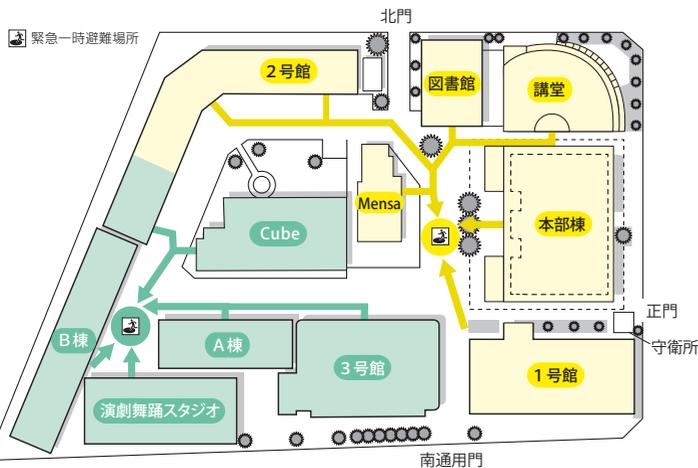


## 大学構内避難場所



memo



## 地震が発生したら

### 正確な情報を収集する

- 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。
- 非常口やドア等を開けて避難口を確保。
- 避難は徒歩で、荷物は最小限に。  
(火を扱っている場合は、身の安全を確認後火の始末)
- エレベーターを使用せず階段で避難。  
(本学のエレベーターは地震が発生した場合、自動的に停止するシステムになっています。)
- 正確な情報収集に努め、なるべく集団で行動。
- 負傷者の救護や初期消火に協力。
- 家族との安否確認および大学へ安否連絡。

### 地震発生直後は裏面へ



## 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 (大学付近および自宅周辺等)
- 家族との連絡方法および待合場所の確認
- 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 km /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 (大学および通学途中)
- 転倒防止対策や緊急時アイテムの確認
- 大学および友人等への連絡方法の確認およびリスト整備

本マニュアルはホームページよりプリントアウトできるので、家族にも事前にお伝えください。  
<https://www.tamabi.ac.jp/emergency/>



また、携帯電話にも対応しておりますので、画面メモにて保存してください。ただし、緊急時は携帯電話の充電が切れることもあるので、本マニュアルも併せて携帯してください。  
※インターネット接続時にパケット通信料がかかります。

本マニュアルは緊急時を想定し、耐水性に優れた丈夫な紙 (原材料: 石) を使用しています。また、ユニバーサルフォント (UDフォント) を採用しています。

## 多摩美術大学

# 大地震

## 対応マニュアル

### 上野毛キャンパス版

建物の損壊や交通機関に大きな被害が与えられるような地震 (震度 6 弱程度以上が目安) が発生した場合は、本マニュアルを参考にして、身の安全を守り落ち着いて行動してください。



## 家族への連絡方法

### NTT災害用伝言ダイヤルサービス

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。

📞 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。

電話番号  -  -  事前に記入しておきましょう

-  -

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。

事前にテストをしてください

### 携帯各社の災害用伝言板サービス

大規模災害時に携帯電話から安否確認 (安否情報の登録) ができる災害用伝言板サービスです。

あらかじめ指定したご家族や知人に対して、災害用伝言板に登録されたことをメールでお知らせする機能も提供されます。また、インターネットからも安否情報の確認が可能です。

### 各社の二次元コードはこちら



NTTドコモ  
<http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi>

au  
<https://dengon.eweb.ne.jp/>

ソフトバンク Y!mobile  
<http://dengon.softbank.ne.jp/>



## 大学への連絡方法

### 安否確認フォーム

一都三県 (東京都・神奈川県・千葉県・埼玉県) で震度 6 弱以上の大規模地震が発生した際、以下のフォームに安否情報を入力してください。

※ブックマークしておいてください。

<https://forms.gle/m4JGfHwZK41PUGb9>



### 臨時公式ウェブサイト

本学の公式 HP が災害や停電等により閲覧できない場合は、「多摩美術大学臨時公式ウェブサイト」に大学からのお知らせを掲載します。

<https://sites.google.com/site/tamabiweb/>

# 地震発生直後

# 揺れがおさまったら

# 落ち着いたら①

# 落ち着いたら②

**地震発生**  
身を守る

今いる場所は  
本当に安全？

**YES**  
その場所を動かない

**NO**  
避難場所へ避難

**家族との  
安否確認**  
※裏面参照

自宅に  
帰れる？

**YES**  
自宅へ

**NO**  
避難場所へ

**大学へ  
安否連絡**  
※裏面参照

## POINT

- 大きな揺れを感じたら**
- 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たりしそうなものから離れる。実習中や課外活動などで、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。

**通学中**

- 周囲の状況に注意し、身の安全の確保を最優先とする。
- ブロック塀、電柱、自動販売機などから離れ、落下物にも注意する。
- 「帰宅するか」「登校するか」または、「最寄りの安全な場所に避難するか」は自分で判断する。

家族の電話番号	-	-	-	-	-
	-	-	-	-	-

## POINT

- 揺れがおさまったら**
- 冷静に、落ち着く  
余震の可能性もあるので、あわてずしばらく様子を見る。
  - 周囲の状況を確認  
周囲のものが倒れたり、落下し続ける恐れがない場合は、その場で待つ。危険と判断した場合は、安全なところへ移動する。
  - 初期消火  
火災が発生している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。消火が困難と判断した場合は、すみやかに火から離れる。
  - 負傷者の救護  
負傷者がいる場合は自分の身が安全な範囲で周囲の協力を得ながら応急手当をし、教職員に連絡する。
- 避難する時の注意点**
- 「おはしも」を守る  
「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。身の回りのものは身につけるが、避難に支障が出る大きな荷物は置いていく。
  - 火災が発生している場合  
煙を吸わないよう、タオルなどで口を覆う。
  - 階段で移動  
エレベーターは使用せず、階段で移動する。

## POINT

**大学を基点とした避難場所**

避難場所は、広く、火災による延焼のおそれがないところが適している。大学ではあらかじめ以下の場所を避難場所として想定しているが、地震時の状況により安全な場所へ避難すること。

**構内の避難場所**  
裏面参照

## POINT

**安全が確認されるまで大学にとどまる**

余震が落ち着き、帰宅手段の安全が確認されるまで無理に帰宅せず、原則として大学や避難場所へとどまること。通学途中などに徒歩で帰宅する場合の目安は20km以内。チェーンメールやうわさなどにまどわされず、テレビ、ラジオなどで正確な情報を収集する。

**キャンパスから20kmの地図**

**緊急避難アイテム**

日頃から準備・携帯しておくくと便利な物

- 現金 (小銭も)
- 健康保険証
- タオル・ぼんそうこう・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
- 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物**

- 貯金通帳
- 常備薬とその処方箋
- 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
- 印鑑
- 上着・下着・靴下
- 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

memo

※記入は油性のペンを使用してください。

**緊急時パーソナルメモ**

氏名 \_\_\_\_\_

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 \_\_\_\_\_

大学にいる時の避難場所 \_\_\_\_\_

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

※記入は油性のペンを使用してください。

**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。

memo

月 日	日の出	日 没
3月20日	05:45	17:52
6月20日	04:25	19:00
9月20日	05:27	17:42
12月20日	06:46	16:31

※天候は1時間早く暗くなる。

- 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すること。
- 災害時の歩行速度は約2.5km/時程度、10kmは4時間を要することになる。
- 日没後の行動は危険で夜間は犯罪に巻き込まれる可能性もあるため、1人での行動は避けること。

(目安)