

# 防災の手引き

## ◆ 災 害 ◆

### ■避難訓練

#### 1. 被害を防ぐために

災害には地震のように予知が難しいものと、台風のように事前に備えることができるものがあり、さらにそれらが引き起こす火災・土砂崩れ・洪水などの二次災害があります。

いずれにしても、ふだんの防災対策で被害を大幅に減らすことができます。災害に対する知識と心構えを十分にもち、具体的な準備に取り組むことが先決です。十分な備えがあれば、どんな災害も決して恐ろしいものではなくなるはずです。

#### 2. 訓練

不幸にして、大きな災害にあったと仮定した場合、自分は何ができるのかを、落ち着いて考え、果敢に行動することが重要です。

そのためには、災害を想定した訓練を繰り返し行い、日頃から意識を高める必要があります。

※ 各自の行動パターンをシュミレーションしておく。

※ 救急法や応急処置法を修得しておく。

※ 訓練に参加する。

そして次に、他人を助けることのできる、思いやりの気持ちを行動に移すことができるように心がけなければいけません。

※ 救急法や応急処置法については、日本赤十字社、枚方消防署等が主催する講習会や自治会等の講習会（消防署職員の派遣）で、修得しておくことが必要です。本学では、寝屋川ドライビングスクールの講師による講習会を実施しています。

#### 3. 授業中の災害

授業中に災害が発生した場合には、担当教員の指示のもと安全確保につとめ、事務局へすみやかに連絡してください。大学は状況に応じて放送等で指示を伝え、避難場所へ誘導します。皆さんは身勝手な行動を慎み、秩序維持につとめ、大学の手助けをするなど協力してください。

#### 4. 災害時における“避難心得”の10カ条

##### (1) まず、身の安全を図る



どんなに災害に備えていても、けがをしてしまったらアウト。ふだんから家具類の転倒・移動対策をしっかりと。

##### (2) すばやく火の始末



怖いのは火災などの二次災害。日頃から火の始末の習慣をつける。火元に燃えやすい物は置かない。

##### (3) 火がでたらすぐに消火



火災が発生しても天井にまわる前なら消火が可能。あわてない。火が天井に移ってしまった場合は避難を。避難後は現場にもどらない。

##### (4) 戸を開けて出口の確保



とくにマンションなどの中高層住宅は出口の確保を。逃げ場を失ったら避難ができなくなる。

##### (5) あわてて外に逃げ出さない



家の中にいたほうが安全な場合もある。あわてずに状況を見る。外に逃げるときは瓦やガラスなどの落下物に注意を。

##### (6) 狭い路地、ブロック塀に近づかない



落下や倒壊の危険のある場所に近づかない。避難は公園などの広い場所、できるだけ指定の避難場所へ。

##### (7) 避難は徒歩で



荷物は多く持たない。車には乗らない。自主防災組織などの指示に従って、集団で行動する。お年寄り、病人を優先に。子どもは手を握って避難する。

##### (8) 山崩れ、がけ崩れに注意



すぐに安全な場所に避難できるよう、ふだんから周辺環境のチェックを。

##### (9) 応急救護は協力しあって



死傷者が増えると医療機関の対応は限界に。お互いに手を取って応急救護の対応を。

##### (10) 正しい情報を得る



流言(デマ)でパニックにならない。ラジオや市町村、自主防災組織などの正しい情報で的確な行動をとる。

## ■地震

### 1. 日頃からの心構え

地震対策で最も大切な事は、一人ひとりが日頃から地震に対して関心を持ち、地域等の防災訓練に積極的に参加し、いざというときに「人命を守り」「財産を守る」という行動がとれることです。

### 2. 地震の揺れと被害想定

震度 0	地震計に記録されるが、揺れは人間に感じられない。
震度 1	部屋にいる敏感な人がわずかに揺れを感じる。
震度 2	部屋にいる多くの人が揺れを感じ、電灯などがかすかに揺れる。
震度 3	部屋にいるほとんどの人が揺れを感じ、家具などが揺れ、音をたてることがある。
震度 4	眠っている人もほとんど目を覚まし、花瓶などが落ちる。歩いている人も揺れを感じる。
震度 5(弱)	建物が激しく揺れ、食器や本が落ちたり窓ガラスが割れたりする。
震度 5(強)	家の中ではタンス、外では自動販売機などが倒れることも。自動車の運転は困難。
震度 6(弱)	立っていることが難しい。タイルや窓ガラスが壊れ、ドアが開かなくなる。
震度 6(強)	はわないと動けない。山崩れ、地割れ、家屋の倒壊などが発生する。
震度 7	地割れ、地滑り、山崩れ、家屋の倒壊などが多発。断層が生じる。

## 地震情報

財団法人日本気象協会ホームページ (<http://tenki.or.jp/index.html>)

### 3. 初期対応と初期行動

#### (1)落下物から身を守る

教室は、廊下側と外側にガラス窓があります。ガラスの破損によるけがの危険性があるので、教室の中央に移動してください。机の下に頭を保護するようにもぐり込み、移動式の机であれば脚を両手でしっかりおさえてください。

廊下は、窓ガラスが多いので、急いで窓から離れ、近くの教室に入り、机の下にもぐり身の安全をはかってください。

#### (2)部屋の出口を確保

教室の出口に一番近い者はドアを開け、避難口を確保してください。

#### (3)避難場所への移動

大学は被害状況に応じて直ちに大学内のすべての人を避難場所へ誘導する。

### 4. パニックや流言(デマ)にくれぐれもご注意を

二次災害もさることながら、人混みの中では恐怖と不安でパニックや流言(デマ)が発生することがあり、非常に危険な状況となります。それを回避するには市町村や警察・消防署などから正確な情報を得て、自主防災組織などの指示に従って行動をとるなど、災害時のルールを守ることが鉄則となります。

## ■火災

### 1. 火災の原因

火災の起こる原因は、ほとんど人の行為や過失がからんでいます。出火原因の第1位は放火、第2位はたばこの不始末。その他ガス及び油を燃料とする設備機器、電気機器等が原因とされます。特に、たばこは喫煙者各自の「火種」として危険度の認識の低さが要因とされます。

### 2. 火災に対する日頃からの注意

火災は、可燃物・酸素・熱源の3要素が同時に存在するときに起こります。火災を防ぐには、この3要素の1つを欠かすことしか方法はありません。

- (1)火元周囲の整理・整頓。
- (2)電気器具の点検。
- (3)灰皿のない場所の喫煙はさけ、たばこの投げ捨ては絶対にしない。
- (4)スプレー缶に「可燃性」「弱燃性」と記されているものは、火のそばで使わない。
- (5)火の元に注意し、電気器具等の消し忘れがないか確かめる。

3. 火災を発見した場合は、周囲に知らせると共に速やかに事務局又は警備室へ連絡してください。

#### 4. 自動火災報知設備

建物に設置している感知器（煙・熱）が感知すると自動で「○階で火災感知器が作動し、係員が確認中、次の放送にご注意ください。」という非常放送が流れます。その後、係員の現認や火災が大きくなった場合には「火事です！○階で火災が発生、落ち着いて避難してください。」という放送が流れます。

同時に大学管理室にも警報されていますので、直ちに係員が急行して初期消火活動や避難誘導を行います。

授業中に火災が発生した場合、担当教員の指示に従い避難してください。

※避難の際はエレベーターは絶対に使用しない。

#### 5. 避難 3 原則

- (1)天井や他の物に引火したら、すぐ避難する。
- (2)煙が発生したら布を水に浸し、口に当て避難する。
- (3)室内では壁づたい、廊下では中央が鉄則。

## ■台風

### 1. 風と被害

風速 10m/s	傘がさせない。
風速 15m/s	看板やトタンが飛び始める。
風速 20m/s	小枝がおれる。
風速 25m/s	瓦が飛び、テレビアンテナが倒れる。
風速 30m/s	雨戸が外れ、家が倒れることもある。

国土庁による。風速は 10 分間の平均風速。

### 2. 暴風警報発令による授業の取扱い

暴風警報発令による授業の取扱いは、大阪府 5 区域（北大阪、東部大阪、大阪市、南河内、泉州）の全区域あるいはいずれかの区域を対象とします。詳細は学生細則第 43 条を参照してください。

## ◆ 病気・けが ◆

### 1. 学内での病気・けがの通報

- (1)事務局または保健管理センター・警備員室に連絡
- (2)現場での応急処置および必要に応じて救急車の手配等。

### 2. 下宿での、病気・けがの対応

- (1)身近にいる下宿の管理人(家主)、友人等に連絡し、介護を依頼する。
- (2)必要に応じて救急車を呼ぶ(TEL119 携帯電話からも可能)。  
病気・けがの状況、下宿先の住所、アパート名、部屋番号、アパートの目標物、携帯電話等を連絡。  
救急車が到着するまでの所要時間5～6分。

### 3. 学校内での病気・けがの対応

- (1)生理痛  
個人差があるので、本人に症状・手当の方法を聞くことが一番。
- (2)貧血  
頭を低くした体勢に。その後、温かいものを飲ませる。
- (3)腹痛  
安静な体勢であおむけに寝かせる。頭の下には低い枕を敷き、腹部を圧迫しないようにベルトやボタンを緩める。
- (4)発熱  
安静に寝かせて楽な姿勢に。頭を冷やすのが有効。
- (5)熱中症  
涼しい場所に移動させ、頭を高くして寝かせること。呼吸が楽になるように胸元を開けたりベルトなどを緩める。  
冷たい水に浸したタオルなどで体を冷やすこと。
- (6)すり傷・切り傷  
傷口を洗浄、消毒液をつけ、バンソウコウ、滅菌ガーゼを当てて包帯を巻く。出血が多い場合は、止血法で止血をする。  
いずれの場合も、保健管理センターのスタッフ、救急車が到着するまでの応急処置です。

### 4. 応急処置 搬送法

- 傷病者を搬送する前に、まず必要な応急手当を行います。  
傷病者に最も適応した体位(たいい)で搬送します(傷病者の望む体位で搬送します。)

## 5. 応急処置 止血法

一時に大量の出血をした場合は、短時間のうちに出血性ショック症状があらわれます。これは、大量の出血により循環血液の絶対量が減少したために起こるショックです。

一般に、人の全血液量は、成人では体重の約 13 分の 1 といわれ、その 30% が急速に失われると、生命に危険を及ぼします。そのため、特に大出血に大しては、注意が必要です。出血は止血法で止めることができますので、正しい止血法を習得しておきましょう。

### (1) 直接圧迫止血法

出血しているきず口の上に、清潔なガーゼやハンカチなどをあて、手で押さえて出血を止める方法です。



手足であれば心臓より高い位置に持ってくると止血しやすくなる。

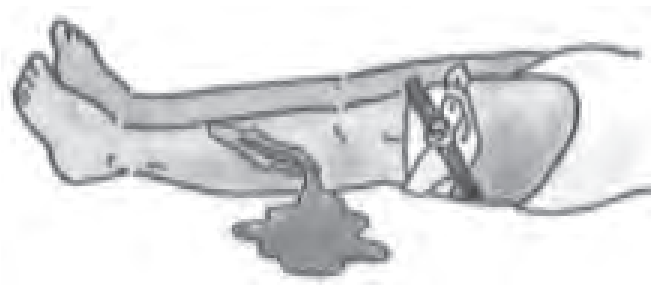


### (2) 止血帯法

手足の大出血で、圧迫法で止血できないときだけ止血帯法を用います。この時は、止血した時間を記録してください。



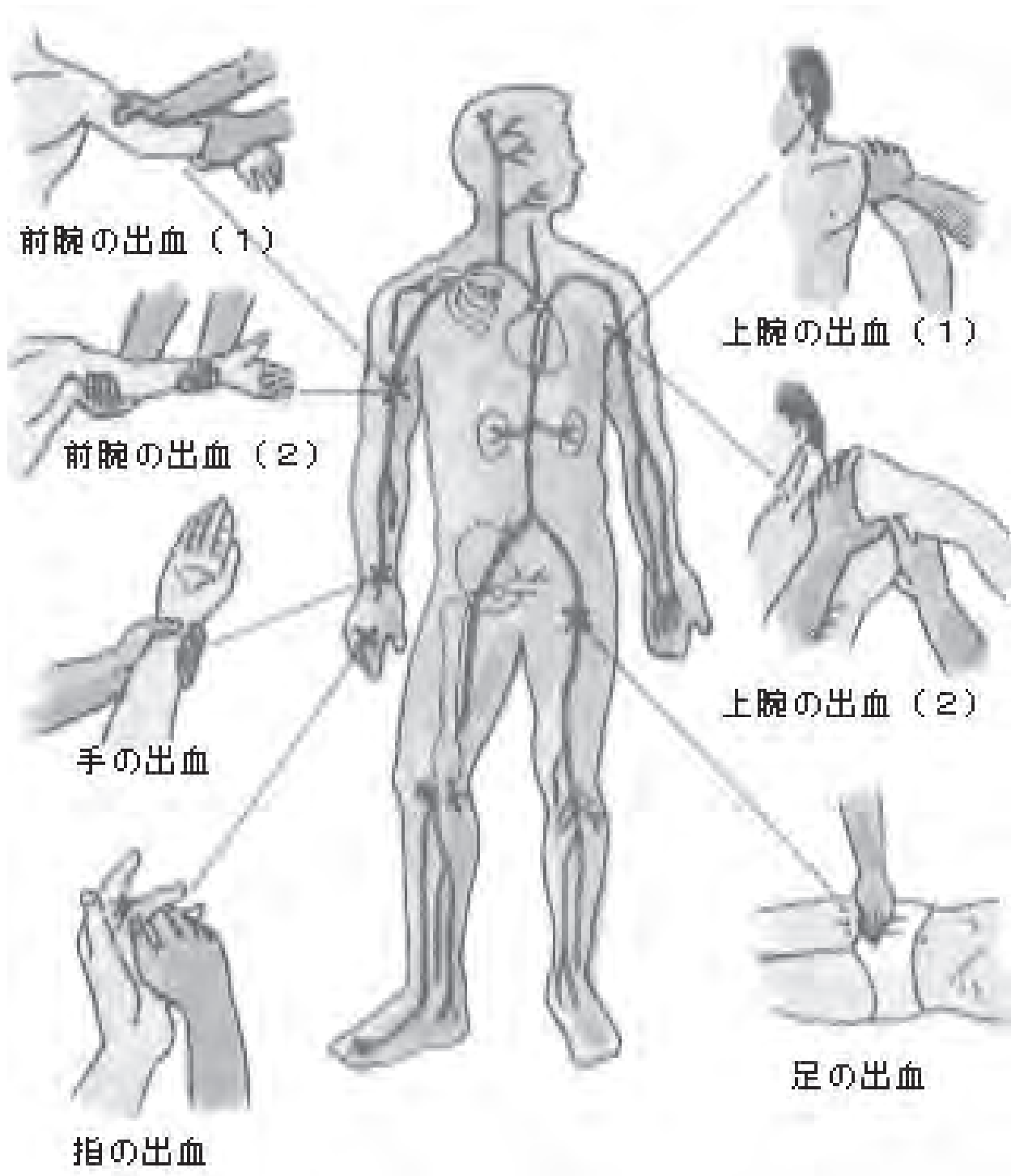
腕の場合



足の場合

(3)間接圧迫止血法

おもに手や足からの出血の場合、傷口より心臓に近い止血点を下図のように圧迫して止血する方法です。



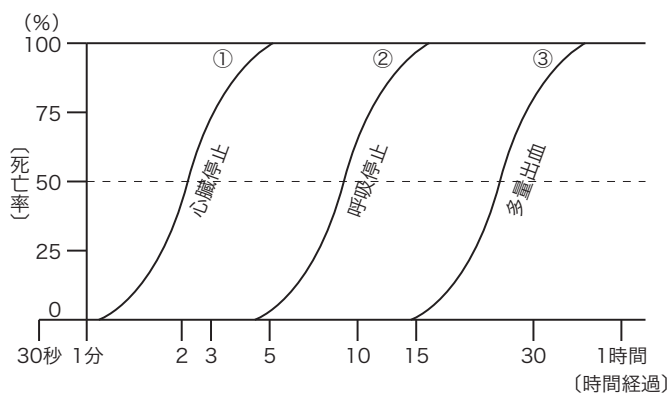
## 6. 応急処置 心肺蘇生法

### (1)はじめに

急病や交通事故をはじめとする各種の救急事象が発生した時、救急隊が現場に到着するまでの間、その現場に居合わせた人により適切な応急手当が速やかに実施されることによって、傷病者が救命される可能性が一層高くなることは明かです。しかし、救急事故の発生時に人が現場に居合わせながら、「動かさない方がいい」「どうしてよいかわからない」などといった理由から、傷病者に対して適切な応急手当がなされず、救命のチャンスを逸してしまう事例も少なくないのが現実です。そのようなことが起きないように、応急手当に関する正しい知識と技術を身につけましょう。

### (2)心肺蘇生法とはなにか

心肺蘇生法とは、停止した心臓機能と呼吸機能を蘇生させる応急手当のことをいいます。日常生活の中で、心肺蘇生を必要とする不慮の事故、心疾患又は脳血管疾病等、健康な人が突然遭遇するおそれのある疾患が多くあります。これらの場面に遭遇した傷病者に対しては、心肺蘇生を早くすればするほど蘇生する割合が高くなり、逆に、遅ければ遅いほど死亡する割合が高くなること図1のカーラーの救命曲線からわかります。心臓が停止し、脳へ酸素が供給されない時間が3分を経過すると約50%が死亡し、呼吸停止後約10分では50%が死亡するといわれています。すなわち、時間がたてばたつほど生命を救うことが出来ないことがわかります。



カーラーの救命曲線

ところで、救急車は何分ぐらいで救急事故現場

場に到着できるのでしょうか。救急車が、119番通報を受けてから現場に到着するまでの全国平均所要時間は5～6分です。一方、脳が酸素なしで生きていられる時間はわずか全国平均7分といわれています。

このようなことから傷病者の救命のためには、まず第一に教職員等による速やかな応急手当、次いで救急隊員による高度な応急処置と迅速な搬送、そして最後に医療機関による専門的な治療、といったいわゆる救命の三大要素が必要であり、そのいずれかが欠けても傷病者の救命及び社会復帰は望めないのです。救急事故現場に居合わせた「あなた」の応急手当が必要とされるのです。

### (3)自動体外式除細動器 (AED) 設置

自動体外式除細動器 (AED) は人が倒れて心停止をおこして意識や呼吸のない場合に、心臓に電気ショックを与えるための器具です。下記の場所に設置しています。

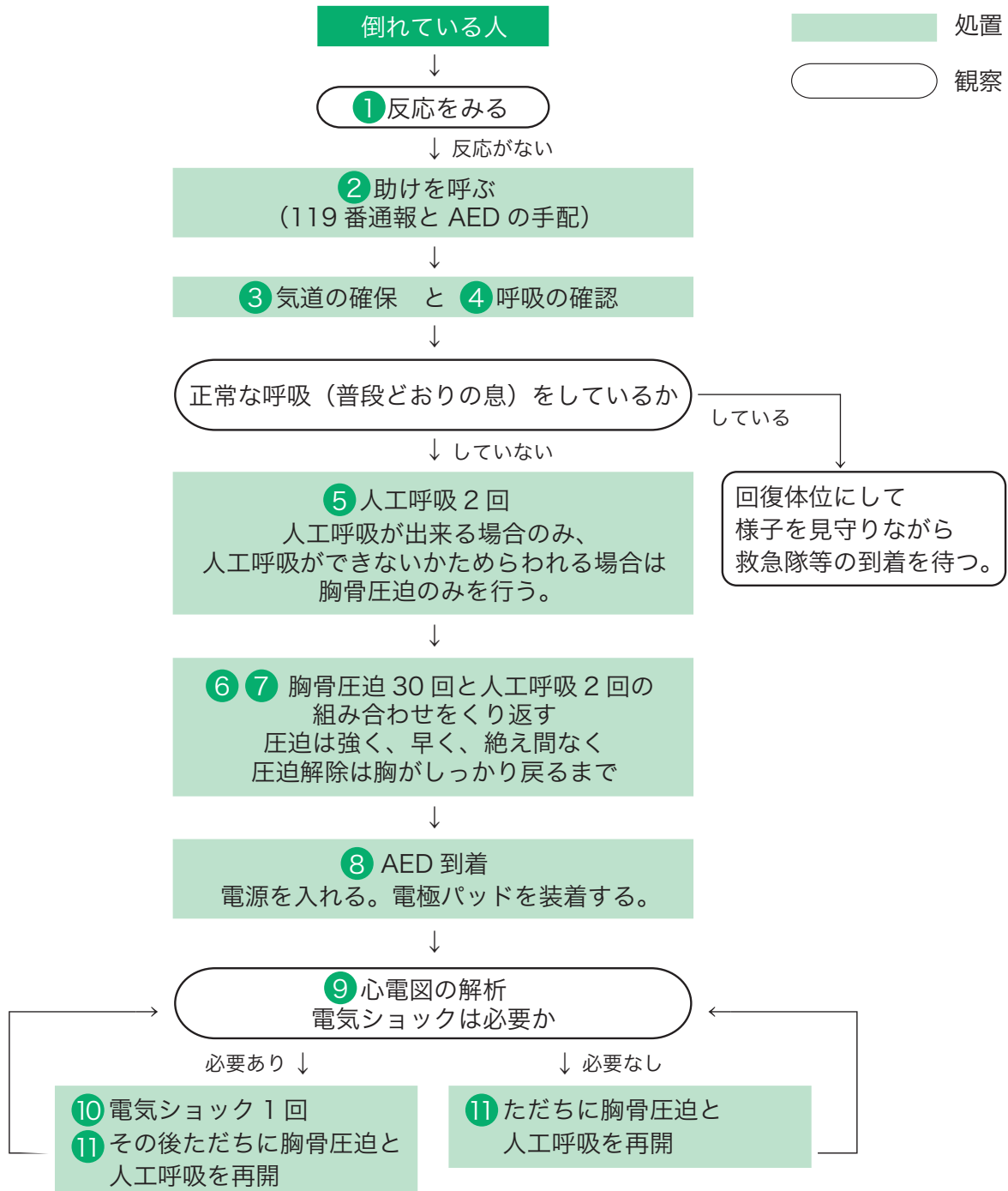
- 正門守衛室 ●健康保健センター ●中宮体育館エントランスホール
- 片鉢総合体育館管理人室 ●学生部

(詳しい場所はキャンパスマップを参照してください。)



(4)心肺蘇生法の手順

心配蘇生法の手順については、下図の要領で行われます。



## ◆ 不 審 者 ◆

1. 部外者の学内立入り禁止  
本学は部外者が許可なく学内に立入ることを禁止しています。
2. 不審者の発見・通報  
事務局または警備員室に連絡。

## ◆ 枚方市の防災情報 ◆

1. 防災情報システム  
市民生活の安全確保や災害時の迅速な情報伝達の実現には、現場での災害状況を正確に伝える双方向通信機器整備・拡充が必要です。
2. 災害時の双方向の情報発信手段としてツイッターの活用があります。
  - ・枚方市 [http://twitter.com/hirakata\\_city](http://twitter.com/hirakata_city)
  - ・消防庁 [http://twitter.com/FDMA\\_JAPAN](http://twitter.com/FDMA_JAPAN)
3. いざという時の連絡先  
枚方市役所・・・TEL 072-841-1221  
警察・・・TEL 110  
枚方警察署・・・TEL 072-845-1234  
消防・・・TEL 119  
枚方消防署・・・TEL 072-852-9933  
NTT・・・TEL 113  
大阪ガス・・・TEL 0120-5-94817  
関西電力・・・TEL 072-841-1131  
枚方市水道局・・・TEL 072-848-5519  
枚方休日急病診療所・・・TEL 072-845-2656  
枚方休日歯科急病診療所・TEL 072-848-0841  
北河内夜間救急センター・TEL 072-840-7555  
星ヶ丘厚生年金病院・・・TEL 072-840-2641  
津田病院・・・TEL 072-858-8259  
FM ラジオ : エフエムひらかた (77.9MHz)、NHK-FM(88.1MHz)  
AM ラジオ : NHK 第 1(666KHz)
4. 安否確認システム  
【携帯通信会社各社】
  - NTT ドコモ : 災害用伝言板 [<https://www.nttdocomo.co.jp/english/info/disaster/index.html>]
  - au : 災害用伝言板サービス [<https://www.au.com/english/mobile/anti-disaster/saigai-dengon/>]
  - ソフトバンク : 災害用伝言板 [<http://www.softbank.jp/en/mobile/service/dengon/>]
  - NTT 西日本 : 災害伝言ダイヤル [<http://www.ntt-west.co.jp/dengon/web171/english/>]

# 緊急連絡先(EMERGENCY CALL)

## 1. 全ての火災・地震・事故・その他緊急トラブル

PLEASE CALL IN CASE OF INCIDENTS

内線(EXTENSION)

◇正門守衛室	3990	・	3991
MAIN GATE SECURITY OFFICE			
◇中央監視室	3050	・	3051
CENTRAL MONITORING ROOM			
◇庶務部	1147		
LOGISTICS AND FACILITIES MANAGEMENT			
◇総務部	1460	・	1471
GENERAL AFFAIRS			

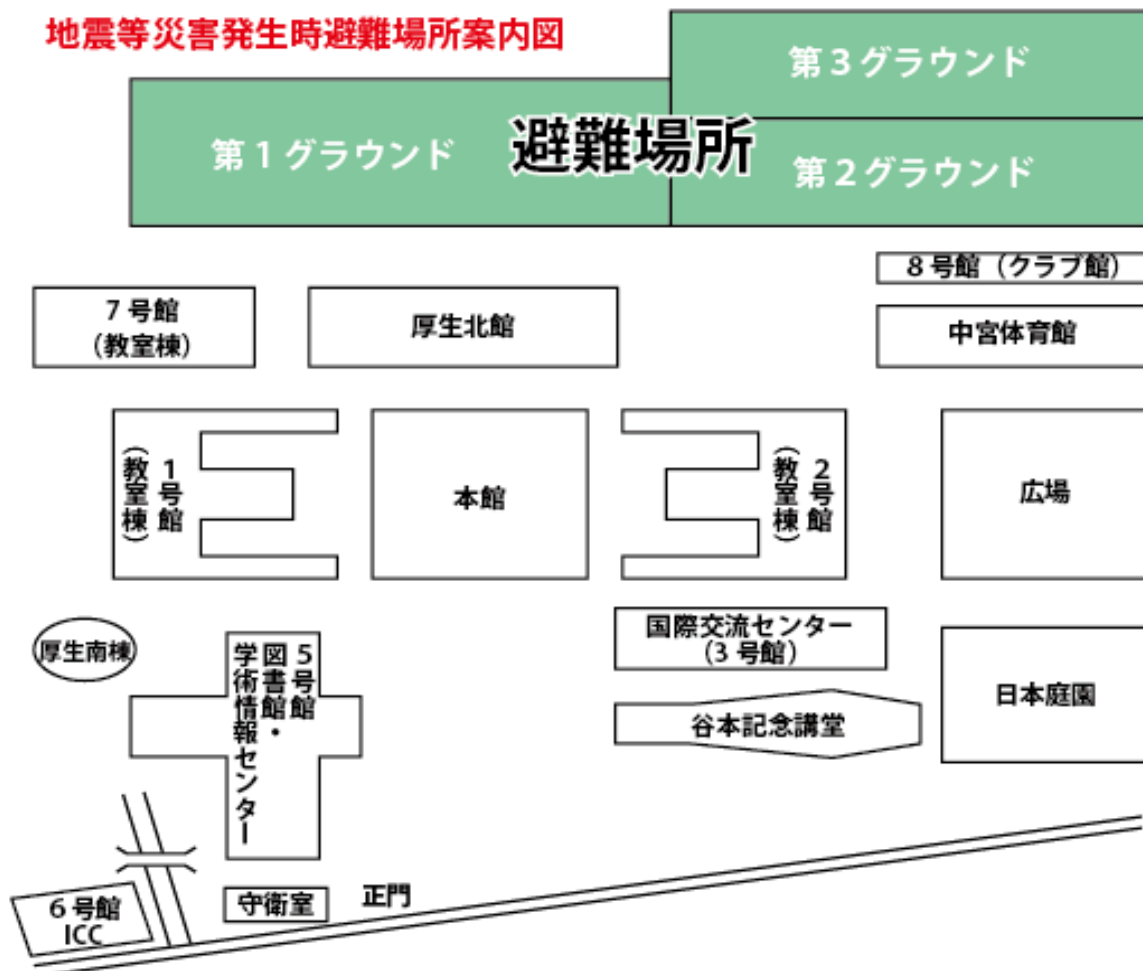
## 2. ケガ・病人がいる場合の連絡先

PLEASE CALL IN CASE OF INJURY OR SICKNESS

内線(EXTENSION)

◇保健管理センター	2100	・	2101
MEDICAL SERVICE CENTER			

## 地震等災害発生時避難場所案内図



# 緊急連絡先 (EMERGENCY CALL)

## 1. 全ての火災・地震・事故・その他緊急トラブル

PLEASE CALL IN CASE OF INCIDENTS

内線 (EXTENSION)

◇北門守衛室	9990	・	9992
MAIN GATE SECURITY OFFICE			
◇中央監視室	9101	・	9102
CENTRAL MONITORING ROOM			
◇庶務部	8101	・	8102
LOGISTICS AND FACILITIES MANAGEMENT			
◇Global Commons結-YUI-	1001	・	1002
Global Commons-YUI-			

## 2. ケガ・病人がいる場合の連絡先

PLEASE CALL IN CASE OF INJURY OR SICKNESS

内線 (EXTENSION)

◇保健管理センター	1011	・	1012
MEDICAL SERVICE CENTER			

地震等災害発生時避難場所案内図

