

# 地震災害行動マニュアル・生徒版

明治学院中学校・明治学院東村山高等学校

## 1. 授業中に地震が起こった時

- ① 地震は、どんな大きな地震でも揺れは約1分程度です。

- 机の下にもぐって身の安全を守りましょう。
- 先生の指示があるまで、あわてて外に飛び出さないようにしましょう。
- 出入り口のドアをあけて出口の確保をしましょう。
- 緊急放送を落ち着いて聞き、その指示に従いましょう。



- ② 揺れがおさまった後のこと

- 緊急放送や先生の指示に従ってグラウンドに避難します。自分勝手に動かないようにしましょう。
- グラウンドでは出席番号順に整列し先生の点呼を受けましょう。
- 避難には、階段を必ず使いましょう。エレベーターは危険です。
- 火災が発生している場合は身をかがめハンカチ等で口をふさぎ、煙を吸わないように注意して避難しましょう。
- 避難する途中は、できるだけ建物から離れましょう。上から落ちてくるものがあります。また地面の亀裂などに気をつけましょう。

- ③ グラウンドでの注意事項

- 先生を中心にまとまりましょう。
- 友達がいるかどうか確認しましょう。いない時は先生に連絡しましょう。
- グラウンドや周りの様子に危険があるときは、他の安全な場所へ避難をします。先生の指示に従いましょう。

## 2. 教室以外にいるとき

建物の中にいる時(体育館・道場・チャペルなど)は1. と同じように行動しましょう。また校庭にいる時は1. ③と同じように行動しましょう。

## 3. 登下校途中に地震が起こった時

### ① 徒歩の場合

●身を低くし、衣類・カバンなどで頭を守り、できるだけ自分の周りに安全な空間をつくりましょう。

●建物・へい・窓ガラス・自動販売機・

電柱等、倒れるおそれのあるもの、くずれそうな崖にも近づかないようにしましょう。

●車道には出ないようにしましょう。



### ② 電車やバスなどの交通機関を利用中の場合

●運転手さんや車掌さん、駅員さんの指示に従いましょう。

### ③ 揺れがおさまってから

●自宅・学校・避難場所の一番近いところに避難しましょう。

●安全を確認してから自宅か学校へ連絡をしましょう(連絡方法参照)。



## 4. 警戒宣言が出されたら

### ① 家にいる時

●学校から連絡があるまでの間は臨時休校となります。

○警戒宣言が出されたが地震が起きなかった場合は、警戒宣言が解除された翌日から平常授業となります。

### ② 登下校中の時

●まず家に安全に帰る方法を考え、速やかに家に帰りましょう。

●遠方から通っている人も基本的には帰宅しましょう。緊急の場合は、現在いる場所から家と学校と避難場所との距離を計り、近い所に向かいましょう。

### ③学校にいる時

●警戒宣言が出された時は、授業は直ちに中止となります。担任教師の帰宅経路・手段（徒歩、自転車、バス、電車等）・所要時間の確認を受けた後、できるだけ早く帰宅しましょう。地震が起きなかった場合、警戒宣言が解除された翌日から平常授業となります。

●帰宅に当たっては、交通情報を的確に把握し、鉄道運行の変更その他による混乱に巻き込まれることがないように、学校からの情報をもとに安全な経路を確保しましょう。



### 5. 地震が起こった時の家族との連絡方法、帰宅方法について

よく相談して万が一の時に備えておきましょう。

## 地震情報の確認と連絡方法

(緊急連絡用以外の電話はつながりにくくなる可能性があります)

①学校安否情報 ニッポン放送 (ダイヤル1242)

②災害用伝言ダイヤル (ボイスメール)

171に続けて、伝言を録音する時は1に続けて市外局番、そして自宅の電話番号伝言を再生する時は2に続けて市外局番、そして自宅の電話番号を押す。その後はガイダンスに従って行う。

③学校への連絡 明治学院中学校・明治学院東村山高等学校  
042-391-2142

Fax. 042-391-5926

明治学院大学 (白金) 03-5421-5111

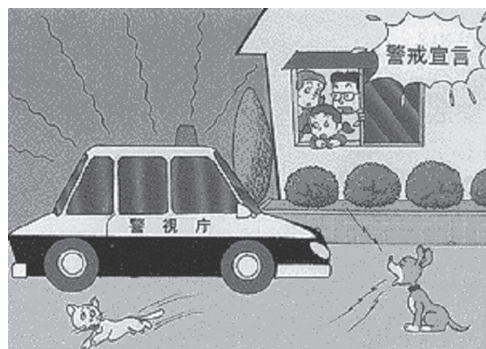
明治学院大学 (横浜) 045-863-2006

災害用伝言ダイヤルや連絡の取れるところに自分の様子を知らせましょう

## 《大地震について知っておきたいこと》

### 1. 警戒宣言が出されると

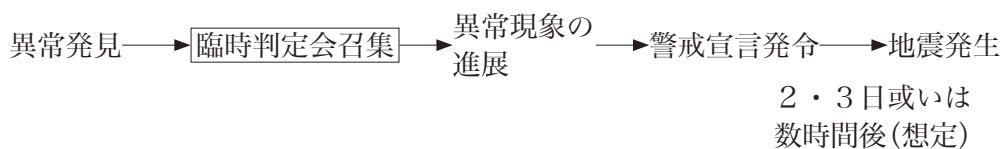
警戒宣言が発表されると、警察や市区町村などは、パトカー、広報車、防災行政無線、看板などにより広報します。パトカーなどは次のようにサイレンを鳴らし、警戒宣言の発表を知らせます。



サイレン	休止	サイレン	休止	サイレン
45秒	15秒	45秒	15秒	45秒

## 2. 警戒宣言とは

警戒宣言とは、駿河湾（静岡県）を震源域とする東海地震の発生に先立って、内閣総理大臣がラジオ・テレビなどを通じて『間もなく（2～3日以内または数時間以内に）地震が発生します。それぞれの立場で防災の準備をしてください』と呼びかけることを言います。警戒宣言が出るまでのおおよその流れは次の通りです。



明治学院中学・東村山高校では、判定会召集時に臨時休校となります。

## 【ケータイ「災害用伝言サービス」の利用方法】

以下の各社ホームページサイトをパソコン等でご確認下さい。

(NTTドコモ)

<http://www.nttdocomo.co.jp/info/disaster/>

(au)

<http://www.au.kddi.com/mobile/anti-disaster/saigai-dengon/>

(ソフトバンク)

<https://www.softbank.jp/mobile/service/dengon/>

(Y!mobile)

<http://www.ymobile.jp/service/dengon/>

地震などの大きな災害が発生すると、被災地への電話が大量に殺到し、回線が大変混雑し、つながりにくくなります。東日本大震災の直後も、携帯電話事業者によっては、最大で平常時の約50～60倍以上の通話が一時的に集中しました。

通信各社では、こうした通信の混雑の影響を避けながら、家族や知人との間での安否の確認や避難場所の連絡等をスムーズに行うため、固定電話・携帯電話・インターネットによって、「災害用伝言サービス」を提供しています。

この「災害用伝言サービス」を利用するとともに、電話をかける場合には手短な通話を心がけたり、不要不急な電話やリダイヤルを控えたりすることで、被災地内の緊急を要する電話がスムーズに利用できるように協力しましょう。

(総務省：災害用伝言サービス)

## 「緊急地震速報」と「津波警報」いざそのとき、身を守るために！ ：政府広報オンライン

<http://www.gov-online.go.jp/useful/article/201410/4.html>

### 「緊急地震速報」とは？

～地震による強い揺れに備えて、身を守るための警報です

緊急地震速報は、大きな地震が発生したときに、地震の発生直後に地震計でとらえた観測データを素早く解析して、震源や地震の規模（マグニチュード）、予想される揺れの強さ（震度）を自動計算し、大きな揺れがくることを事前に知らせる警報です。



緊急地震速報は、最大震度5弱以上の揺れが予想されるときに、震度4以上の揺れが予想される地域に対して発表されます。本校は緊急地震速報を受けると全校に自動放送が入ります。

緊急地震速報が発表されてから、実際に強い揺れが来るまでの時間は、長くても十数秒から数十秒と極めて短い時間です。震源の近くでは、強い揺れが早く来るため、緊急地震速報の発表が間に合わないことがあります。また、震度などの予測に誤差が生じることもあります。このような限界を理解しながら、緊急地震速報を適切に活用してください。

### 緊急地震速報を見聞きしたときにとるべき行動は？

～大きな声で周りに知らせ、あわてずに身の安全を確保しましょう

屋内にいるとき

- ・家具の移動や落下物から身を守るため、頭を保護しながら大きな家具から

離れ、丈夫な机の下などに隠れる

- ・あわてて外に飛び出さない
- ・料理や暖房などで火を使っている場合、その場で火を消せるときは火の始末、火元から離れているときは無理に火を消しに行かない
- ・扉を開けて避難路を確保する



### 人が大勢いる施設（大規模店舗などの集客施設）にいるとき

- ・あわてずに施設の係員や従業員などの指示に従う
- ・従業員などから指示がない場合は、その場で頭を保護し、揺れに備えて安全な姿勢をとる
- ・吊り下がっている照明などの下から退避する
- ・あわてて出口や階段に殺到しない

### 屋外にいるとき

- ・ブロック塀の倒壊や自動販売機の転倒などに注意し、これらのそばから離れる
- ・ビルの壁、看板や割れた窓ガラスなどの落下に注意して、建物から離れる

### 鉄道・バスに乗っているとき

- ・つり革や手すりにしっかりつかまる

## 日頃の備えで大事なことは？

～いざというときに身を守るために、耐震対策と防災訓練を

### 避難場所や避難経路の確認

いざというときに、身の安全を守る行動をとったり、安全な場所に避難したりするためには、普段からの準備が必要です。ほとんどの自治体では、避難場所や避難経路などの情報を掲載したハザードマップを提供していますので、お住まいの地域や勤め先のある自治体のホームページなどでご確認ください。そしてハザードマップや地図などを見て、避難場所や避難経路、危険箇所などを確認し、実際に歩いてみて、いざというときスムーズに避難できるようにしておきましょう。



## 家族の連絡方法などを確認しておく

家族が別々の場所にいるときに地震や津波が発生した場合に備え、家庭でも、日頃から身を守るための行動や方法を確認し、家族で安全な場所の確認、そして待ち合わせ場所や非常時の連絡方法などについて話し合っておきましょう。

大きな災害が起きると被災地に電話などが殺到して通信回線がつながりにくくなります。それを避けるため、通信各社は固定電話・携帯電話・インターネットによって「災害用伝言サービス」を提供していますので、あらかじめ利用方法を確認しておきましょう。