして倒れた人に対して、その場で誰でも簡単に使える医療機器です。[薬学部の建物には4台のAEDが設置されています。日頃から設置場所を確認しておきましょう。【別紙・キャンパスマップ参照】](#)

- ① 1号館(1階守衛室前)
- ② 8号館(1階東階段前)
- ③ 3号館(1階エレベーター前)
- ④ 6号館(1階エレベーター横)

## [災害用伝言ダイヤル(171)]

災害用伝言ダイヤルとは、地震、噴火などの災害の発生により、被災地への通信が増加して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す。

**171**をダイヤルし、利用ガイダンスに従って、伝言の録音・再生を行ってください。

ダイヤル**171**

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(いち)、再生される方は2(に)をダイヤルしてください。

ダイヤル**1**(録音)又は **2**(再生)

ガイダンス

被災地の方はご自宅の電話番号、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ください。

被災地以外の方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ください。

ダイヤル**03-\*\*\*\*-@@@@**

ガイダンス

(録音)電話番号03-\*\*\*\*-@@@@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(いち)を押して下さい。

(再生)電話番号03-\*\*\*\*-@@@@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(いち)を押して下さい。

# ～ 学外で被災した場合 ～

## [学内の行動指針に準じて]

自宅や外出先等, 学外で被災する可能性もあります。その状況に合わせて対応することが大切ですが, 基本的な行動は学内で被災した場合と同じです。

基本的な行動を身に付け, 状況に合わせた適切な判断をしよう!

## [地震発生時]

### \* 地震発生

・身の安全を確保(机の下に身を隠す)

### \* 地震発生後(1～2分)

・揺れがおさまったら避難準備

### \* 地震発生後(3分)

・状況確認

### <避難の心得>

- 1 外へ逃げるときはあわてずに
- 2 エレベーターは絶対に使用しない
- 3 狭い路地やブロック塀、自動販売機には近づかない
- 4 避難前には電気やガスといった出火の恐れがある場所の安全確認を行う
- 5 避難は徒歩で、車・オートバイは使用しない
- 6 避難は皆で協力し合う
- 7 正しい情報による確かな行動をとる

## [火災発生時・初期消火の3原則]

### \* 見つけたら早く知らせる

・大声を出して周囲の人に知らせる

### \* 早く消火する

・出火から3分以内が消火できる限度

### \* 早く逃げる

・天井に火が燃え移ったら, 迷わず避難する

### <火災からの避難>

- 1 天井に火が燃え移った時が避難の目安
- 2 避難は、高齢者、子ども、病人を優先

- 3 服装や持ち物にこだわらず、できるだけ早く避難する
- 4 ちゅうちょは禁物、炎の中は一気に走り抜ける
- 5 煙の中を逃げるときは、できるだけ姿勢を低くする
- 6 いったん逃げ出したら、再び中には戻らない
- 7 逃げ遅れた人がいるときは、近くの消防隊にすぐ知らせる

### [大学からの情報]

災害発生時は、HPやポータルサイト等を通じて皆さんへ日本大学及び薬学部の対応や連絡事項を掲載(連絡)いたします。自分の安全が確保されたあとは、情報を収集するための態勢を！

<日本大学HP>

<https://www.nihon-u.ac.jp/>

<日本大学薬学部HP>

<https://www.pha.nihon-u.ac.jp/>

その他、東日本大震災以降は災害関連の情報収集に役立つ情報が多く発信されています。日頃からそれら情報に興味を持つことが、自分の身を守ることや被害を最小限にすることに繋がります！

以 上



【別紙・キャンパスマップ】

