



# 大地震が起きたら

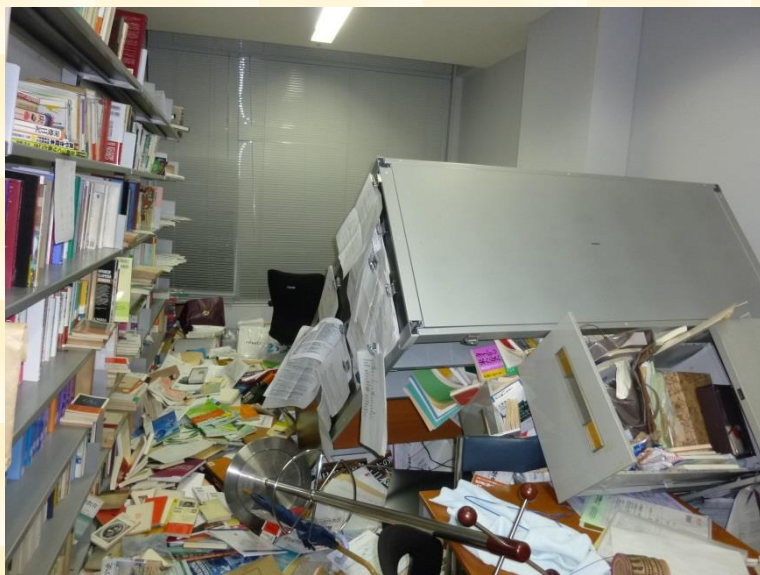
まず身の安全を確保！



モノが落ちてこない場所

モノが倒れてこない場所

モノが飛んでこない場所



東日本大震災時の研究室被災状況

揺れが収まったあとに起きる問題

- ・電車・バスが止まった
- ・道路も封鎖された



バスも電車も使えない。。。歩いて帰る？帰れる距離？

- ・電気・ガス・水道  
(ライフライン) も止まった



飲み水は？料理は？  
携帯の充電は？照明は？

- ・けが人がいる
- ・救急車が来ない



応急手当の仕方は？  
医療器具がないときは？

・当たり前が出来ない、ものが使えない状況になる。

# 滞留への備え



3日間は救助・救急  
活動が最優先

まずは  
「安全な場所に留まる」  
ことが推奨されている

●3日間を  
どこで、どうやって  
過ごすのか？

1. 近くの「避難所」を確認

2. 3日間の生活への備え

テーブルに、3日間の備えの例を展示しています。

## ●貴重品

- 現金 通帳
- 印鑑 免許証等
- キャッシュカード

## ●情報・照明

- ラジオ ライト
- メモ用紙 ペン
- 携帯電話用充電器

## ●食糧等

- 飲料水（1日3ℓ）
- 乾パン レトルト品
- 缶詰 紙皿

## ●衣類等

- 下着 靴下
- 雨具 着替え
- 軍手 運動靴

## ●医薬・衛生品等

- 日常薬 タオル
- 救急セット
- ティッシュ等

## ★行動への備え

1. 家族での話し合い

- 安否確認の方法
  - メール LINE SNS
  - 親戚に伝言
- 場所について
  - 避難経路 避難場所

2. 防災行動への理解

- 災害時の行動例
  - 初期消火 応急救護
  - 通報連絡 身体防護
- 訓練への参加
  - 学校・地域の防災訓練等

3. 徒歩帰宅への備え

- 大学内や安全な施設にいるとき
  - むやみに移動せず、まずは留まる
- 帰宅の際には
  - 電車・バス等が使えない可能性大
  - 帰宅する途中にも二次災害に注意

## ●帰宅可能範囲

- 10～20Km  
が限度と言う
- 平均的な歩行は  
時速4Km程度

## ●災害時には

- 混雑や道路破損  
で歩きにくい、  
迂回も必要な  
可能性がある。

## ●道にも注意

- 徒歩帰宅では  
幅の広い道路  
（幹線道路など）  
を通行する

## ●無理はしない

- 水分や休憩を取る
- 帰宅途中の避難所や  
帰宅支援ステーション  
を確認しておこう

# 応急手当



地震の際には

- 救急車が来ない
- 医療機関にいけない可能性も

いざという時のために、

- ①直接圧迫止血方
- ②骨折（非開放性）の手当
- ③AEDについて

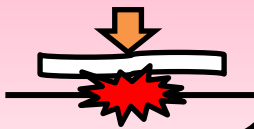
を知っておこう

## 1. 直接圧迫止血法

直接血に触れないようにビニール等で手を覆う。

- ①傷口に清潔なガーゼ・ハンカチ等を当て直接圧迫

PRESS

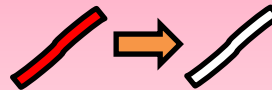


- ②傷口を心臓より高い位置に上げる

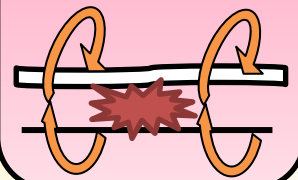


- ③ハンカチ等が汚れたら交換する

CHANGE



- ④止血できたら包帯・ハンカチ等で当て布を固定する



## 2. 骨折（非開放）の手当

災害時には身の回りモノで対応できる

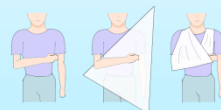
- ①骨折箇所を支える副木を用意。開放性（骨が出ている）時は無理に戻さず医療機関へ



- ②折れた骨の両側と副木を布等で結び固定し安静に。骨折箇所が湾曲しているときは無理に固定しない



- ③腕・ひじなら三角巾等で首から吊るす



- ④氷があれば患部を冷やす



副木→丸めた新聞紙  
布→ネクタイ・タオル  
三角巾→広げた  
ビニール袋  
などで代用可能



## 3. AEDについて

- ・心停止の時間経過と共に電気ショック成功率は低下
- ・まず119番通報し、救急車到着まで周囲で対応

- たまは5か所設置
- ①事務課 ②体育館
- ③若木21 ④5号館
- ⑤第二体育館

- 倒れて意識がない場合に使用する。（迷ったら使用）

- 電源ONで音声ガイダンスが流れる



- 音声に従い使用
- ★必要なら電気ショックが実施される

