



大地震 対応 マニュアル



このマニュアルは災害発生時に
活用できるよう常に携帯してください

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(大学および自宅周辺など)
- 家族との連絡方法、待ち合わせ場所の確認
- 災害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)
- 帰宅ルートと所要時間の確認(災害時徒歩約2.5km/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避難アイテムの確認
- 大学への連絡方法の確認
- 友人などへの連絡方法の確認、リスト整備

本マニュアルは、本学ウェブサイトよりプリントアウトできます。事前にご家族にもお伝えください。

<https://www.scu.ac.jp/camp/uslife/support/health/#earthquakeManual>



日頃から携帯しておくのと便利なもの

- | | |
|--------------------|------------------|
| ● 現金(小銭も) | ● チョコレート・あめ など |
| ● マイナ保険証 | ● アドレス帳 |
| ● 学生証・身分証明書(免許証など) | ● (家族・友人の連絡先を記入) |
| ● タオル・ばんそうこう・包帯 | ● 非常用保温アルミシート |
| ● 手回し充電ライト・ラジオ | ● 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 |
| | ● ポリエチレン製ゴミ袋 |
| | ● 油性のペン |

その他、非常時に必要なもの

- | | |
|-------------|----------------------------------|
| ● 非常用食料・水 | ● 懐中電灯 |
| ● 預金通帳 | ● ろうそく |
| ● 印鑑 | ● 缶切り・栓抜き |
| ● 常備薬とその処方箋 | ● 洗面用具 |
| ● 運動靴 | ● 使い捨てカイロ |
| ● スリッパ | ● 軍手 |
| ● 卓上コンロ | ● マスク |
| ● ひも・ロープ | ● ホイッスル |
| ● 予備電池 | ● 上着・下着・靴下 |
| ● ライター | ● (冬)防寒具(スキーウェア等)、毛布、寝袋、長靴、厚手の衣類 |
| ● わりばし | |
| ● リュック | |

正確な情報を収集する

- 窓や棚など、ガラスが割れたり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保
- 非常口やドアを開けて避難口を確保
- 火を扱っている場合は、身の安全を確認後、火の始末
- 避難は徒歩で、荷物は最小限に
- エレベーターは使用せず階段で避難
- 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の安否連絡

地震発生から
避難までは
裏面へ ➡

緊急時パーソナル MEMO

氏名 _____

学籍番号 _____

学部・研究科等 _____

住所 _____

電話番号 _____

緊急連絡先 _____

生年月日 _____

血液型 _____ 型 Rh() _____

持病 _____

常用薬 _____

アレルギー _____

自宅近くの避難場所 _____

家族との待ち合わせ場所
家族と共有しておきましょう

家族への連絡方法

電話で確認 → NTT災害用伝言ダイヤル

- 伝言の登録
- 1 171 をダイヤル
- 2 ガイダンスに従って 1 をダイヤル
- 3 自分の電話番号を市外局番からダイヤル
- 4 伝言を録音(30秒以内)
- 伝言の再生
- 1 171 をダイヤル
- 2 ガイダンスに従って 2 をダイヤル
- 3 相手の電話番号を市外局番からダイヤル
- 4 安否状況の確認

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

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のウェブサイトをご覧ください。その他各携帯各社で提供されているサービスについては、各社ウェブサイトをご参照ください。

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 <http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi>

■au <http://dengon.ezweb.ne.jp/>

■ソフトバンク <http://dengon.softbank.ne.jp/>



大学への連絡

落ち着いたら大学へ安否を知らせる

大地震(目安:震度5弱以上)が発生した場合、本学は学生の安否確認を行います。連絡可能になり次第、大学からの連絡に対して安否を知らせてください。
なお、至急での連絡が必要な場合や、大学からの連絡が確認できない場合は、下記まで連絡してください。

緊急時の連絡先

- デザイン学部・デザイン研究科学生 gakusei@scu.ac.jp
TEL.011-592-2371(学生課)
- 看護学部・看護学研究科・看護学専攻科学生 souen@scu.ac.jp
TEL.011-726-2500(桑園事務室)

連絡事項

- ① 標題(安否報告) ② 氏名 ③ 学籍番号
- ④ 本人・家族の状況 ⑤ 自宅や避難場所の状況
- ⑥ 避難している場合は避難先の住所・連絡先等
- ⑦ その他(困っていることなど)



地震発生

身を守るための行動チャート

START!

今いる場所が安全?

YES

その場を動かない

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

最寄りの避難場所へ

大学へ安否連絡



POINT

POINT

POINT

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、速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・衣類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

余裕があれば、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。

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、落下するおそれがない場合はその場で待機する。危険と判断した場合は安全な場所に移動する。

●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、火から離れる。

●負傷者の救護

負傷者がいる場合は、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

●教職員や非常放送の指示に従って落ち着いて避難する。

●避難の支障になる大きな荷物は置いていく。

●火災が発生している場合は、煙を吸わないようタオルなどで口を覆う。

●エレベーターは使用せず階段で移動する。

●避難中は警察や消防の指示に従う。

●避難は徒歩で、荷物は最小限にする。

●火を扱っている場合は、身の安全を確認後、火の始末を。

●エレベーターは使用せず階段で避難する。

●正確な情報収集に努め、なるべく集団で行動する。

●負傷者の救護や初期消火に協力する。

大学構内の避難場所

避難場所は、広く、火災による延焼のおそれがない場所が適しています。

大学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ますが、地震時の状況により安全な場所へ避難してください。

芸術の森キャンパス

避難場所

グラウンド

桑園キャンパス

避難場所

グラウンド(正面玄関前広場)

●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しましょう。

●災害時の歩行速度は約2.5km/h程度、10km歩くには4時間かかります。

●日没後の行動は危険です。夜間は犯罪に巻き込まれる可能性もあるため、1人での行動は避けましょう。

札幌の日の出・日没時刻(目安) ※悪天候の場合は1時間早く暗くなります。

月日	日の出	日没
3月20日	05:38	17:47
6月20日	03:55	19:17
9月20日	05:19	17:36
12月20日	07:02	16:02

帰宅する? 最寄りの避難所へ避難する?

- 余震がおさまり落ち着いたら、大学の指示を待って、帰宅するかどうかが検討する。
- 公共交通機関が不通の場合、徒歩で帰宅する目安の距離は最大でも20kmとされています。20kmより遠い人はキャンパス最寄りの避難所へ。
- チェーンメールなどに惑わされず、テレビ・ラジオなどで正確な情報を収集しましょう。
- その後、大学へ安否連絡をしてください(裏面参照)。

大学から20kmの地図 (A)芸術の森キャンパス (B)桑園キャンパス



キャンパス最寄りの避難場所

芸術の森キャンパス

避難所

常盤中学校(南区常盤2条2丁目)

桑園キャンパス

避難所

桑園小学校(中央区北8条西17丁目)

大学にいるとき

通学中・外出時

●周囲の状況に注意し、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。

●むやみに動かず、安全を確保する。

●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へ移動する。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、別の避難場所へ移動する。

家族の電話番号

(続柄:)	(続柄:)
(続柄:)	(続柄:)

※記入は油性のペンを使用してください。