

## 災害発生時の避難・行動マニュアル【学生編】

### 1. 日常からの安全対策

地震等の自然災害は、突然発生し、建築物の倒壊、家具等の落下・転倒など物的被害とそれに基づく人的被害などの直接被害だけでなく、火災等による間接的な被害も起こるため、これらの災害の発生を最小限に留めるためには、日常からの備えが必要です。

#### (1) 一般的な安全対策

- ・あらかじめ、学内（本学からの配布物）、自宅周辺（自治体のホームページ等）の避難場所を確認しておく。
- ・消火器、火災報知器等の使用方法や設置場所などを確認しておく。
- ・夜間の避難に備えて、居住する部屋に懐中電灯を用意する、又は小型のライトを携行することが望ましい。
- ・冬期における避難時の防寒対策のため、防寒シート（新聞紙による代替も可能）の常備・携行が望ましい。

#### (2) アパート・学生寮等での安全対策等

- ・就寝の位置は、なるべく窓際（窓ガラス）や、転倒、崩落の可能性がある家具等から離す。
- ・窓ガラス等は破損して散乱する危険性があるので、就寝時は障子戸・カーテン等を閉め、上履きを身近におく。
- ・日頃から、使用しないときはガスの元栓を閉めておく。
- ・居室の戸締まりや、ガス、電気等の火気の始末には十分留意する。
- ・たこ足配線はせず、常にコンセントの周囲を清掃し、埃等を取り除く。
- ・自宅に給水用のポリタンク（バケツにビニール袋で代用も可）や3日以上の水、食料を準備しておく。
- ・お風呂の残り湯を貯めておき、火災時の消火や断水時のトイレのタンクへの給水に利用する。

#### (3) 教室・実験室等での安全対策

- ・通路が塞がれる場合を想定し、建物から退避するための複数の避難経路を確認しておく。
- ・実験室等の室内を整理整頓し、安全な避難路を平素から確保しておく。

### 2. 災害発生後の安全対策

地震による強い揺れを感じた場合、あわてず冷静に次のように各自で対処する。また、地震規模が【震度6弱以上】の場合は、安否等の情報を教職員に連絡する。

#### (1) 災害発生直後の対応（学内）

- ・講義室、実験室、実習室等で授業中の場合は、教員の指示に従って、速やかに机の下等に身体（特に頭部）を隠す、または、カバン等で頭を守る。
- ・ドアを開けて非常脱出口を確保する。
- ・倒れた書庫等の下敷きになっている人はいないかなど、周囲の人の安全を確認する。
- ・強い余震が発生する可能性もあることから、あわてて外に飛び出さない。
- ・実験室等で火気等を使用中の場合は、直ちに火を消すなどの安全措置を講じる。

- ・廊下を通行中の場合は、破損した窓ガラスなどに注意するとともに、壁の近くに身を寄せ、安全を確保する。
- ・渡り廊下または階段を通行中の場合は、天井等が落下するおそれがあるので、速やかにそこから離れ、近くの安全な場所に退避する。
- ・体育館にいる場合は、壁に身を寄せ、落下物に注意する。
- ・売店等にいる場合は、物品及びガラス等の飛散に注意し、店員の指示に従う。
- ・野外にいる場合は、速やかに建物、高い壁、階段、送電線等から離れ、最寄りの避難場所や屋外の開けた場所で身の安全を確保する。
- ・エレベーターの中にいる場合、全ての階のボタンを押し、停止した階で降りる。閉じ込められたら、非常ボタンを押して救助を待つ。(救出されるまで長時間を要する可能性もあるので、体力を消耗しないように努める。)
- ・負傷者や救助を必要とする人がいる場合は、周りの状況を慎重に判断し、救助する。付近に人がいる場合は応援を求める。
- ・隣の教室、部屋等で救助を求めている人はいないか確認する。
- ・障害を持つ人、負傷した人など自力で避難できない人はいないか確認する。

## (2) 災害発生直後の対応 (学外)

- ・まずは、学内の行動を参考にして、その場で身の安全を確保する。
- ・自動車、バイク、自転車を運転中の場合には、ゆっくりと道路の左側に寄せて停車する。(エンジンを切る。)自動車、バイクから離れて避難する際は、連絡先のメモを残し、キーはつけたまま、車検証を持って安全な場所へ避難する。
- ・本学以外の施設において災害が発生した場合は、当該施設の職員の誘導等に従う。

## (3) 避難するときの注意

- ・地震の揺れが収まったら、教職員の指示に従い、速やかに部局が指定する避難場所に避難する。
- ・二次災害を防止するため、可能な限り、電源の遮断、ガスの元栓閉鎖等の措置を取る。
- ・壁や建物上方からの落下物(特にガラス等)や足下に十分注意し、カバン、本、ヘルメット等で頭部を守る。
- ・エレベーターは使用しない。
- ・傾いた建物・ブロック塀・自動販売機など倒壊の恐れのあるものには近寄らない。
- ・出火時は、姿勢を低くし、ハンカチやタオルを口と鼻に当て、煙を吸わないようにする。
- ・一旦避難したら、教職員から指示があるまでは、建物の中に戻らない。(しばらくの間、建物内に入れられない可能性があるため、自宅の鍵、携帯電話、財布、上着(特に冬季)などを忘れずに身につけて、避難すること。)

## (4) 屋外に避難した後の対応

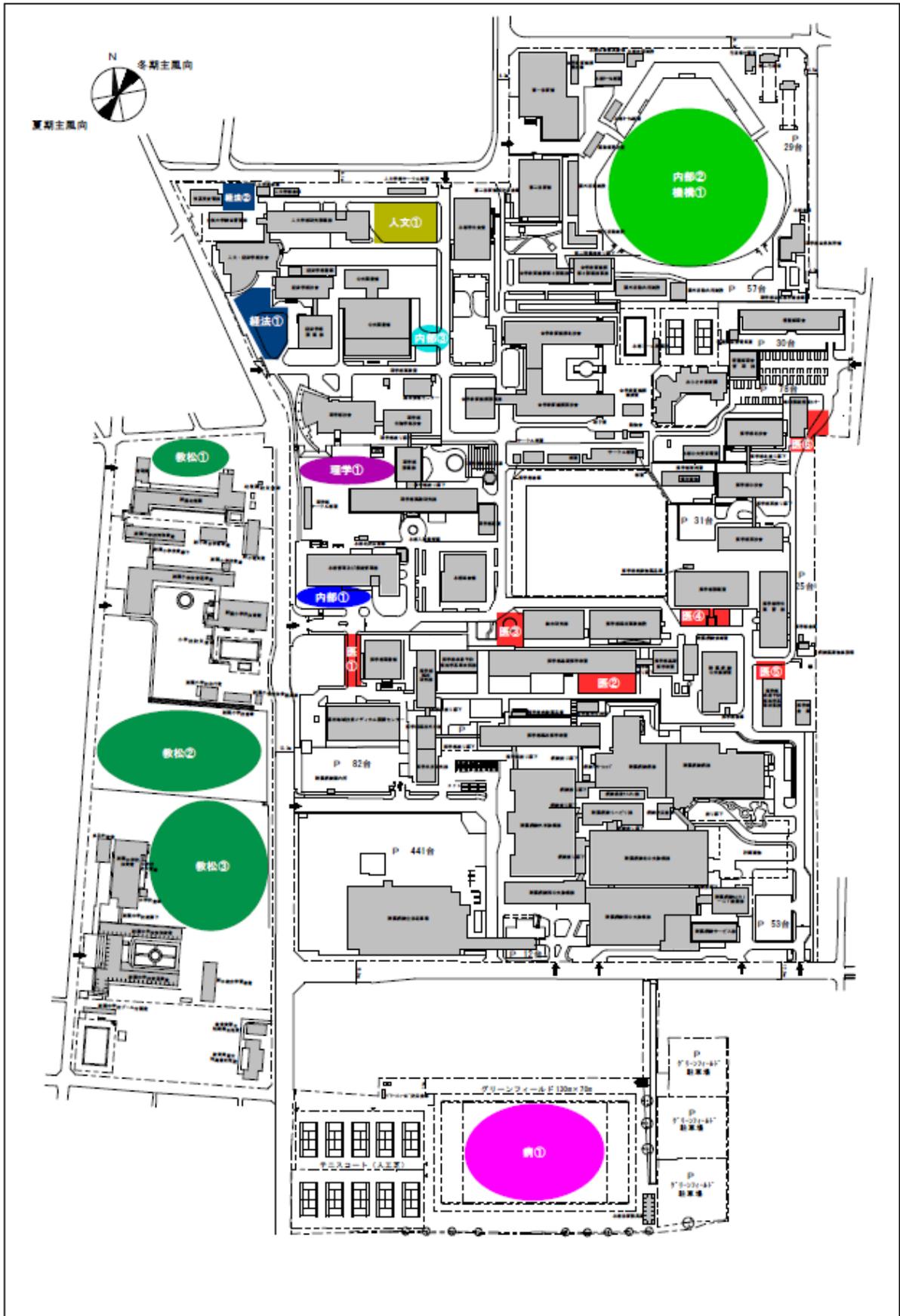
- ・ブロック塀・自動販売機など倒壊の恐れのあるものには近寄らない。
- ・避難先では、各研究室単位、学部生にあっては各学年単位で集合し、教員又は各学部事務職員による不明者の有無、負傷者の有無等、避難状況の確認を受ける。
- ・負傷した場合や負傷者がいる場合には、教職員に申し出る。
- ・震度5強以下の場合は状況により、震度6弱以上の場合は必ず、本学から学生宛携帯に一斉メールを送信するので、本学へ安否について返信する。または、学部ごとに指定する電話番号に連絡する。(別途、本学による確認を受けた場合には返信、連絡は不要)

(5) その他

- ・ 停電等からの復旧時の漏電やガス漏れによる火災，水道水の濁りなどが想定されるので，教職員からの指示があるまでは電気，ガス，水道は利用しないようにする。
- ・ 帰宅が困難となった場合（例えば公共交通機関を通学に利用している場合で片道 20 km以上）には，教職員の指示を受けて，学内の指定された場所に宿泊すること。

3. 避難場所

松本キャンパス 一時避難場所



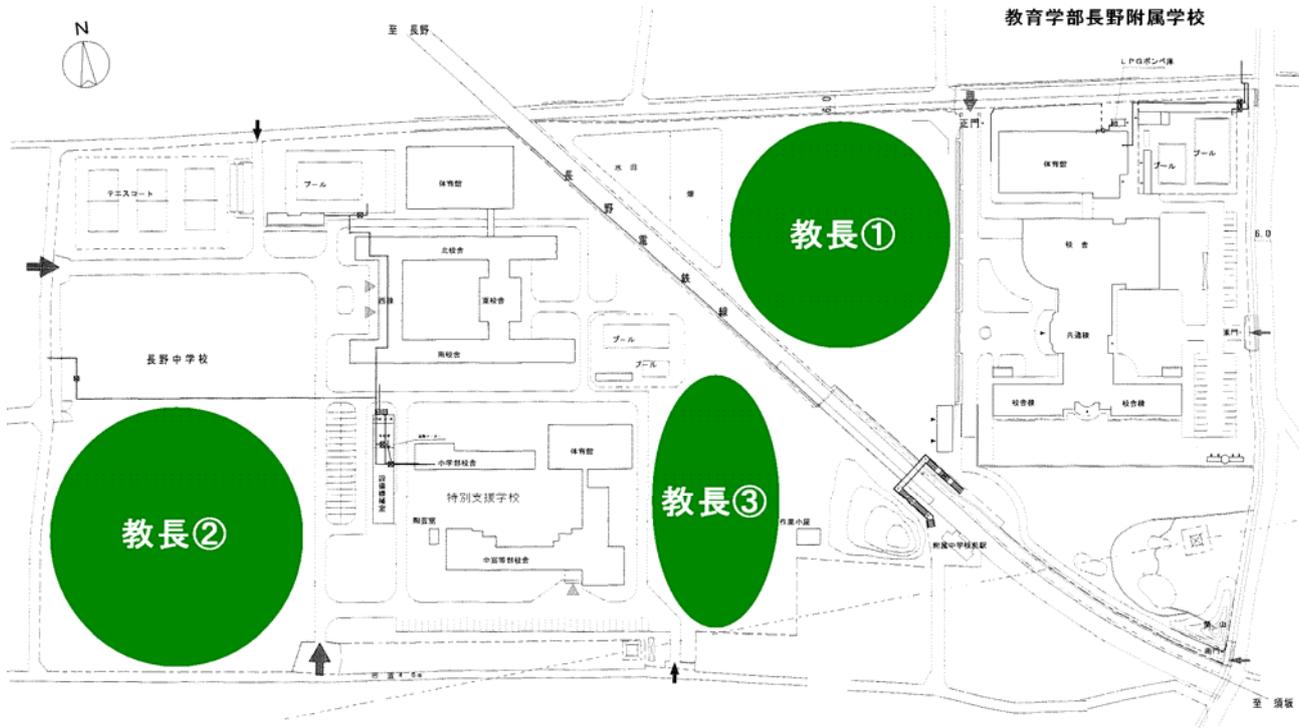
長野（教育）キャンパス 一時避難場所

教育学部



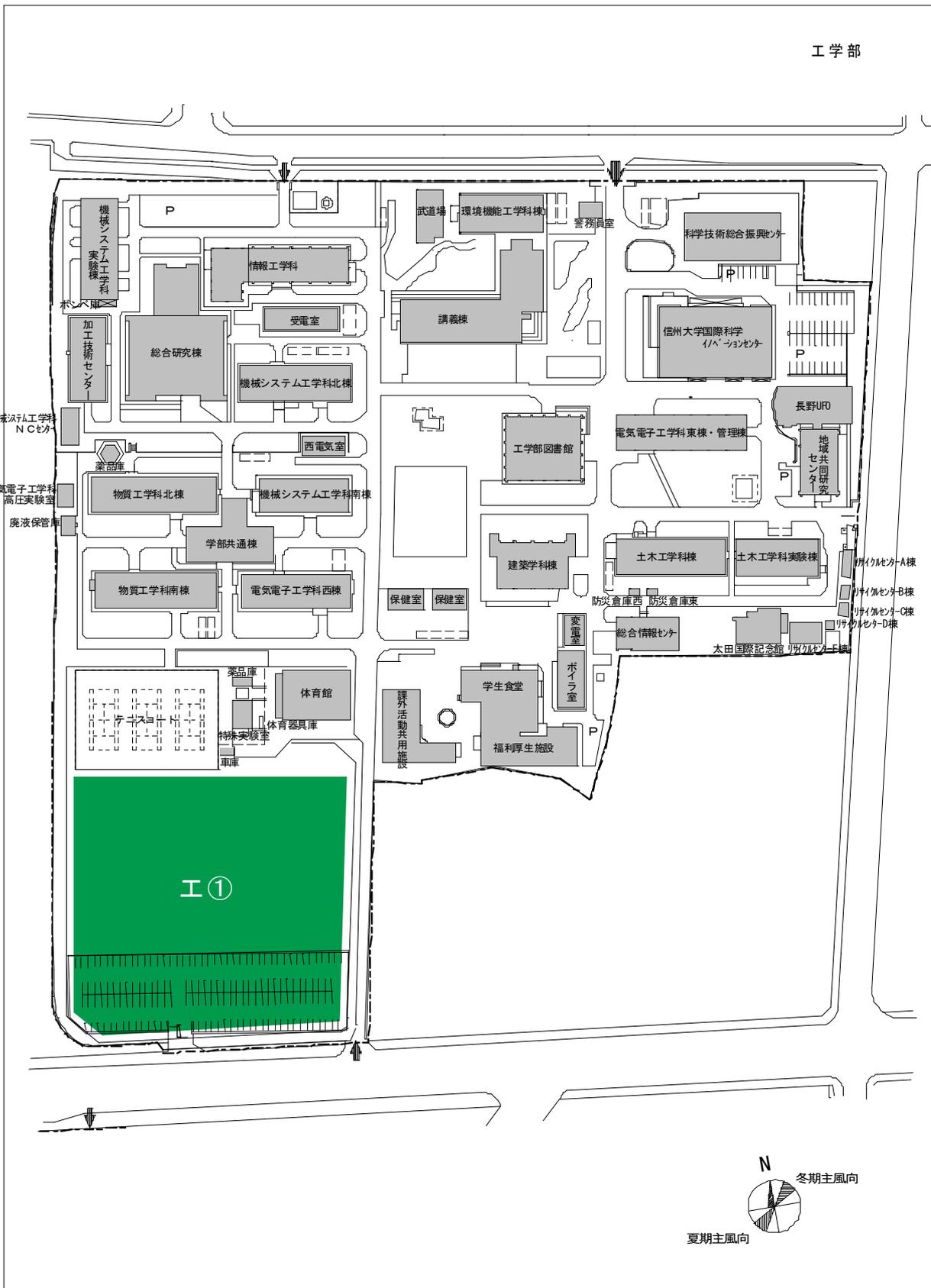
長野（教育）キャンパス 一時避難場所

教育学部長野附属学校



南塚団地 S=1/1500

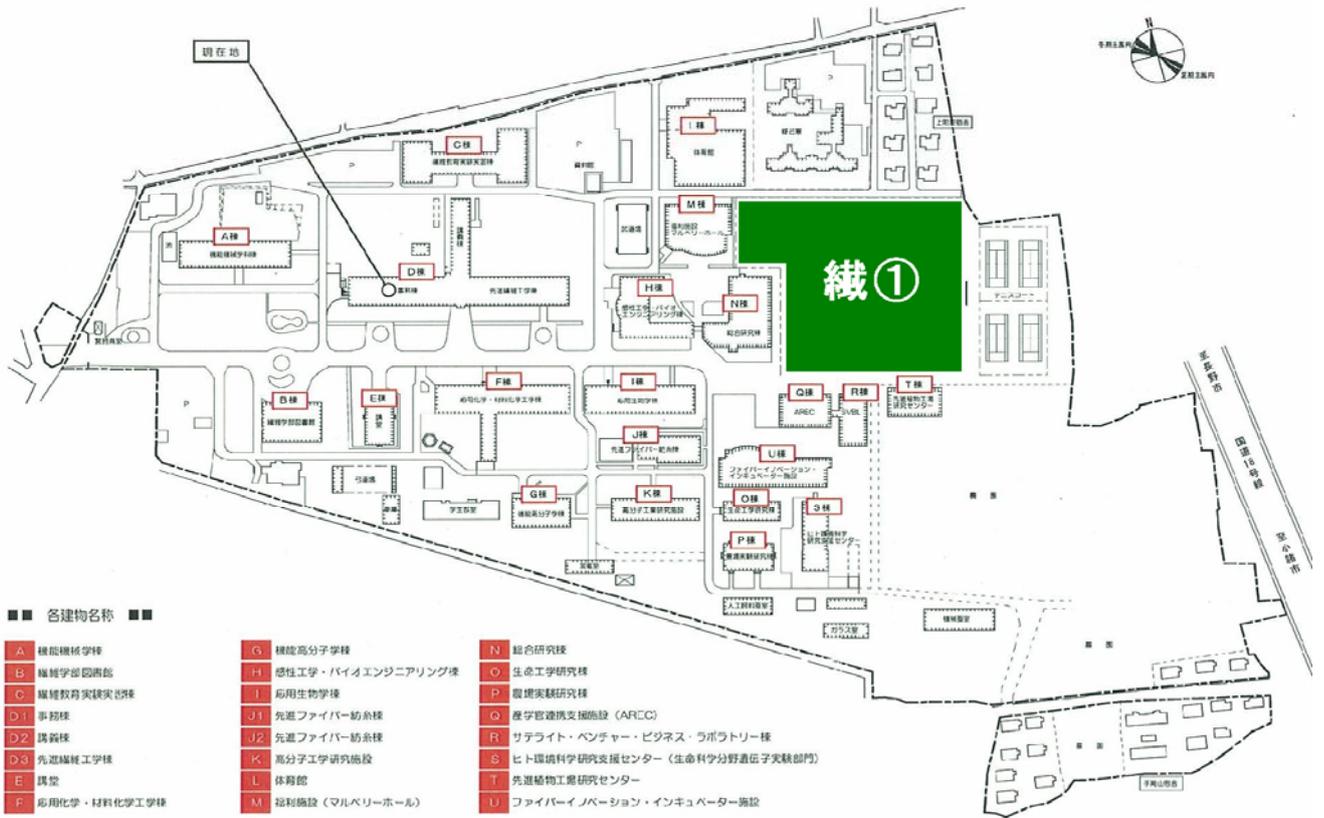
# 長野(工学)キャンパス 一時避難場所





上田キャンパス 一時避難場所

繊維学部



#### 4. 安否等の連絡先

##### 【連絡先】

###### 松本キャンパス

学生総合支援センター	(0 2 6 3) 3 7 - 2 1 9 7
人文学部 学務係	(0 2 6 3) 3 7 - 2 2 3 6
経済学部 学務グループ	(0 2 6 3) 3 7 - 2 3 0 4
理学部 学生支援グループ	(0 2 6 3) 3 7 - 2 4 3 9
医学部医学科 学務第1係	(0 2 6 3) 3 7 - 2 5 8 0
医学部保健学科 学務第2係	(0 2 6 3) 3 7 - 2 3 5 6
全学教育機構 共通教育窓口	(0 2 6 3) 3 7 - 2 9 7 8
国際交流センター	(0 2 6 3) 3 7 - 2 8 6 5

###### 他のキャンパス

教育学部 学務係	(0 2 6) 2 3 8 - 4 0 0 5
工学部 学務グループ	(0 2 6) 2 6 9 - 5 0 5 1
農学部 学務グループ	(0 2 6 5) 7 7 - 1 3 0 9
繊維学部 学務グループ	(0 2 6 8) 2 1 - 5 3 2 2
繊維学部 総務グループ	(0 2 6 8) 2 2 - 1 2 5 3 (災害時優先電話)

※震度5強以下の場合は状況により、震度6弱以上の場合は必ず、本学から学生宛携帯に一斉メールを送信しますので、本学へ安否について返信してください。または、学部ごとに指定する電話番号に連絡してください。

##### 【緊急連絡ダイヤル】

「信大災害・緊急ダイヤル」 TEL : 0 2 6 3 - 3 7 - 3 3 3 3

- ・災害、事故、火災等緊急時で本学に連絡する必要がある場合は、それぞれ各部局の緊急連絡網へ直接電話することとなっていますが、咄嗟の場合で連絡すべき電話番号が分からない場合にご利用ください。
- ・オペレーターが指定された部局の緊急連絡先に連絡します。
- ・災害による建物の火災、建物倒壊の危険など、緊急を要する場合などにご利用ください。

#### 5. 災害用伝言ダイヤルの使い方

##### 【災害伝言ダイヤル】

A (自分の情報を相手に伝えたい時) = 伝言録音

「1 7 1」 + 「1」 + 「自分の TEL」 + 「自分のメッセージ録音」

- ① 「1 7 1」をダイヤルする
- ② ガイダンスに従って「1」(暗証番号ナシ)をダイヤルする
- ③ 自分の電話番号をダイヤルする
- ④ 30秒以内に自分のメッセージを録音する

B (相手の情報を聞きたい時) = 伝言再生

「1 7 1」 + 「2」 + 「相手の TEL」 + 「相手のメッセージ再生」

- ① 「1 7 1」をダイヤルする
- ② ガイダンスに従って「2」(暗証番号ナシ)をダイヤルする
- ③ 相手の電話番号をダイヤルする
- ④ 相手のメッセージを再生する

6. 各キャンパスの最寄りの指定避難場所は以下のホームページを参照ください。

松本キャンパス周辺（松本市ホームページ）

<http://www.city.matsumoto.nagano.jp/kurasi/bosai/bosai/matsumotoshihinanbasyo.html>

長野教育キャンパス周辺（長野市ホームページ）

<http://www.city.nagano.nagano.jp/soshiki/kikibousai/2530.html>

長野工学キャンパス周辺（長野市ホームページ）

<http://www.city.nagano.nagano.jp/soshiki/kikibousai/2530.html>

上田キャンパス周辺（上田市ホームページ）

<http://www.city.ueda.nagano.jp/hp/sys/20091030130733025.html>

伊那キャンパス周辺,

（南箕輪村ホームページ）

<http://www.vill.minamiminowa.nagano.jp/kinkyu/taisaku2.html>

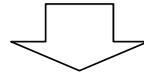
（伊那市ホームページ）

<http://www.inacity.jp/list.rbz?nd=134&ik=1&pnp=41&pnp=134>

## 地震発生時の初動対応マニュアル

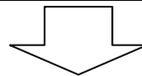
### 災害発生時の対応

- (1) まず、身を守る！ 机、実験台の下などへ
  - (2) 火元の確認！ ガスの元栓、実験器具、実験試薬等の確認
  - (3) 非常口の確保！ ドアを開ける
- ※自分の身を守ることを最優先に行動する！



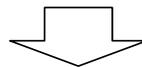
### 災害発生直後の対応

- (1) 余震の様子を見る！ 慌てて、飛び出さない
- (2) すばやく消火！ 火が出たら、落ち着いて初期消火
- (3) 周囲の人の安全を確認！  
倒れた書庫等の下敷きになっている人はいませんか？



### 災害発生後の対応

- (1) 隣接する部屋等は大丈夫？  
隣の教室、部屋等で救助を求めている人はいませんか？
- (2) 指定された場所への避難！  
授業担当教員の判断や職員の指示により指定された避難場所へ避難
- (3) 障害を持つ人、負傷した人など自力で避難できない人はいませんか？



教職員による安否確認、避難場所での対応の指示を受けてください。

# 地震発生時の初動対応の流れ(学生)

