

東京消防庁予防部防火管理課の企画・編集の本

(職場の地震対策 東日本大震災の教訓と対応より抜粋)

ライオンズクラブ国際協会 2012年～2013年 330複合地区 緊急援助委員会

委員長: 今井三和、副委員長: 脇村孝友、小嶋完治、上野 了、委員: 山口軍次、堀 勝、家喜凱雄、志村 勝、斉藤一三、新津辰夫、大石幸治、井上堅一

非常用物品等として準備しておく便利なもの

種 別	品 名
応急手当用品	① 医薬品: 殺菌消毒剤、やけど薬、止血剤等 ② 救急用品: 止血帯、包帯、ガーゼ、三角巾、ばんそうこう等
救助作業用・資器材	ジャッキ、のこぎり、バール、スコップ、担架、毛布等
非常用物品	懐中電灯、拡声器、ラジオ、電池、ビニール袋、軍手、タオル、防水シート、毛布、ヘルメット等
生活必需品	① 食料 ② 飲料水 ③ 携帯燃料 ④ 簡易トイレ ⑤ 寝具等(毛布、寝袋等)
非常持ち出し品	重要書類等

帰宅困難者心得 10か条

- 1 慌てず騒がず、状況確認
- 2 携帯ラジオをポケットに
- 3 つくっておこう帰宅地図
- 4 ロッカー開けたらスニーカー(防災グッズ)
- 5 机の中にチョコやキャラメル(簡易食料)
- 6 事前に家族で話し合い(通信手段、集合場所)
- 7 安否確認、ボイスメール(災害伝言ダイヤル)や遠くの親戚
- 8 歩いて帰る訓練を
- 9 季節に応じた冷暖準備(携帯カイロやタオルなど)
- 10 声を掛け合い、助け合おう

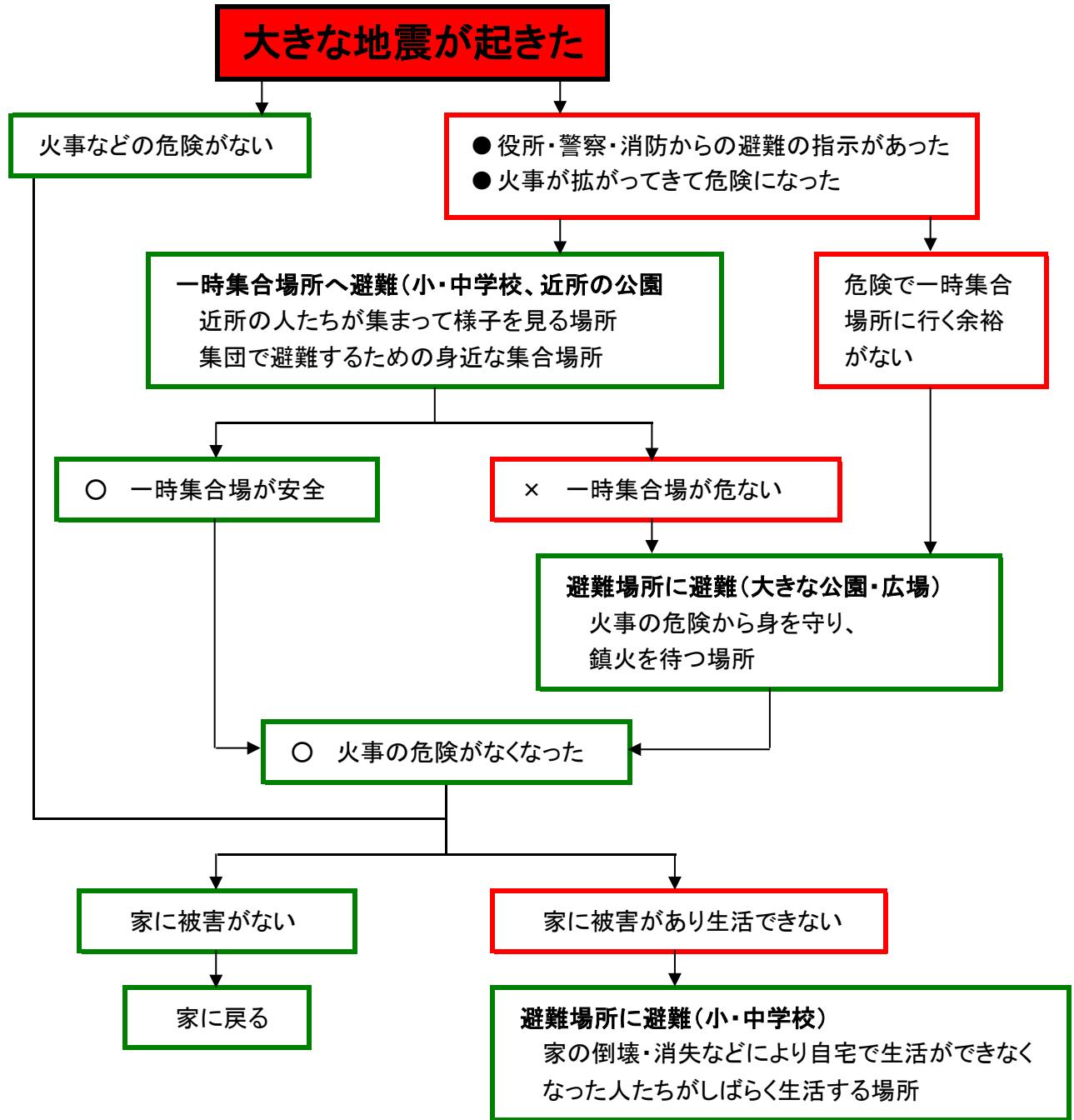
火気使用設備の種別ごとの出火防止の対応

	地震の揺れがおさまったら	
	設備・器具等	対 応
地震だ！ まず身の安全	電気設備器具	<ul style="list-style-type: none"> ○ コンセントからプラグを抜く ○ 安全器又はブレーカーを切る。 ○ 器具の上や周りに落ちた可燃物を取り除く。 ○ 配線が損傷していないかを確認する。
	石油等を燃料とする設備器具	<ul style="list-style-type: none"> ○ 対震安全装置付のものでも完全に火が消えていることを確かめ、燃料コックを閉にする。 ○ 電源を必要とするものはスイッチを切り、燃料を閉にし、安全器又はブレーカーを切る。 ○ 器具の上や周りに落ちた可燃物を取り除く。 ○ 使っていないものでも倒れていたら、油もれを防ぐため引き起こす。
	ガスを燃料とする設備器具(都市ガス、プロパン)	<ul style="list-style-type: none"> ○ 器具栓を閉め、元栓も閉める。 ○ 器具の上や周りに落ちた可燃物を取り除く。 ○ 都市ガスは、ガス遮断付ガスメーター(マイコンメーター)遮断状況(赤ランプ点滅)を確認する。 ○ プロパンガスボンベにあっては、ボンベのバルブを回してガスを止める。
	危険物等を使って作業をしていた場合	<ul style="list-style-type: none"> ○ 薬品や油なべを使用している時は火を消し、薬品を処理する。 ○ 容器が破損して流れ出した危険物等は、砂などをかけて火災発生危険を防ぐとともに、十分な換気をする。 ○ 危険物等の容器が転倒、落下したときは内容物の流出を防ぐ。 ○ 転倒・落下のおそれがある容器は、安全な場所に移動する。

代替資源等

電気	自家発電設備、バッテリー等
ガス	プロパンガスボンベ、灯油、カセットコンロ、ボンベ等
上下水道	入水槽、井戸、貯水池、浄水装置、水中ポンプ、簡易トイレ等
電話	無線機、パソコン、専用回線、公衆電話、船舶及び車載無線等

避難の順序



地震 その時10のポイント

地震時の行動	○ 地震だ！ まず身の安全	<ul style="list-style-type: none">揺れを感じたり、緊急地震速報を受けた時は、身の安全を最優先に行動する。丈夫なテーブルの下や、物が「落ちてこない」「倒れてこない」「移動してこない」空間に身を寄せ、揺れがおさまるまで様子を見る。	高層階(概10階以上)での注意点 <ul style="list-style-type: none">高層階では、揺れが数分続くことがある。大きくゆっくりとした揺れにより、家具が転倒・落下する危険に加え、大きく移動する危険がある。
	地震直後の行動	○ 落ちついて 火の元確認 初期消火	<ul style="list-style-type: none">火を使っている時は、揺れがおさまってから、あわてずに火の始末をする。出火した時は、落ちついて消火する。
○ あわてた行動 けがのもと		<ul style="list-style-type: none">屋内で転倒・落下した家具類やガラスの破片などに注意する。瓦、窓ガラス、看板などが落ちてくるので外に飛び出さない。	
○ 窓や戸を開け 出口を確保		揺れがおさまった時に、避難ができるよう出口を確保する。	
○ 門や塀には 近寄らない		屋外で揺れを感じたら、ブロック塀などには近寄らない。	
地震後の行動	○ 火災や津波 確かな避難	<ul style="list-style-type: none">地域に大規模な火災の危険がせまり、身の危険を感じたら、一時集合場所や避難場所に避難する。沿岸部では、大きな揺れを感じたり、津波警報が出されたら、高台など安全な場所に素早く避難する。	
	○ 正しい情報 確かな行動	ラジオやテレビ、消防署、行政などから正しい情報を得る。	
	○ 確かめ合おう わが家の安全 隣の安否	わが家の安全を確認後、近隣の安否を確認する。	
	○ 協力し合って 救出・救護	倒壊家屋や転倒家具などの下敷きになった人を近隣で協力し、救出・救護する。	
	○ 避難の前に安全確認 電気・ガス	避難が必要な時には、ブレーカーを切り、ガスの元栓を締めて避難する。	