

防災マニュアル (学生用)

必ず事前に内容確認の上
携帯してください。



山
お
り

日頃の準備事項

- 避難場所の確認（大学及び自宅周辺）
 - ・土砂災害：
 - ・洪水：
 - ・地震：
- 自治体防災メール等の登録
- 家族との連絡方法・待ち合わせ場所の確認
- 大学・友人等への連絡方法の確認
- 家具類の転倒防止の措置
- 廊下等に荷物を置かない
- 緊急避難アイテムの準備
- 徒歩帰宅ルートの確認
- 災害伝言サービスの確認

地震の場合

— 焦らず、まず安全確保を—

【地震が発生】

- ・机の下や落下物のない場所に身を隠し、カバンや衣服で頭を守る。
- ・ガラス窓には近づかない。
- ・脱出口確保のためドアや窓を開ける。
- ・エレベーターの中の場合、全ての階のボタンを押す。
- ・ゆれが収まってから、火を消す。

【ゆれが収まったら】

- （大学内の場合）
- ・避難指示が出るまで、安全姿勢のまま教室で待機する。

- ・避難指示に従い、落ち着いて避難場所に避難する。
- ・階段は慎重に降りること（エレベーターは絶対に使用しない）
- ・避難完了後は、災害対策本部の指示を待つ。

- （屋外での対応）
- ・頭をカバンなどで守り、建物から離れる。
- ・飛散するガラス等から身を守る。
- ・ゆれが収まったら、避難場所まで避難する。

【災害が収まったら】

- むやみに移動を開始しない—
- ・交通機関（JRや路線バス）の運行、停電の有無、周辺の災害情報を確認する。
- ・誤情報や嘘に惑わされず、公的機関からの正確な情報を得る。

【外出先より帰宅する場合】

- 大きな道を徒歩で帰宅—
- 外出先で被災し、帰宅指示後、帰宅する場合には以下のことに気をつけてください。

- ・明るいうちに、徒歩で自宅に到着できる場合のみ帰宅。

- ・同一方面の場合は集団で帰宅。→お互いに助け合える状態にしておく。
- ・幹線道路沿いに帰宅する。→幹線道路は道も広く歩きやすい。→帰宅支援ステーションを利用する。（コンビニエンスストアやガソリンスタンド）

- ※明るいうちに徒歩で帰宅することができない場合は、大学構内で待機してください。

山
お
り

豪雨・土砂災害の場合

— 情報収集し、「備える」—

【台風へ備える】

- ・台風は事前に予測できる自然災害。
- ・規模や襲来時間等の情報をチェック。

【集中豪雨に備える】

- ・集中豪雨は、狭い地域に突発的に降るため予測が困難。
- ・自分がある場所の土地条件や環境等を把握し十分な対策を。

【土砂崩れに要注意】

- ・家の側に高さ4m以上のがけがある場合、不安があればすぐに避難する。

- 土砂崩れの兆候
- ・雨がやんだのにいつまでもわき水がでる。
- ・斜面から小石や土がパラパラ落ちてくる。
- ・わき水や溪流が急に濁る。
- ・斜面にひび割れができる。
- ・山鳴りがする。
- ※泥臭いにおいがしたら土石流にも注意！

【危険な場所から避難】

- ・高潮や浸水、土砂災害の発生しそうな場所には近づかない。
- ・危ないと感じたときは、近所の人と連絡を取りあいながら早めに避難をすること。
- ・避難方法や避難場所は事前に確認しておく。

山
お
り

【避難指示が出たら】

- ・テレビやラジオ等から最新情報を入手。
- ・一定の基準を超えると警戒レベルを用いた避難情報が発令され、報道機関や自治体、消防署、警察署から避難が呼びかけられるので、指示に従って避難する。

警戒レベル3：高齢者等避難開始
高齢者等以外の人にも必要に応じ普段の行動を見合わせたり、避難の準備をしたり、危険を感じたら自主的に避難するタイミングです。

警戒レベル4：避難指示
必ず危険な場所から避難してください。警戒レベル5 緊急安全確保の発令を待つてはいけません。

火災の場合

— まず知らせる(火災報知機等)—

【初期消火の対応】

- ・身の安全を確保した上で備え付けの消火器を用いて、消火を試みる。
- ・消火器が近くにない場合は、水に濡らしたタオルや衣服などをかけ、空気を遮断して消火する。

【初期消火できずに避難】

- ・初期消火が失敗し、天井まで火が達したときは、すぐに避難する。その際はあわてて部屋を飛び出さず、冷静に行動する。

【怖いのは煙】

- ・濡れたハンカチ（無い場合は衣類等）を口にあて、煙を吸い込まないよう姿勢を低くして避難する。
- ・階段では手すりを持つ、もしくは手を壁にあて、慎重に降りる（エレベーターは絶対に使用しないこと）。

安否の確認

【家族への連絡方法】

— 大規模災害時に利用可能 —
「災害用伝言ダイヤル171」

- 伝言を録音する
171+1+電話番号（市外局番から）
- 伝言を再生する
171+2+電話番号（市外局番から）

「災害用伝言板WEB171」

- 伝言の登録・閲覧方法
<https://www.web171.jp/>
電話番号（市外局番から）登録後に、文字による伝言を登録・閲覧ください。

【大学への連絡方法】

— 落ち着いたら大学へ安否を報告—

- 安否確認メール
非常の際は、教学システムを用いて、大学から安否確認メールを送信します。被害状況等の必要事項を入力して、県大ポータルやメールから必ず返信してください。

- 各キャンパス教学課代表電話番号
広島キャンパス：082-251-9710
庄原キャンパス：0824-74-1700
三原キャンパス：0848-60-1126

緊急避難アイテム

水や食料は、常日頃から備蓄し、いざというときに持ち出せるようにしましょう。

●事前準備

- 現金（小銭も）
- 健康保険証
- タオル・ばんそうこう
- 懐中電灯
- ホイッスル・ブザー
- ティッシュ・ウェットティッシュ
- 非常用保温アルミシート
- チョコレート・あめなど
- 学生証（免許証なども）
- アドレス帳（家族、友人の連絡先）
- 雨具（カッパなど）
- 携帯電話・スマホ
- 携帯充電用バッテリー
- ラジオ
- 油性マジックペン

●その他 非常時に役立つアイテム

- マスク・軍手
- 簡易トイレ・生理用品
- 預金通帳
- 常備薬とその処方箋
- 運動靴
- マッチまたはライター
- ひも・ロープ
- 予備電池
- スリッパ
- 使い捨てカイロ
- 印鑑
- 上着・下着・靴下
- リュック
- 缶切り・栓抜き
- 洗面用具
- 非常用食料、水

【緊急時パーソナルメモ】

- 氏名
- 学籍番号 学年 年
- 学科・コース/研究科
- 電話番号
- 住所
- 血液型 Rh()
- 持病 常備薬
- アレルギー
- 緊急連絡先 続柄()

山
お
り

山
お
り

山
お
り

山
お
り