第６版 2020年４月

応急処置

出血の手当

直接圧迫止血法

出血している傷口をタオルやハンカチなどで直接強く押さえて、しばらく圧迫する。

止血帯方法

手足の出血で直接圧迫止血法では止血困難な場合。傷口よりも心臓に近い部分をタオルや布で結び、結び目に棒を差し込んでねじ上げる。30分間隔で緩めて、1〜2分ほど血流を再開させる。

骨折固定法

骨折部分の上下の関節を添え木などで固定する。添え木を硬いもので使用した場合タオルなどを巻くとよい。
腕の骨折は、添え木で固定した後、揺れないように三角巾や風呂敷で固定する。

心肺蘇生法

正常な呼吸がなく意識もない場合は、心肺蘇生（胸骨圧迫30回＋人工呼吸2回の繰り返し）を行う。

AED使用上の注意

- 意識や呼吸が無いことを確認する事
- ネックレスなどの貴金属を外す
- 倒れている場所が濡れている場合、感電することがあるので、乾燥している場所へ移して使用する
- 感電するので操作者以外は近づかない
- ペースメーカー装着者の場合、電極パッドをペースメーカーから8cm以上離して貼る

挫滅症候群（クラッシュ症候群）

下記4つのうち1つでも該当したら災害拠点病院や血液透析が出来る病院へ。

- がれきなどに2時間以上挟まれている
- 挟まれた部分が腫れ、点状に出血している
- 茶褐色の尿が出る
- 挟まれた部分が動かない

災害が発生したら

地震が発生したら

- 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認する
- 非常口やドアなどを開けて避難口を確保
- 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、身の安全を確認した上で火の始末をする）
- 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１人では行動しない
- 協力し合い負傷者の救護や初期消火に努める

火災が発生したら

1. 「火事だ！」と大声で周囲に知らせる
2. 近くの火災報知器のボタンを押す
3. 初期消火にあたる（危険な場合は避難）
4. 室内の場合は姿勢を低くし、濡れたタオルなどで口を覆う
5. 避難にはエレベーターは使用せず、階段を使う
6. 一度避難したら、二度と現場に戻らない

日頃の準備

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（本学付近および自宅周辺等）
- 家族との連絡方法および待合せ場所の確認
- 災害用伝言サービスの確認と登録（メール宛先等の事前登録が必要）
- 帰宅ルートおよび所要時間の確認（災害時徒歩約 2.5 ㎞ /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等の確認（学内および通学途中）
- 転倒防止対策や緊急時アイテムの確認
- 本学および友人等への連絡方法の確認およびリスト整備

本マニュアルは本学ホームページよりプリントアウトできますので、ご家族にも事前にお伝えください。

http://www.asia-u.ac.jp/about/disaster/index.html

亜細亜大学

もしもの時にあなたの身を守る

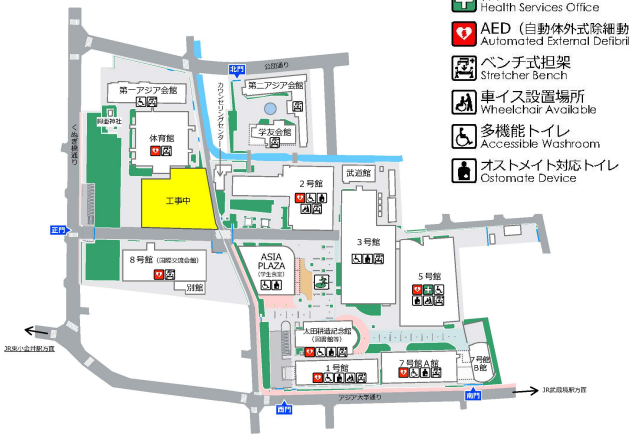
災害時対応マニュアル

SAFETY GUIDE

本学では、災害時の人命確保、被害軽減を図るため「亜細亜学園消防計画に関する規程」に基づき災害時避難経路を定めております。地震時の緊急時には、このマニュアルに従って避難してください。マニュアルには、地震発生時の対応・避難および地震が収まってからの行動について掲載しています。
日頃から災害に対する理解を深め、安全に十分留意し適切な行動がとれるよう心掛けておきましょう。

※ 本紙への記入は油性のペンを使用してください。

大学構内避難場所



地震：慌てず外へ飛び出さず、落ち着いて行動してください。情報や周囲の状況を冷静に判断し、周りの人と協力し合いながら身の安全を守りましょう。授業中の場合は担当教員の指示に従ってください。

火災：火災現場および隣接する建物にいる人、または目視で危険と判断される場合は教職員の指示のもと避難場所へ避難してください。

家族への連絡方法

地震など大災害発生時に、安否確認などの電話が爆発的に増加し、つながりにくい状況になった場合、提供されるサービスです。

電話 で連絡・確認

NTT災害用伝言ダイヤル

171 をダイヤル

- 録音 1（暗証番号を利用する録音 3）
- 再生 2（暗証番号を利用する再生 4）

被災地の方の電話番号を入力

- 伝言の録音 1*（30秒以内）
- 伝言の再生 1*

*ダイヤル式電話機の方は操作不要です。

インターネット で連絡・確認

NTT災害用伝言板

https://www.web171.jp (web171)へアクセス

登録・確認する固定電話、または携帯電話の番号を入力

利用者情報、送信先情報の登録

- メッセージの登録
- メッセージの確認・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のホームページをご覧ください。その他携帯各社で提供されているサービスについては、各ホームページをご参照ください。

体験利用について 災害発生に備えて利用方法を事前に覚えられるよう、体験利用提供日が設定されています。

体験利用提供日
毎月1日・15日（0:00〜24:00）、**正月三が日**（1月1日0:00〜1月3日24:00）
防災週間（8月30日9:00〜9月5日17:00）、**防災とボランティア週間**（1月15日9:00〜1月21日17:00）

大学への連絡方法

Gメールを用いた安保確認・連絡

- 本学では「 G メール 」を用いて災害発生時における安否確認や緊急かつ重要な連絡を行います。
- 緊急事態が生じた場合には、大学から安否確認やお知らせのメッセージが届くようになっています。
- メッセージが届いたら必要事項を記入し、必ず返信をするようにしてください。

災害発生時の緊急連絡先

学生	学生部	Tel ：0422-36-3260 E-mail：student@asia-u.ac.jp
教職員	総務部	Tel ：0422-36-3239 E-mail：jinji@asia-u.ac.jp

キャンパス内でけが人や急病人が発生した場合

保健室　0422-36-3996
警備員室　0422-36-3286（休日含む24時間常駐）

地震発生直後

地震発生
身を守る

今いる場所は本当に安全？

揺れがおさまったら

YES
その場所を動かない

NO
避難場所へ避難

落ち着いたら①

家族との安否確認
※裏面参照

自宅か学校に歩いて帰れる？

落ち着いたら②

YES
自宅or学校へ

NO
避難場所へ

本学へ安否連絡
※裏面参照

学内にいるとき

緊急地震速報
- 大地震発生予想時、学内放送により緊急地震速報が流れる。

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。
- 課外活動中などで、周囲に危険なものがある場合は、すみ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
- ドア付近にいる人は、ドアを開け、出口を確保する。(余裕がある場合)

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。

自分自身の心構え
- 冷静に、落ち着く。
- 建物の傾き、壁のひびなどを確認。
- 火災が起きていないか？火災の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。また、消火が困難と判断した場合は、火から離れ、消防署へ連絡。
- 負傷者はいないか？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・警備員へ連絡。
- 余震の可能性もあるため、慌てず、しばらく様子を見る。

行動に移るときの注意点
- 貴重品は身につけ、避難後は荷物等を取りに戻らない。
- 「おさない、はしらない、しゃべらない、もどらない」を守り、教職員や非常放送の指示に従って落ち着いて避難する。

- 火災の場合は煙を吸わないよう、タオルやハンカチなどで口を覆う。
- エレベーターは使用せず、階段で移動する。

避難場所は、広く、火災による延焼の恐れがないところが適しています。大学ではあらかじめ以下の場所を避難場所と想定していますが、災害時の状況により安全な場所へ避難してください。

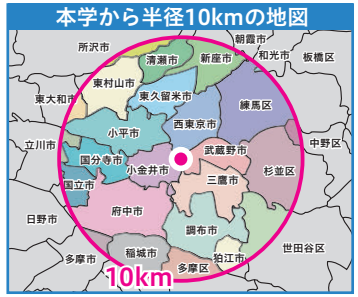
大学構内の避難場所

中央広場
※裏面参照

帰宅する？学校に残る？

余震が落ち着き、帰宅手段等の安全が確認されるまで無理に帰宅せず、原則として学内や避難場所にとどまりましょう。
なお、本学では徒歩で帰宅する目安の距離を10kmとしています。あらかじめ、自宅と学校間の距離や帰宅経路を確認しておきましょう。

本学から半径10kmの地図



通学中

- 周辺の状況を注意し、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。

- 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に移動する。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に移動する。
- 避難中は警察や消防の指示に従う。

電車内や駅で地震に遭ったら
- 電車内では、つり革、手すりにしっかりつかまり、電車が止まっても線路には出ない。
- 電車内では乗務員、駅では駅員の指示に従い、身の安全の確保をする。

エレベーター使用中に地震に遭ったら
- 慌てずに冷静な対処が基本。すべてのボタンを押し、停止した階の状況を見極めながら避難する。
- エレベーター内に閉じこめられた場合は、冷静に「非常用呼び出しボタン」等で外部と連絡をとる。

- 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は4時間を要することになります。
- 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。

東京の日の出・日没時刻 (目安)

月　日	日の出	日　没
3月20日	05：45	17：53
6月20日	04：25	19：00
9月20日	05：27	17：41
12月20日	06：46	16：31

※悪天候は1時間早く暗くなる。

在宅中

- 落下物から身を守り、窓ガラスや倒れやすい家具類から離れる。
- 机の下などに隠れ、頭と手足を守る。
- 窓や戸を開けて、出口を確保する。
- 速やかに火の始末をする。
- 自分と家族の安全を確保する。

- 家を出るときは、ガスの元栓を締め、停電している場合は、ブレーカーを切ってから避難する。
- 車で避難すると渋滞をまねき、緊急車両の通行のさまたげになるので、避難は徒歩で行う。
- 必要に応じて、地域住民あるいは地域防災組織と協力し、避難場所等における地域救援活動に積極的に参加する。

緊急避難アイテム

日頃から準備・携帯しておくと便利な物

- ☐ 現金(小銭も)
- ☐ 健康保険証
- ☐ タオル・ばんそうこう・包帯
- ☐ 手回し充電ラジオ・ライト
- ☐ ティッシュ・ウエットティッシュ
- ☐ 非常用保温アルミシート
- ☐ チョコレート・あめなど
- ☐ 人工呼吸用マウスピース
- ☐ 三角巾
- ☐ 学生証(免許証なども)
- ☐ アドレス帳 (家族、友人の連絡先を記入)
- ☐ 雨具(カッパなど)
- ☐ 携帯充電用USBケーブル
- ☐ ポリエチレン製ごみ袋
- ☐ 油性マジックペン

その他非常時に必要なアイテム

- ☐ 貯金通帳
- ☐ 常用薬とその処方箋
- ☐ 運動靴
- ☐ 卓上コンロ
- ☐ ひも・ロープ
- ☐ 予備電池
- ☐ スリッパ
- ☐ 使い捨てカイロ
- ☐ ホイッスル・笛
- ☐ 印鑑
- ☐ 上着・下着・靴下
- ☐ デイパック(リュック)
- ☐ 懐中電灯
- ☐ ろうそく
- ☐ 缶切り・栓抜き
- ☐ 洗面用具
- ☐ 非常用食料・水
- ☐ ミニ・ライト

家族の電話番号

-	-	-	-
-	-	-	-

緊急時パーソナルメモ

氏　名

学　部
学　科　　学籍番号

緊　急（携帯電話番号）
連絡先（メールアドレス）

住　所

生　年
月　日　　血液型

持　病　　常用薬

アレルギー

自宅近くの避難場所

家族との待合せ場所
家族と共有しておきましょう