



早稲田大学

大地震

対応マニュアル【学生用】

第3版 2007年3月1日改訂

CONTENTS 目次



はじめに	2
I 地震対応の流れ	3
II 地震発生時の対応	4
III 地震発生直後の対応 —帰宅するか・学校に残るか—	9
IV 地震発生数日後の対応 —安否報告・休講・ボランティア活動・授業再開日について—	10
V 参考資料	
1. 日頃から準備しておくこと	11
2. 各キャンパスから20km以内の自治体一覧	12
3. 帰宅支援ステーション一覧	14
4. 災害用伝言ダイヤルの使い方	17
インターネットによる情報登録検索	18
5. 応急手当の方法	19
6. 消火器の使い方	22
7. トイレについて	23
8. 避難生活について	24
9. 安否報告カード	25
10. 緊急時情報カード	26
11. 大地震対応マニュアルについて	28





はじめに

このマニュアルは震度6弱以上の地震を対象としています。

震度6弱とは気象庁震度階級関連解説表によれば、以下のとおりです。

震度階級	人間	屋内の状況	屋外の状況	木造建物	鉄筋 コンクリート 造建物	ライフライン
6弱	立っていることが困難になる	固定していない重い家具の多くが移動、転倒する。開かなくなるドアが多い。	かなりの建物で、壁のタイルや窓ガラスが破損、落下する。	耐震性の低い住宅では、倒壊するものがある。耐震性の高い住宅でも、壁や柱が破損するものがある。	耐震性の低い建物では、壁や柱が破壊するものがある。耐震性の高い建物でも壁、梁（はり）、柱などに大きな亀裂が生じるものがある。	家庭などにガスを供給するための導管、主要な水道管に被害が発生する。 [一部の地域でガス、水道の供給が停止し、停電することもある。]

大学のほとんどの建物は震度6弱程度の地震で大きな被害を受けることはありませんが、交通機関・電気・ガス・水道などのインフラが被害を受けることで、通常の学生生活がおくれなくなる可能性があります。

このマニュアルは、震度6弱以上の地震に際して、地震発生時に身を守り、発生後数時間の混乱を乗り越え、2～3日後に最低限の社会のインフラが回復するまでの対応方法をまとめています。



I

地震対応の流れ

地震対応の概要

I 地震対応の流れ

時間の流れ	行 動	参照ページ
地震発生	安全確保	4ページ
	発生直後	19ページ
数日後	一時避難所か広域避難所へ避難	6ページ
	帰宅するか大学の避難所へ避難	9ページ
	避難所の学生は帰宅	10ページ
2～3週間後	大学へ安否報告	10ページ
	ボランティア活動への参加	10ページ
	大学再開へ	10ページ



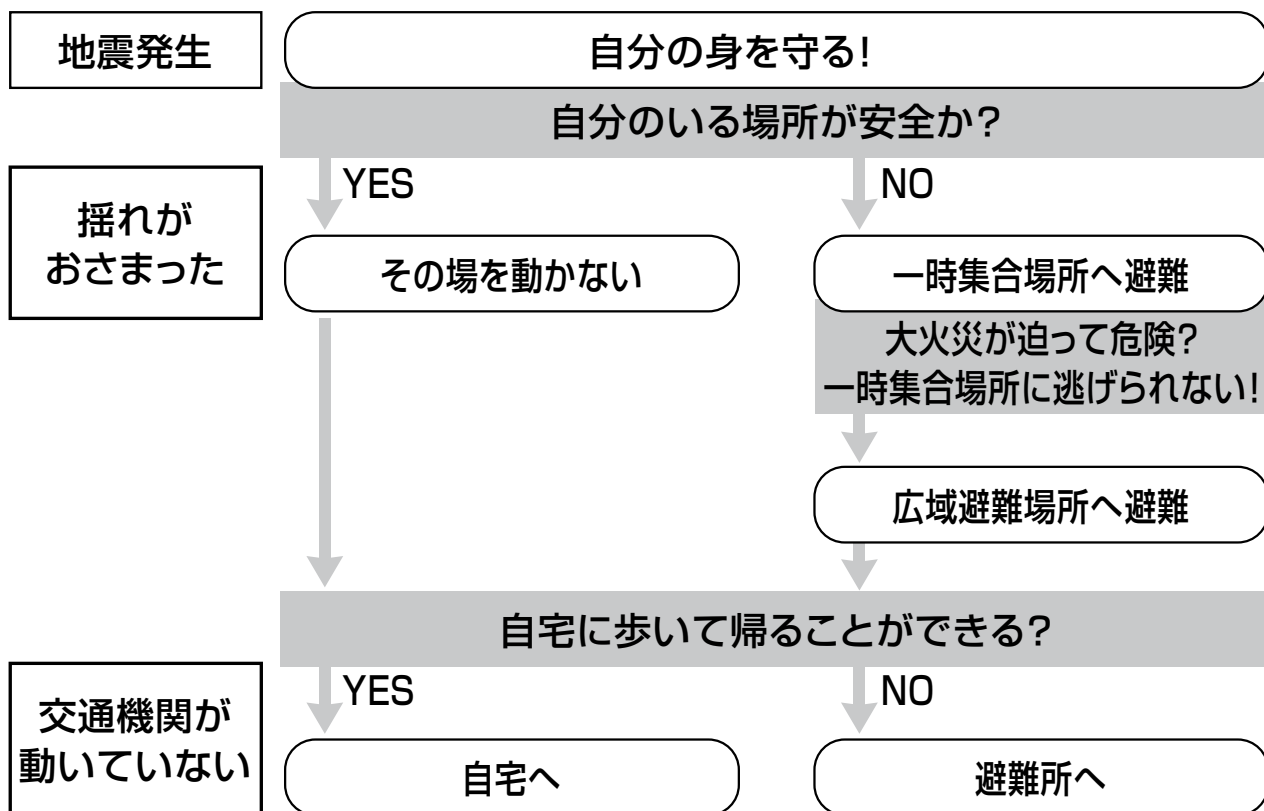
II

地震発生時の対応

地震が起きたとき

1

地震が発生から避難まで



2

地震が発生した瞬間の対応

- ・窓や棚のように、ガラスが割れたり中のものが飛び出しそうな場所から離れましょう。
- ・机の下などにもぐるか、バッグ・衣類などで頭を覆うなどして、ガラス、黒板、テレビモニター、蛍光灯などの落下物から頭と手足を守りましょう。
- ・余裕があれば、ドア付近にいる人は、ドアを開け、出口の確保をしましょう。
- ・実験中など火気を使っているときは、火を消しましょう。また薬品などから離れましょう。
- ・広場やグラウンドなど、落下物がない場所にいる場合は、その場で座り込み揺れがおさまるのを待ちましょう。





II

地震発生時の対応

地震が起きたとき

3

揺れがおさまった後の対応

(1) 自分自身の心構え

- ・冷静に、落ち着いて
- ・建物は大丈夫か、火災はおきていないか、負傷者はいないかなどの確認をしてください。火災の場合、負傷者がいる場合は、最寄りの事務所に連絡してください。火災、負傷者がいる場合は、自分の身が安全な範囲で初期消火、応急手当をしてください。

(2) 自分が負傷した場合の対応

- ・大声をあげて助けを呼びます。
- ・自分の存在(生存)を明らかにしましょう。声が出なければ、何らかの手段で大きな音を出すなど、周囲の人に気づいてもらえるよう試みます。

(3) 生存者を捜す場合の対応

- ・大声を出して生存者に呼びかけます。
- ・発見した場合は、すぐに救助を始めるとともに大声で周囲に協力を呼びかけます。

(4) 避難するかどうかの判断と行動

① 判断するときのポイント

- ・室内の状況を確認
備品が倒れ散乱していないか、薬品が漏れたり、流れ出ていないか、などを確認してください。
- ・他の教室の状況を確認
周囲の教室や部屋の状況を確認してください。非常放送があった場合は、その指示に従ってください。
- ・建物の状況を確認
建物が傾いていないか、壁にヒビが入ったり崩れたりしていないか、などを確認してください。
- ・火災の状況を確認
火災が起きているか、起きていれば消火できるかどうかを判断してください。以上のポイントが「安全」と確認できた場合は、とりあえず指示があるまでその場を動かさないでください。

② 行動に移るときポイント

- 安全が確認できない場合は、次のとおり行動してください。
- ・火災が起きている場合は、避難する前に、タオルやハンカチで口を覆います。
- ・どのルートで避難すれば安全か確認します。
- ・エレベーターは使わず、階段を使用します。
- ・押し合うなど周囲の人の安全を脅かさないよう注意します。



(5) 発生後3分経過後の対応

① 余震への備え

- ・避難ルートの確保
大きな地震には必ず大きな余震があります。窓・ドアを開け、避難ルートを確保します。

② 火災防止への対応

- ・ガス漏れ対策
2次災害を防ぐためにガスの元栓をしめます。
- ・電気火災への対策
配電盤のある研究室・実験室などはスイッチを切ってください。電気器具はプラグを抜き、スイッチを切ります。



II

地震発生時の対応

避難場所

4 避難

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ます。

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ますが、地震時の状況により安全な場所に避難してください。

キャンパス	一時集合場所（注1）	広域避難場所（注1）
西早稲田	大隈庭園、甘泉園、中央図書館前 広場	戸山公園
戸山	戸山公園 (記念会堂前広場仮設建物撤去まで)	戸山公園
学生会館	戸山公園	戸山公園
大久保	中庭	戸山公園
材研	—	戸山公園
喜久井町	コート	戸山公園
所沢	野球場、陸上競技場	野球場、陸上競技場
東伏見	東伏見運動場	東伏見運動場
高等学院	南グラウンド、北グラウンド	上石神井小学校・中学校(注2)
本庄	本庄高等学院	
日本橋	日本橋プラザビル前広場 (日本橋2-3-4)	地区内残留地区(注3)に指定されている ため、広域避難場所はありません。
川口	上青木南公園 (上青木3-16)	オートレース場(注4) (青木5-21-1)
北九州	指定なし(注5) (学研都市)	指定なし(注5) (学研都市)

(注1) 一時(いつとき) 避難場所は一時的な集合場所、広域避難場所は大規模な火災などが起きた場合に避難する場所です。

(注2) 練馬区では避難拠点として指定されています。避難拠点では区との連絡、応急救護、水や食料の配給が受けられます。

(注3) 地区内残留地区は、震災時、火災の延焼の危険性が少なく広域的な避難を行う必要がない地区です。地区内残留地区は、都心部の繁華街に設定されていることが多く、むやみに避難を行うと混雑に巻き込まれる可能性があるため、建物内で待機してください。

(注4) 川口市では一次避難場所という名称が使われています。

(注5) 2006年3月31日現在、行政による避難所の指定がありません。立地条件を考慮し、学研都市内の広場・駐車場等に避難してください。



II

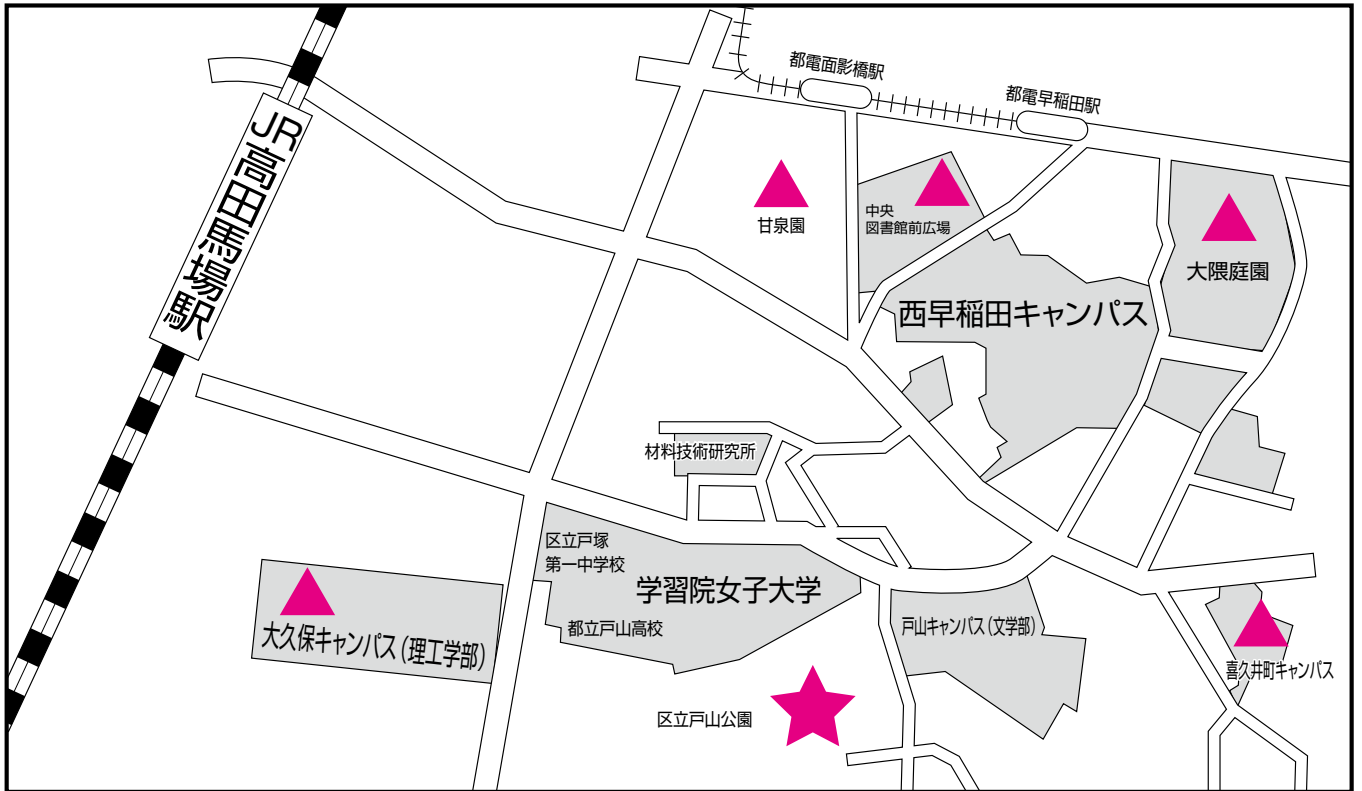
地震発生時の対応

避難場所マップ

西早稲田・戸山・学生会館・大久保・材研・喜久井町

▲ 一時避難場所

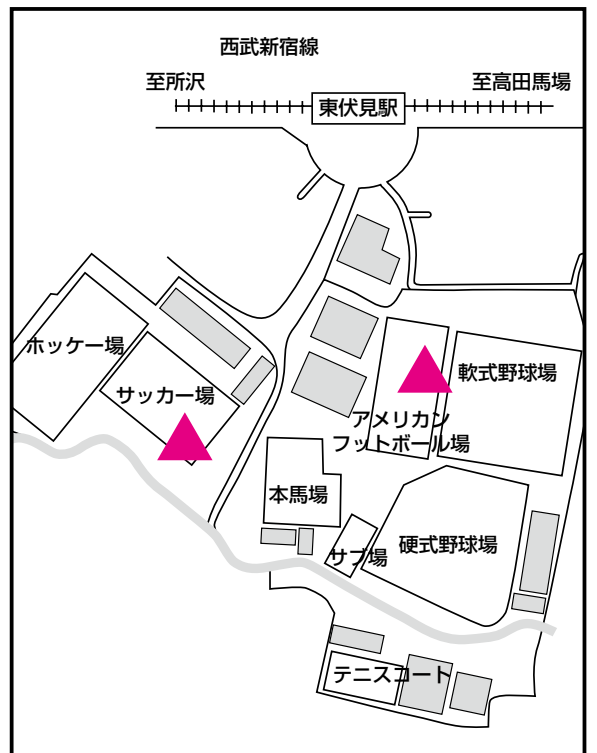
★ 広域避難場所



所沢



東伏見



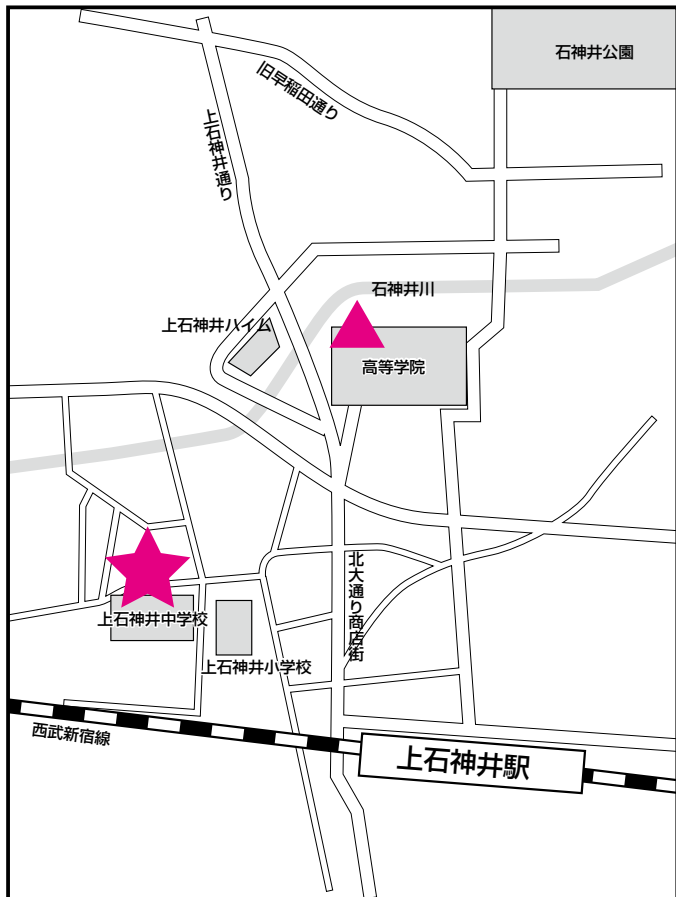


II

地震発生時の対応

避難場所マップ

高等学院



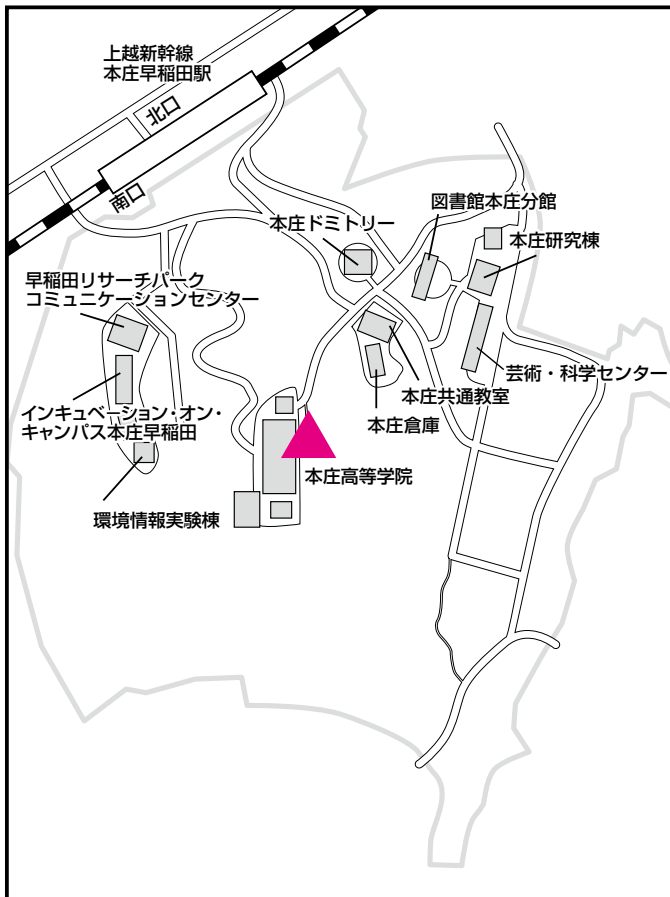
本庄



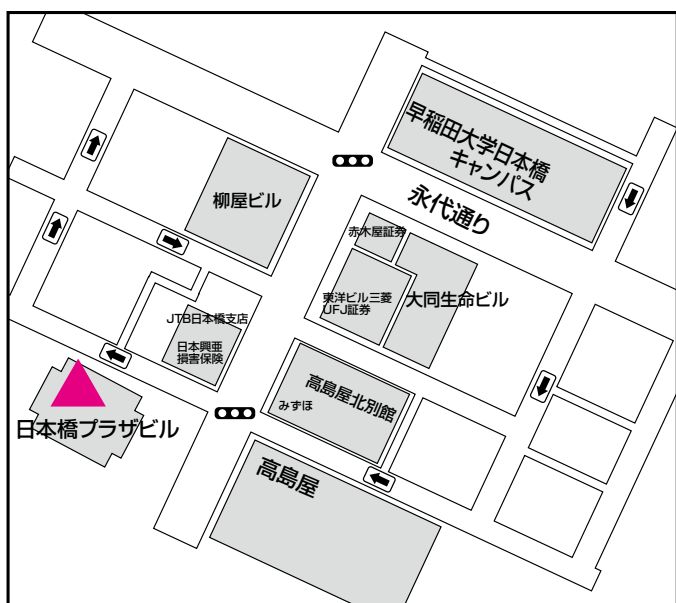
一時避難場所



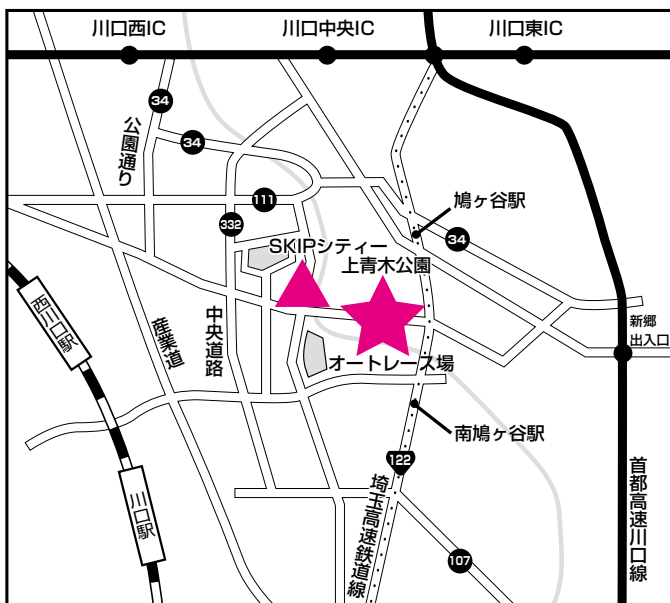
広域避難場所



日本橋



川口



II 地震発生時の対応



1 自宅がキャンパスから20km以内の人は帰宅

帰宅する目安は、自宅がキャンパスから20km以内であるかどうかです。

ただし、地震の規模、起きた時間、交通機関の状況、自身の体調や体力によって臨機応変に決めてください。

キャンパスから約20km離れた場所がおおよそどの範囲なのか、V参考資料 2.各キャンパスから20km離れた自治体一覧を参照してください。

帰宅する場合、次のことに注意してください。

- ① 地震発生後数時間おいてから帰宅を開始する。
(避難者がターミナル駅・幹線道路に集中するのを避ける)
- ② 原則として徒歩で帰宅する。
- ③ ターミナル駅・繁華街など人が集中する場所を通らない。
- ④ 幹線道路を通る。また、複数の帰宅経路を想定しておき、安全な経路を選択する。

なお、一部の自治体は帰宅困難者のために主要幹線道路に、帰宅支援ステーションを設置する予定です。帰宅支援ステーションでは、水・トイレ・情報の提供が行われます。詳細はV参考資料 3.帰宅支援ステーション一覧を参照してください。

2 自宅がキャンパスから20kmよりも遠い人は避難所へ

(1) 避難所の利用

自宅がキャンパスから20kmよりも遠い人は、帰宅を見合わせ、大学が用意する避難所か、最寄りの避難所を利用してください。

ただし、地震の規模、起きた時間、交通機関の状況、自身の体調や体力により臨機応変に判断してください。

大学が避難所を開設した場合、構内放送などでお知らせします。

1日～数日程度様子を見て、交通機関などの復旧状況により、帰宅するかどうか判断してください。

(2) 避難所運営

大学の避難所では、大学の指示に従ってください。備蓄物資や災害用井戸からの水の運搬、避難所運営などのお手伝いをお願いすることもありますので、ご協力ください。



IV

地震発生数日後の対応

安否報告・休講・ボランティア活動・授業再開日について

1

安否報告

地震発生後、大学に対し安否を知らせてください。

(1)地震発生時に大学にいるときの安否報告

避難が終了し、身の安全が確保できた時に、安否報告カード(V参考資料 9.安否報告カード)に所定の事項を記入し、所属学部・研究科の事務所に提出してください。

(2)地震発生時に大学にいないときの安否報告

①Waseda-net portalのアンケート機能を利用

コンピューターが使用可能な場合、大学のホームページまたはWaseda-net portalで安否報告のフォームを用意します。それを利用し、大学に安否を報告してください。

②葉書による報告

・表題「安否報告」 ・氏名 ・学籍番号 ・本人や家族の怪我の有無 ・自宅の損壊状況
・連絡の取れる電話番号、住所 ・困っていること ・自宅・避難場所付近の状況
以上を葉書に記入し、以下の宛先に郵送してください。

郵便番号169-8050 東京都新宿区西早稲田1-6-1 早稲田大学 ○○学部事務所

③電話による報告

電話での報告はできる限り控えてください。

2

家族との安否連絡

家族との安否連絡は、NTTの災害用伝言ダイヤル、携帯電話による情報登録検索、インターネットによる情報登録検索などを使ってください。利用方法の詳細は、V参考資料 4.災害用伝言ダイヤルの使い方・インターネットによる情報登録検索を参照してください。日ごろから、震災時にどのように連絡をとるのが決めておくといよいでしょう。

3

休講・授業再開

休講や授業再開のお知らせは、決定後速やかに、大学のホームページ、Waseda-net portalまたは新聞などのメディアを通じてお知らせします。

4

ボランティア活動

災害復興のボランティア活動に積極的に参加してください。

参加する場合は、ボランティアセンター

e-mail:
wavoc@list.waseda.jp

TEL:
03-3203-4192

へ申し込んでください。



ボランティアセンターの場所



1.日頃から準備しておくこと

1

教室・研究室で準備しておくこと

- ・最寄りの非常階段の位置はどこか
- ・最寄りの消火器の設置場所はどこか
- ・いざというときに部屋から避難しやすいか
- ・一時避難場所や広域避難場所への避難経路を確認しているか
- ・自宅へ歩いて帰宅する場合の経路は決まっているか
- ・家族との連絡方法は決めているか
(災害用伝言ダイヤルを使うとよい V参考資料 4.災害用伝言ダイヤルの使い方・インターネットによる情報登録検索)
- ・研究室の関係者の緊急連絡先はわかっているか
- ・薬品庫は収納された薬品が転倒しないようになっているか
- ・高圧ガスのボンベの転倒防止はしてあるか
- ・実験動物は逃げ出さない構造になっているか

2

自宅で準備しておくこと

- ・照明、棚、たんすなどの転倒防止はしてあるか
- ・避難場所を知っているか
- ・避難経路を決めてあるか
- ・貴重品は安全な場所に保管してあるか
- ・非常持出し品を準備しているか

非常用持出し品の例

貴重品	現金、預貯金通帳、印鑑、免許証、権利証書、健康保険証
非常食品	乾パン、アルファ化米、缶詰、栄養補助食品、ミネラルウォーター
ラジオ	予備電池は多めに
ライト	できれば1人に1つ。予備電池も忘れずに
応急医薬品	ばんそうこう、傷薬、包帯、胃腸薬、鎮痛剤、解熱剤、目薬、消毒薬、常備薬
その他の生活用品	下着、上着、靴下、軍手、タオル、ティッシュペーパー、ウエットティッシュ、雨具、ライター、ビニール袋、生理用品

- ・非常用の備蓄を準備しているか

非常備蓄品の例（3日分程度が目安）

飲料水	缶入りやペットボトルのミネラルウォーター（1人1日3リットルを目安に）
非常食品	乾パン、缶詰、レトルト食品、栄養補助食品、アルファ化米、ドライフーズ、インスタント食品、梅干し、菓子類、調味料
その他の生活用品	生活用水、毛布、寝袋、洗面用具、ポリタンク、なべ、やかん、バケツ、トイレトペーパー、使い捨てカイロ、ろうそく、さらし、ロープ、ボール、スコップ、ドライシャンプー、新聞紙、ビニールシート、布製ガムテープ、キッチン用ラップ、ペットフード

3

その他

① 自宅の強度

阪神・淡路大震災では、建物の倒壊で死亡した方が大勢いました。古い木造の建物の倒壊が多く見られ、特に1階部分がつぶれるなどの被害がありました。自宅の補強や下宿やアパートを借りる際の参考にしてください。

② 緊急時の情報カードを身につけよう

万が一の時のため、自分の緊急連絡先・既往症・アレルギーの有無などを記したカードを身につけておくとういでしょう。V参考資料 10.緊急時情報カードを活用してください。



2.各キャンパスから20km以内の自治体

1 帰宅困難者

大地震時に交通機関等が長期間不通となった場合、徒歩で帰宅する目安は、キャンパスと自宅の距離が20km以内とされています。帰宅できない人を帰宅困難者と呼びます。

以下にキャンパスごとに約20km以内の自治体を示します。

20kmというのはあくまでも目安であり、個人の事情により、キャンパスに残るか自宅に帰るか判断してください。

2 各キャンパスから20km以内の自治体一覧

キャンパス	約20km以内の自治体
西早稲田・戸山・喜久井町・大久保・材研・日本橋	<p>【東京都】 足立区、荒川区、板橋区、江戸川区、大田区、葛飾区、北区、江東区、品川区、渋谷区、新宿区、杉並区、墨田区、世田谷区、台東区、中央区、千代田区、豊島区、中野区、練馬区、文京区、港区、目黒区、清瀬市、狛江市、調布市、西東京市、花小金井市、東久留米市、三鷹市、武蔵野市</p> <p>【埼玉県】 朝霞市、川口市、さいたま市（浦和区、緑区、南区、桜区）志木市、草加市、戸田市、新座市、鳩ヶ谷市、八潮市、和光市、蕨市</p> <p>【神奈川県】 川崎市（幸区、高津区、多摩区、中原区、宮前区）</p> <p>【千葉県】 市川市、浦安市</p>
高等学院・上井草・東伏見	<p>【東京都】 足立区、荒川区、板橋区、北区、品川区、杉並区、世田谷区、台東区、中央区、豊島区、中野区、練馬区、文京区、港区、目黒区、稲城市、清瀬市、国立市、小金井市、国分寺市、小平市、狛江市、立川市、多摩市、調布市、西東京市、東久留米市、東村山市、東大和市、日野市、府中市、武蔵村山市</p> <p>【埼玉県】 朝霞市、入間郡三芳町、上福岡市、川口市、さいたま市（浦和区、大宮区、桜区、中央区、緑区、南区）狭山市、鳩ヶ谷市、富士見市、ふじみ野市、所沢市、戸田市、新座市、和光市、蕨市</p> <p>【神奈川県】 川崎市（麻生区、多摩区、中原区、宮前区）、横浜市（青葉区）</p>
所沢	<p>【東京都】 練馬区、あきる野市、青梅市、清瀬市、国立市、小金井市、国分寺市、小平市、立川市、多摩市、西東京市、八王子市、羽村市、東久留米市、東村山市、東大和市、日野市、日の出町、福生市、瑞穂町、三鷹市、武蔵野市、武蔵村山市</p> <p>【埼玉県】 入間市、川越市、さいたま市（桜区、西区）、狭山市、志木市、鶴ヶ島市、所沢市、飯能市、日高市、富士見市、ふじみ野市、和光市</p>
本庄	<p>【埼玉県】 神川町、上里町、江南町、熊谷市、東秩父村、深谷市、美里町、皆野町、寄居町、嵐山町</p> <p>【群馬県】 伊勢崎市、太田市、桐生市、高崎市、玉村町、藤岡市、前橋市、吉井町</p>



V

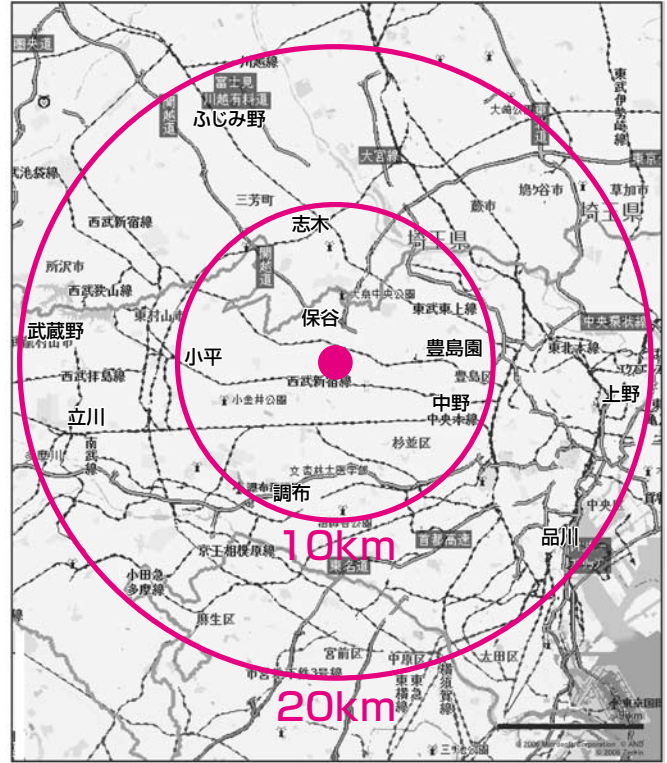
参考資料

2.各キャンパスから20km以内の自治体

新宿区から20kmの地図



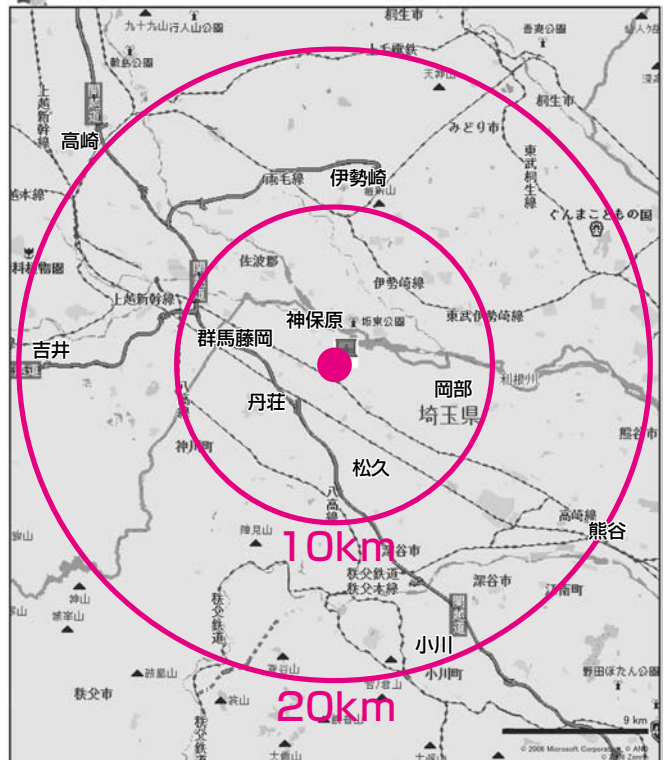
練馬区から20kmの地図



所沢から20kmの地図



本庄から20kmの地図



V 参考資料



3.帰宅支援ステーション一覧

東京都の帰宅支援

地震発生後、大学から半径20km以内に自宅のある学生・教職員は徒歩により帰宅することが望めます。

その場合、東京都により、帰宅支援対象道路（主要幹線道路）付近に「帰宅支援ステーション」が設置される予定です。

「帰宅支援ステーション」は水、トイレ及び情報提供を行います。一覧に記載のない都立学校も「支援校」として同様の支援を行うことになっています。

なお、その他の自治体の帰宅支援対策については現在調査中です。

以下の一覧は東京都のホームページから引用しました。

路線名	区間	帰宅支援ステーション名	所在地
① 第一京浜	日本橋～ 六郷橋	八潮高等学校	品川区東品川3-27-22
		工業高等専門学校	品川区東大井1-10-40
		芝商業高等学校	港区海岸1-8-25
		品川ろう学校	品川区南品川6-15-20
		城南養護学校	大田区東六郷2-18-19
		港養護学校	港区港南3-9-45
		六郷工科高等学校	大田区東六郷2-18-2
		晴海総合高等学校	中央区晴海1-2-1
		日本橋高等学校	中央区日本橋箱崎町18-14
		② 第二京浜	日本橋元標～ 多摩川大橋
		大崎高等学校	品川区豊町2-1-7
		南高等学校	大田区中馬込3-11-10
③ 中原街道	中原口～ 丸子橋	小山台高等学校	品川区小山3-3-32
④ 玉川通り	三宅坂～ 二子橋	日比谷高等学校	千代田区永田町2-16-1
		赤坂高等学校	港区南青山2-33-77
		国際高等学校	目黒区駒場2-19-59
		広尾高等学校	渋谷区東4-14-14
		桜町高等学校	世田谷区用賀2-4-1
		駒場高等学校	目黒区大橋2-18-1
		芸術高等学校	目黒区大橋2-18-58
		目黒高等学校	目黒区祐天寺2-7-15
		青山高等学校	渋谷区神宮前2-1-8
		深沢高等学校	世田谷区深沢7-3-1
		園芸高等学校	世田谷区深沢5-38-1
		第一商業高等学校	渋谷区鉢山町8-1
		青鳥養護学校	世田谷区池尻1-1-4
		⑤ 甲州街道	桜田門～ 八王子
新宿高等学校	渋谷区千駄ヶ谷6-2-1		
戸山高等学校	新宿区戸山3-19-1		
小石川工業高等学校	新宿区富久町22-1		
市ヶ谷商業高等学校	新宿区矢来町6		
杉並総合高等学校	杉並区下高井戸5-17-1		
杉並ろう学校	杉並区下高井戸2-22-10		
南多摩高等学校	八王子市明神町4-20-1		
富士森高等学校	八王子市長房町420		
八王子東高等学校	八王子市高倉町68-1		
日野高等学校	日野市石田190		
日野台高等学校	日野市大坂上4-16-1		
第二商業高等学校	八王子市台町3-25-1		
八王子工業高等学校	八王子市千人町4-8-1		
八王子盲学校	八王子市台町3-19-22		
八王子東養護学校	八王子市石川町3246-1		
八王子養護学校	八王子市台町3-5-1		
立川高等学校	立川市錦町2-13-5		
立川養護学校	立川市羽衣町2-63-3		
神代高等学校	調布市若葉町1-46		
調布南高等学校	調布市多摩川6-2-1		
府中高等学校	府中市栄町3-3		
府中西高等学校	府中市日新町4-6-7		

路線名	区間	帰宅支援ステーション名	所在地		
⑤ 甲州街道	桜田門～ 八王子	府中東高等学校	府中市押立町4-21		
		国立高等学校	国立市東4-25-1		
		第五商業高等学校	国立市中3-4-1		
		府中工業高等学校	府中市若松町2-19		
		農業高等学校	府中市寿町1-11		
		府中養護学校	府中市朝日町3-14-1		
		調布養護学校	調布市調布ヶ丘1-1-2		
		府中朝日養護学校	府中市朝日町3-14-4		
		⑥ 青梅街道・新青梅街道	新宿 大ガード西～ 箱根ヶ崎	富士高等学校	中野区弥生町5-21-1
				杉並高等学校	杉並区成田西4-15-15
井草高等学校	練馬区上石神井2-2-43				
石神井高等学校	練馬区関町北4-32-48				
農芸高等学校	杉並区今川3-25-1				
杉並工業高等学校	杉並区上井草4-13-31				
石神井養護学校	練馬区石神井台8-20-35				
東大和高等学校	東大和市中央3-945				
東大和南高等学校	東大和市桜が丘3-44-8				
武蔵村山高等学校	武蔵村山市中原1-7-1				
羽村高等学校	羽村市羽4152-1				
村山養護学校	武蔵村山市学園4-8				
羽村養護学校	羽村市五ノ神319-1				
小平高等学校	小平市仲町112				
小平西高等学校	小平市小川町1-502-95				
東村山高等学校	東村山市恩多町4-26-1				
東村山西高等学校	東村山市富士見町5-4-41				
田無工業高等学校	西東京市向台町1-9-1				
小平養護学校	小平市小川西町2-33-1				
田無養護学校	西東京市南町5-15-5				
⑦ 川越街道	本郷3～ 東増橋	練馬高等学校	練馬区春日町4-28-25		
		田柄高等学校	練馬区光が丘2-3-1		
		練馬工業高等学校	練馬区早宮2-9-18		
		竹早高等学校	文京区小石川4-2-1		
		豊島高等学校	豊島区千早4-9-21		
		千早高等学校	豊島区千早3-46-21		
		板橋高等学校	板橋区大谷口1-54-1		
		北野高等学校	板橋区徳丸2-17-1		
		高島高等学校	板橋区高島平3-7-1		
		文京盲学校	文京区後楽1-8-19		
高島養護学校	板橋区高島平3-7-2				
⑧ 中山道	室町3～ 戸田橋	一橋高等学校	千代田区東神田1-12-13		
		小石川高等学校	文京区本駒込2-29-29		
		向丘高等学校	文京区向丘1-11-18		
		文京高等学校	豊島区西巢鴨1-1-5		
		北園高等学校	板橋区板橋4-14-1		
		志村高等学校	板橋区西台1-41-10		
		工芸高等学校	文京区本郷1-3-9		
		大塚ろう学校	豊島区巢鴨4-20-8		
		板橋養護学校	板橋区高島平9-23-22		
		⑨ 北本通り	王子駅～ 新荒川大橋	飛鳥高等学校	北区王子6-8-8
桐ヶ丘高等学校	北区赤羽北3-5-22				

路線名	区間	帰宅支援ステーション名	所在地
⑨ 北本通り		王子工業高等学校 北養護学校 王子養護学校 王子第二養護学校	北区滝野川3-54-7 北区十条台1-1-1 北区十条台1-8-41 北区十条台1-8-47
⑩ 日光街道 日本橋元標 ～水神橋		上野忍岡高等学校 上野高等学校 白鷗高等学校 竹台高等学校 足立高等学校 江北高等学校 淵江高等学校 航空工業高等専門学校 荒川工業高等学校 城北養護学校 足立養護学校 南花畑養護学校	台東区北上野2-24-14 台東区上野公園10-14 台東区元浅草1-6-22 荒川区東日暮里5-14-1 足立区中央本町1-3-9 足立区西綾瀬4-14-30 足立区東保木間2-10-1 荒川区南千住8-52-1 荒川区南千住6-42-1 足立区南花畑5-13-1 足立区花畑7-23-15 足立区南花畑5-24-29
⑪ 水戸街道 本町3～ 新葛飾橋・ 金町～ 葛飾橋		台東商業高等学校 墨田川高等学校 本所高等学校 葛飾野高等学校 南葛飾高等学校 本所工業高等学校 向島商業高等学校 葛飾商業高等学校 葛飾盲学校 墨田養護学校 葛飾養護学校	台東区今戸1-8-13 墨田区東向島3-34-14 墨田区向島3-37-25 葛飾区亀有1-7-1 葛飾区立石6-4-1 葛飾区南水元4-21-1 墨田区八広1-28-21 葛飾区新宿3-14-1 葛飾区堀切7-31-5 墨田区八広5-10-2 葛飾区金町2-14-1
⑫ 蔵前橋通り 湯島1～ 市川橋		忍岡高等学校 蔵前工業高等学校 両国高等学校 江戸川高等学校 小松川高等学校 向島工業高等学校 向島商業高等学校 大江戸高等学校	墨田区堤通2-15-14 台東区蔵前1-3-57 墨田区江東橋1-7-14 江戸川区松島2-38-1 江戸川区平井1-27-10 墨田区立花4-29-7 墨田区八広1-28-21 墨田区横川4-8-8
⑬ 井の頭通り 大原2～ 関前		豊多摩高等学校 西高等学校 武蔵野北高等学校	杉並区成田西2-6-18 杉並区宮前4-21-32 武蔵野市八幡町2-3-10
⑭ 五日市街道 関前～福生		北多摩高等学校 砂川高等学校 立川ろう学校 武蔵高等学校 小金井北高等学校 田無高等学校 国分寺高等学校 小金井養護学校	立川市曙町3-29-37 立川市泉町935-4 立川市栄町1-15-8 武蔵野市境4-13-28 小金井市緑町4-1-1 西東京市向台町5-4-34 国分寺市新町3-2-5 小金井市桜町2-1-14
関前～福生		都立大学附属高等学校 光明養護学校	目黒区八雲1-1-2 世田谷区松原6-38-27

路線名	区間	帰宅支援ステーション名	所在地
⑮ 環状7号線 桜田門～ 八王子		鷺宮高等学校 中野工業高等学校 中野養護学校 大山高等学校 赤羽商業高等学校 北豊島工業高等学校 足立西高等学校 足立東高等学校 青井高等学校 足立新田高等学校 足立工業高等学校 荒川商業高等学校 小岩高等学校 葛西南高等学校 水元高等学校 紅葉川高等学校 農産高等学校 葛西工業高等学校 葛飾ろう学校 江戸川養護学校 小岩養護学校 水元養護学校 白鷺養護学校 東京武道館	中野区若宮3-46-8 中野区野方3-5-5 中野区南台3-46-20 板橋区小茂根5-18-1 北区西が丘3-14-20 板橋区富士見町28-1 足立区江北5-7-1 足立区大谷田2-3-5 足立区青井1-7-35 足立区新田2-10-16 足立区西新井4-30-1 足立区小台2-1-31 江戸川区本一色3-10-1 江戸川区南葛西1-11-1 葛飾区水元1-24-1 江戸川区臨海町2-1-1 葛飾区西亀有1-28-1 江戸川区春江町4-9 葛飾区西亀有2-58-1 江戸川区本一色2-24-40 江戸川区本一色2-16-16 葛飾区西水元5-2-1 江戸川区東小松川4-50-1 足立区綾瀬3-20-1
⑯ 環状8号線 桜田門～ 八王子		大森高等学校 田園調布高等学校 雪谷高等学校 つばさ総合高等学校 蒲田高等学校 大田ろう学校 矢口養護学校 松原高等学校 千歳丘高等学校 芦花高等学校 玉川高等学校 砧工業高等学校 世田谷工業高等学校 久我山盲学校 青鳥養護学校久我山分校 荻窪高等学校 光丘高等学校 大泉高等学校 第四商業高等学校 石神井ろう学校	大田区西蒲田2-2-1 大田区田園調布南27-1 大田区久が原1-14-1 大田区本羽田3-11-5 大田区蒲田本町1-1-30 大田区田園調布5-43-6 大田区矢口1-26-10 世田谷区桜上水4-3-5 世田谷区船橋3-18-1 世田谷区粕谷3-8-1 世田谷区玉川1-20-1 世田谷区岡本2-9-1 世田谷区成城9-25-1 世田谷区北烏山4-37-1 世田谷区北烏山4-37-1 杉並区荻窪5-7-20 練馬区旭町2-1-35 練馬区東大泉5-3-1 練馬区貫井3-45-19 練馬区高松6-17-1



V

参考資料

4. 災害用伝言ダイヤルの使い方・インターネットによる情報登録検索

1 安否連絡について

家族、友人間で安否連絡を取る方法を紹介します。あらかじめどのように連絡をとるか決めておきましょう。また、安否連絡とは別に大学に対し、安否の状況を報告してください。

2 災害用伝言ダイヤルの使い方

(1)〔自分の情報を相手に伝えたいとき〕＝伝言録音

「171」+「1」+「自分のTEL」+「自分のメッセージ録音」

- ①「171」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
- ④30秒以内で自分のメッセージを録音する

※暗証番号がある場合は

「171」+「3」+「4ケタの暗証番号」+「自分のTEL」+「自分のメッセージ録音」

(2)〔相手の情報を聞きたいとき〕＝伝言再生

「171」+「2」+「相手のTEL」+「相手のメッセージ再生」

- ①「171」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

※暗証番号がある場合は

「171」+「4」+「4ケタの暗証番号」+「相手のTEL」+「相手のメッセージ再生」



3 インターネットによる情報登録検索

新潟県中越地震では、インターネット上に安否情報を登録することができ、検索できるサービスや掲示板に情報を掲載するサービスが提供されました。

主要な検索エンジンからリンクが張られていますので、そのサービスを使う方法もあります。

4 携帯電話による情報登録検索

携帯電話各社からも災害発生時に安否情報を登録検索できるサービスが提供されますので活用してください。

NTTドコモ 「iモード災害用伝言板」

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

iモード→iMenuトップに表示される「災害用伝言板」を選択

au「EZweb災害用伝言板」

<http://dengon.ezweb.ne.jp/>

EZweb→トップメニューに表示される「災害用伝言板」を選択

Soft Bank「災害用伝言板」

<http://dengon.softbank.ne.jp>

Yahoo!ケータイ→トップの「災害用伝言板」を選択



5. 応急手当の方法

1

止血法の対象者

- ・主に外傷により出血している傷病者が対象者です。
内出血の場合は、その診断、出血程度などの判断が難しいため、専門家に任せます。
- ・出血部位、出血の種類、性状及び程度のほか、傷病者の顔色、四肢の変形、ショック症状（冷汗、顔面蒼白、四肢冷感など）はないかなど、全身をよく見ます。
- ・優先すべきは、その出血が生命に危険を及ぼす出血、言い換えれば「大出血」があるか見ることです。
- ・出血量が多いほど、また激しいほど止血を急ぐ必要があります。



ショック状態の顔貌

顔色は、蒼い。表情は、ぼんやりし冷汗をかいている。
皮膚が青白く、冷たい。

2

出血の種類

1 動脈性出血

噴き出すような出血を動脈性出血といい、真っ赤（鮮紅色）な血液が脈打つように噴出します。

大きな血管では、瞬間的に多量の血液を失って出血死のおそれがあります。緊急に止血を必要とするのは、この動脈性出血です。



2 静脈性出血

湧き出るような出血を静脈性出血といい、赤黒い（暗赤色）血液が持続的に湧くように出血します。

動脈性に比べ、瞬時に死に至ることは稀ですが、大きな静脈からの出血が持続すれば、多量出血となり、止血の処置が遅れるとショックに陥る危険があります。



3 毛細血管性出血

にじみ出るような出血を毛細血管性出血といい、指先を切ったり、転んで擦りむいたようなとき、傷口から赤色（動脈性と静脈性の間色）の血液がにじみ出ます。

この程度の出血は、大出血とは関係ありません。



5. 応急手当ての方法

3 止血の方法

- ・ 反応、呼吸に異常があれば、救命処置を優先します。
- ・ 外出血、特に大出血を認めた場合は、直ちに止血の処置を行います。
- ・ 市民が行う止血法は、直接圧迫止血法です。

4 直接圧迫止血法

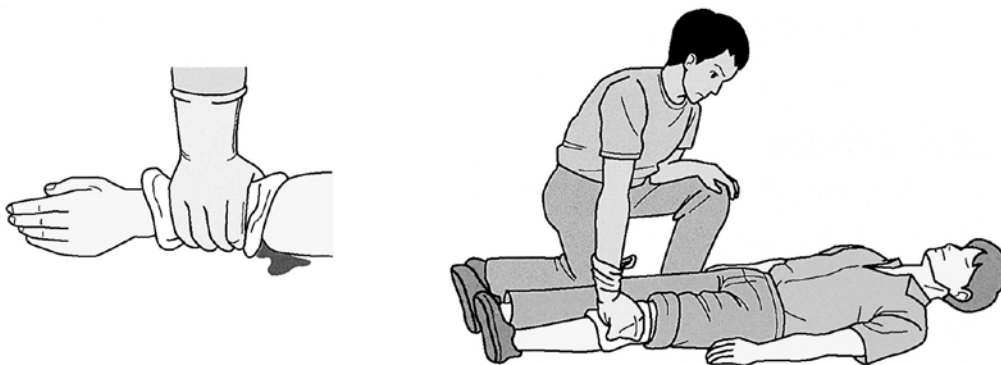
出血部位をガーゼやタオルなどで直接強く圧迫して出血を止める方法です。

1 出血部を押さえる材料

- ・ 清潔であること。
- ・ 厚みのあるものであること（うすいものを何枚も重ねても良い）。
- ・ 出血部位を十分に覆うことができる大きさがあること。

2 圧迫の行い方

- ・ 出血部位にガーゼやタオルなどを当て、その上から手で強く圧迫します。片手で止血できなければ、両手で圧迫したり、体重をかけて圧迫して止血します。
- ・ ほとんどの出血は、この方法で止血することができます。
- ・ 圧迫したのにもかかわらず血がにじみ出る場合は、さらにその上にガーゼやタオルなどを重ねて圧迫します。この際は、はじめにあてたガーゼやタオルなどは外さないでください。



注意!	感染防止のため、ゴム手袋やビニール袋などを使用することが勧められます。
ポイント	強く押さえましょう。圧迫が弱ければ止血できません。



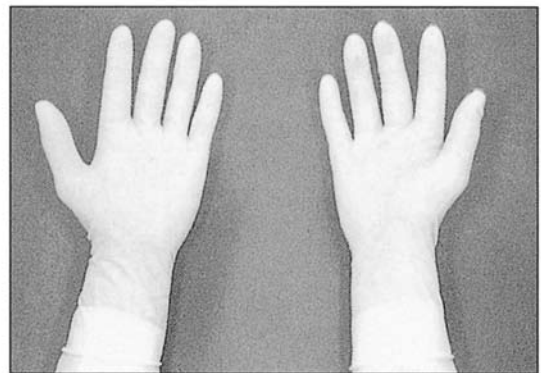
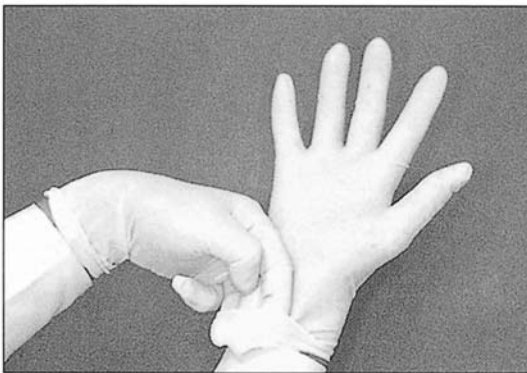
5 血液感染防止

- ・止血をするときには、直接血液に触れないように努力してください。
ゴム手袋・ビニール袋などを着用することが奨められます。

救急箱・車の中・震災用非常持ち出し袋などに、
感染防止を目的とした手袋の常備をお奨めします。

- ・飛び散る血液が、皮膚に直接付着しないよう注意し手当を行ってください。
- ・手当を行った後には、必ず、流水により十分に手洗いを行ってください。

ゴム手袋



ゴム手袋がない場合

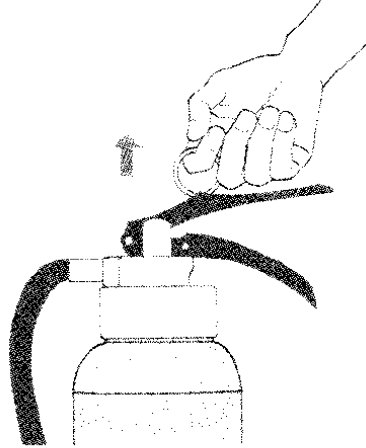


応急手当をする場合は、ビニール袋など身近なものを活用するなど、
直接血液に触れない工夫をしましょう。

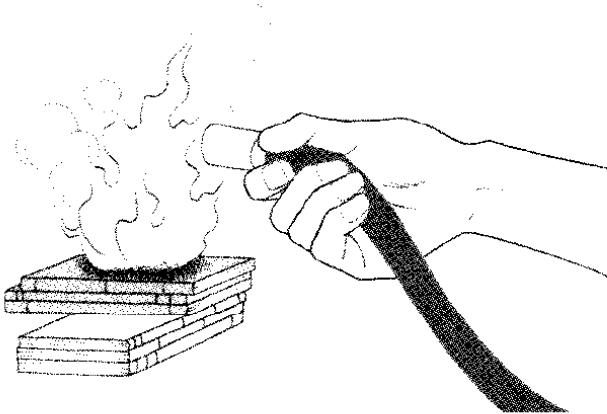
P19～P21(財)東京救急協会『普通救命講習テキスト』より転載

6.消火器の使い方

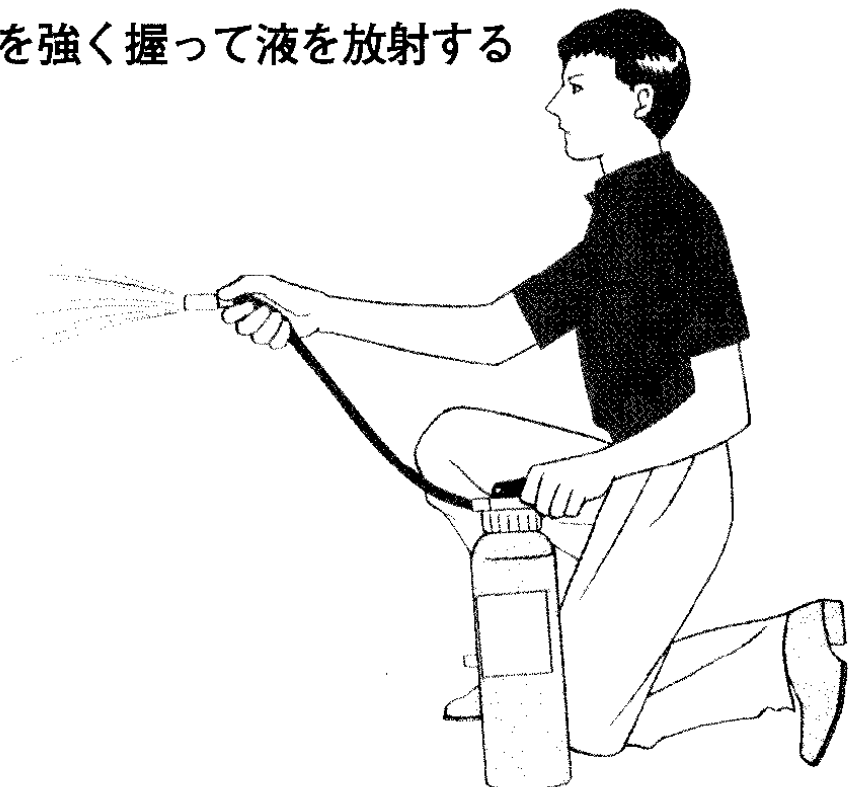
1 安全ピンを上にはひっぱるように抜く



2 ホースを外しノズルを火元に向ける



3 レバーを強く握って液を放射する





断水した場合のトイレの使用について

(1)水の供給体制が整う以前

給水体制が整備されるまでは、既存のトイレは使用禁止とし、備蓄庫にある簡易トイレを使用してください。簡易トイレの汚物処理パックは少量しかないので、ビニール袋など利用できるものを使い汚物を処理します。(水がない状態で使用するとトイレの配管がつまり、復旧に多くの時間と費用が必要となります。)

(2)給水体制の整備

トイレを流す水は以下の可能な方法で調達します。より上位の方法から検討してください。

- ① 防災井戸のあるキャンパスは防災井戸からバケツなどでトイレへ運びます。
- ② プール、中水などの水が使える箇所は、それをバケツなどでトイレへ運びます。
- ③ 行政の給水車等による給水が豊富にあり、飲料水を確保して余りある場合は、その水を使います。
- ④ 近くに川、池などがある場合、その水を汲み上げ運搬し使います。

(3)その他

阪神淡路大震災では、下水のマンホールを開け、直接用を足した事例がありました。決して安全な方法とはいえませんが、やむをえない場合は検討してください。



8.避難生活について

避難所生活のルール

- 1.避難所では、協力しあい、助けあって、
お互い生活しやすいよう配慮してください。
- 2.体調が悪くなった場合は、
大学の臨時対策本部（事務所）へ連絡してください。
- 3.できる限り大学の復旧や大学周辺の復旧にご協力ください。
- 4.避難所では、火気使用禁止、禁煙、禁酒、土足禁止です。
- 5.救援物資の配給、ごみの集積場所、使用するトイレは、
大学の指示に従ってください。



9. 安否報告カード

大学にいるときに、地震が起きた場合は、身の安全が確保でき、余裕ができた時に、以下のカードを1枚切り取り、記入し、所属事務所に提出してください。

大学外にいるときに、地震が起きた場合、大学への安否報告は、Waseda-net portalのアンケート機能で行ってください。コンピュータが使えない場合は、葉書で行ってください。

-----キ-----リ-----ト-----リ-----

安否報告カード			
記入日	月	日	時
学部・学科			
学籍番号			
氏名			
負傷の有無			
連絡のとれる 電話番号・住所			
予定 自宅に帰宅するか避難所 に行くかなど			

-----キ-----リ-----ト-----リ-----

安否報告カード			
記入日	月	日	時
学部・学科			
学籍番号			
氏名			
負傷の有無			
連絡のとれる 電話番号・住所			
予定 自宅に帰宅するか避難所 に行くかなど			



10.緊急時情報カード

緊急時情報カード

切り取って二つ折りにするとカードサイズになります。
所定の事項を記入し、地震に備え携帯するとよいでしょう。

早稲田大学緊急時情報カード	安否連絡・報告
氏名 _____	<p>◇家族との安否連絡は、NTTの災害用伝言ダイヤル・携帯電話による情報登録検索・インターネットの情報登録検索を使いましょう。</p> <p>◇大学へ安否報告をしてください! Weseda-net portalのアンケート機能が葉書で報告してください。</p> <p>※詳しくは大地震対応マニュアルを参照してください。</p>
学部 _____ 学籍番号 _____	
緊急連絡先 _____	
住所 _____	
TEL _____	
生年月日 _____	
持病 _____ 常用薬 _____	
アレルギー _____	



1 マニュアルの改訂について

大地震対応マニュアルは随時改訂します。改訂版はWaseda-net portalあるいはホームページに掲載します。必要に応じプリントアウトしてください。

Waseda-net portalの掲載場所

学生用 10_学生→12_学生生活→60_安全・衛生→01_防災関連

教職員用 20_教職員→25_法人運営→60_安全・衛生→01_防災関連→01_地震対策

ホームページ

<http://www.waseda.jp/ecocampus/saf/inschool/images/ermstudent.pdf>

2 ご意見について

より使いやすく、必要な情報を網羅したマニュアル作成を目指しています。マニュアルに関するご意見をお寄せください。

宛先 総務部環境安全管理課 e-mail: ecofuture@list.waseda.jp

3 マニュアルの作成について

名称 早稲田大学大地震対応マニュアル

改訂履歴

1999年4月1日 第1版発行

2005年4月1日 第2版発行 教職員・学生用

2007年3月1日 第3版発行 学生用

発行者 早稲田大学

企画 早稲田大学総務部環境安全管理課

住所 〒169-8050 新宿区戸塚町1-104

TEL 03-3204-9766