

# 大地震対応マニュアル

キャンパス内にいるとき大地震が発生したら…

上智大学 Sophia University

〒102-8554 東京都千代田区紀尾井町7-1

<https://www.sophia.ac.jp/>



## 大学の緊急連絡先

正門守衛所：03-3238-3000（24時間対応）

防災センター：03-3238-3119（24時間対応）

学生センター：03-3238-3525

ウェルネスセンター：03-3238-3394

（\*学内の内線電話を使用する場合は、下4桁のみ）

# ① 地震発生からの流れ

## 地震発生！

まず各自で身の安全を確保する

- 机やテーブルの下に身を隠す
- バッグ等で頭を保護し落下物に注意する
- ドアを開けて避難口を確保する
- 窓や転倒しやすいものから離れる
- あわてて屋外に飛び出さない
- 化学薬品など危険物から離れる
- 火気を使用していたときは直ちに消す  
(※揺れが大きいときは揺れが収まってから)
- 地震の際エレベーターは自動的に最寄り階に停止するので、扉が開いたら素早く降りる  
(※もし閉じ込められた場合は非常ボタンを押す)
- 屋外にいるときは建物や木などから離れる

## 揺れが収まったら

落ち着いて周囲の状況を確認する

- ケガをしてないか
- 負傷者はいないか
- 自分のいる場所は安全か（ガラスの破片等）
- 火災は発生してないか
- 化学薬品など危険物が流出してないか
- 建物や設備等の被害状況はどうか

- ケガをして動けないときは、大声を出すか物を叩いて周囲に助けを求める
- 負傷者がいたら周囲と協力して救助し、必要に応じて応急手当をする → ②  
正門守衛所またはウェルネスセンターに連絡する

- 余震や火災等の二次災害に注意する
- 安全な場所を確保してしばらく様子を見る
- 避難するときは押したりせず冷静に行動する
- エレベーターは使用せず階段で移動する
- 火災が発生したら大声で周囲の人に知らせ、近くの消火栓の火災報知機のボタンを押して正門守衛所に連絡する
- 可能ならば、消火器等で初期消火する  
(※消火が困難なときは直ちに避難する)
- 火災のときは煙を吸わないようハンカチやタオルで口と鼻を覆い、姿勢を低くして移動する

## その後の対応

大学からの指示や情報に従って行動する

- 校内放送や教職員の指示、各種情報に注意する
- 大学が指定する避難場所に避難する
- 大学が募集する災害ボランティアに協力する  
(※千代田区と災害時の協力協定を締結している)

- デマ等に惑わされず、正確な情報を収集する
- 家族や友人等の安否を確認する → ③
- 交通機関や道路の状況等を確認し、帰宅するかしばらく大学に留まるか判断する → ④



## ② 応急手当

ケガ人や急病人を見かけたとき、迅速かつ適切な応急手当をすることは極めて重要です。

### 人が倒れていたら

- ①声をかけたり肩を軽く叩いて意識があるか確認する
- ②意識がない→周囲にAEDの手配と守衛所への連絡を依頼する
- ③仰向けにして顎を上げ、気道を確保する
- ④呼吸の有無を確認する（呼吸がある場合は体を横向きにする）
- ⑤呼吸がない→人工呼吸2回（※省略可）と胸骨圧迫30回を繰り返す
- ⑥AEDが到着したら、直ちに電源を入れ音声ガイドに従って操作する

### 出血

- 傷口に清潔なタオル等を当て、手で強く圧迫して止血する
- 傷口を心臓より高くすると止血効果がある
- 感染防止のためビニール袋等を利用し、直接血液に触れないようにする

### やけど

- 直ちにきれいな水で十分冷やす
- 水泡が生じているときは破らないように注意する
- 服の上からやけどをしたときは、無理に脱がさず上から冷やす

### 骨折

- 腫れや痛みが激しいときや部位が変形しているときは骨折の可能性が高いので、板や段ボール、雑誌等を当てて固定する
- 腕や肩を骨折している場合は、タオル等で関節を固定する

消防署等で開催している応急手当の各種講習会等に積極的に参加し、緊急時に落ち着いて対応できるよう知識や技術を身につけておく

# ③ 安否確認

大規模災害発生時に備えて、安否確認をする方法を家族や友人とあらかじめ決めておくことが大切です。

## 災害用伝言ダイヤル（171）

- ①171をダイヤルし、伝言の録音は1、伝言の再生は2をダイヤルする
- ②被災地の人の電話番号をダイヤルする
- ③伝言を録音／再生する（1伝言30秒以内、サービス終了まで保存）

## 災害用伝言板（web171）

- ①パソコン等から<https://www.web171.jp/>にアクセスする
- ②被災地の人の電話番号を入力する
- ③伝言を登録／確認する（1伝言100文字以内、サービス終了まで保存）

## 災害用伝言板（携帯電話各社）

- ①各社のトップ画面等に表示される災害用伝言板にアクセスする
- ②伝言を登録／確認する
  - 登録** ・現在の状況を定型文から選択しコメントを入力（1伝言100文字以内、サービス終了まで保存）
  - 確認** ・安否確認したい人の携帯電話番号を入力し検索

## 安否確認システム

上智大学では安否確認システムを導入しています。はじめにLOYOLA掲示板で詳細を確認し、初期設定をしてください。

- ・震度6弱以上の地震が発生したとき、地震発生エリアの対象者に安否確認メールが自動送信されますので、安否情報を登録してください。
- ・家族の情報を登録すると、家族とメッセージを共有することができます。



## ④ 帰宅判断

大地震が発生したときはむやみに移動を開始せず、まずは落ち着いて情報を収集し、状況を確認することが重要です。徒歩で帰宅するかどうかは以下の事項を参照してください。

### チェック項目

- 公共交通機関の運行状況、道路等の被害状況はどうか
- 靴は歩きやすいか、長距離を歩く体力があるか
- 天気はどうか、帰宅開始時間は適当か（夜間の移動は危険）
- 帰宅ルートを知っているか、道路の混雑状況はどうか
- 家族等と連絡はとれたか、被災状況はどうか

### 徒歩で帰宅する際の留意事項

- 非常用の水と食料を大学から受け取る
- 途中の避難場所等で適宜休憩をとる
- 帰宅支援ステーションや携帯電話等を利用して情報を収集する
- 落下物や足元に注意し、危険な場所には近づかない
- 道路状況等により徒歩で帰宅することが困難と思ったら、無理せず近くの安全な避難場所に留まる
- 一般的に徒歩で帰宅できる距離は20km以内が限度と言われている
- 徒歩での帰宅が困難な場合は、公共交通機関の運行再開まで待つ

☆下の緑色のステッカーが貼ってあるガソリンスタンドでは災害時サポートステーションとして、黄色のステッカーが貼ってあるコンビニエンスストアやファミリーレストラン等では災害時帰宅支援ステーションとして、それぞれ徒歩帰宅者に対し「水やトイレの提供」「地図等による道路情報、近隣の避難場所に関する情報提供」等が行われる。



# 〈四谷キャンパス〉



## ☒: 担架設置場所

- ・正門守衛所
- ・東門守衛所
- ・北門守衛所
- ・南門守衛所
- ・防災センター(6号館)
- ・ウェルネスセンター
- ・2号館1F管理室
- ・7号館入口横
- ・14号館前階段下
- ・体育館B1F管理室
- ・体育館1F事務室横
- ・中央図書館1F受付
- ・上智紀尾井坂ビルB1F守衛室
- ・真田堀運動場管理室

## ☒: 救急箱設置場所

- ・正門守衛所
- ・東門守衛所
- ・北門守衛所
- ・防災センター(2号館)
- ・防災センター(6号館)
- ・ウェルネスセンター
- ・環境整備グループ(2号館)
- ・2号館1F管理室
- ・体育館B1F管理室
- ・中央図書館1F受付
- ・真田堀運動場管理室