

防災カード

協力会社用

村本建設株式会社
2015.02.05

震度6弱 地震発生

【共通】

- 緊急地震速報が鳴ったらガスの元栓・電熱 **火の用心**。グラッきたら、**身の安全**。メディア等で **情報確認**。
- 出口の確保**。ビルのひび割れがあれば **避難**。
- 家族、会社に **安否報告**。
○ メールで、ためなら災害用伝言板。
○ NTT 公衆電話 ○ NTT 伝言ダイヤル

【工事事務所共通】

- 現場から避難。仲間の確認(点呼)。現場事務所への報告。
- 被災者の救護。被災状況確認(メディア等)。
- 身の安全の確保。避難場所への移動。

【全社員共通】

- 人が倒れて・助けを求められたら **救出・救護**。
- 家族が心配だから **帰宅判断**。
- 津波がきたらどうしよう **津波から身を守る**。

災害用伝言版(携帯電話)

各携帯電話会社では災害時に携帯電話の画面上に表示されます。

普段は表示されていないので

ドコモ <http://dengon.docomo.ne.jp>
 au <http://dengon.ezweb.ne.jp>
 Softbank <http://dengon.softbank.ne.jp>

これは事前に連絡したい方のメールアドレスを登録すると入力された内容を知らせてくれます。

伝言する内容は安否とコメント100文字です。また、入力されたかどうかを確認したい場合は相手の電話番号で検索します。

※日頃から訓練しておきましょう。
毎月1日と15日は訓練使用できます。

1. 火の用心

■火災から身を守る

- 初期消火活動に参加する。
- 火の手が大きい時は無理をせず避難。
- 煙が発生している場合は、口をハンカチなどで覆い、床を這うように移動する。
- 非常出口を常に把握しておく。

2. 避難方法

■避難場所を把握す

- 一旦様子をみる。ビルにひび割れ等が発生していない場合は、むやみに外へ出ないでビル内に待機して様子を見る。
- 避難は動きやすい靴と手袋で。塙等の倒れる恐れのある場所は避ける。ガラスの破片等が飛散している場合があるので**要注意**
- 被災した場合は、避難場所へ待機できなくなった場合は、小中学校等に開設される避難所に行き、行政や自主防災組織の指示に従う。

※日頃からハザードマップを手に入れておく。

身分証明

>>個人データ

【ふりがな】
 ☆氏名
 ☆血液型【RH+-】 A B AB O 性別 男 女
 ☆生年月日 年 月 日
 ☆連絡先【自宅】 TEL - -
 ☆連絡先【勤務先】 TEL - -

>>緊急連絡先[家族・親戚・知人等]

★氏名 TEL - -
 ★氏名 TEL - -
 ★氏名 TEL - -

>>家族の避難先[場所・連絡方法等]

場所名称
 住所
 電話番号

3.1 安否確認(家族)

◎家族は大丈夫ですか?
NTT 災害用伝言ダイヤルは、被災地の固定電話番号を利用します。日頃から記憶しておきます。

NTT 災害用伝言ダイヤル「171」

①⑦①にダイヤル

録音は① 再生は②

・連絡取りたい被災地の電話番号
 (□□□) □□□□-□□□□
 市外局番からダイヤル

録音開始 ①# 再生開始 ①#

伝言 (30秒以内)

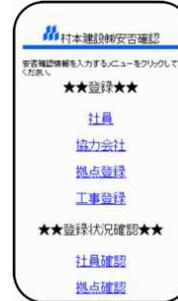
録音終了 ⑧# 再生繰返 ⑧#
再生終了 ⑨#

終わり

※日頃から訓練しておきましょう。
毎月1日と15日は訓練使用できます。

3.2 安否報告(村本建設)

>>>Web入力(携帯/PC)



個人の携帯も可。
<http://mcanpi.com/>

←協力会社専用

協力会社コード ○○○○○五桁の数字

- 本人安否 0:無事 1:負傷
- 社員安否 0:無事 1:負傷 2:未確認 3:死者、行方不明
- 職場復帰 0:可能 1:1日後 2:2日後 3:それ以後

4.1 現場の管理

防災に対する備えあれ

- ・日頃から防災マップの確認や避難所や避難場所を把握しておき、掲示する。
- ・食料や水は3日分確保する。
- ・震災時の行動(帰宅判断・協力体制)について協力会社と協議する。

確認のための注意事項

- 工事現場は現場担当者または確認担当者が行う。
- 余震等による二次災害を防ぐために、安全な場所から確認する。
- 建物の中に入る場合は、壁等外見上、ひび割れ等が無いことを確認してから入る。

4.2 現場に待機

- 家族の安否が確認され、交通機関が不通の場合は、帰宅せずに現場に待機する。協力会社にも促す。
- 帰宅する場合は、6.帰宅判断参照。

安全に帰宅10か条

1. あわてず焦らず状況判断(火災や風向き)
2. 風評に惑わされず正確情報(携帯ラジオで)
3. 余裕の行動計画(夜間は危険と心得よ)
4. 塀や細い道は避ける
5. 短距離の目標の積み重ね
6. 季節にあわせた冷暖準備(携帯カイロやタオル等)
7. スニーカーや履きなれた柔らかい靴
8. 机の中のお菓子は簡易食料
9. 家族と安否を確認(災害用伝言版、メール)
10. 声を掛け合い、助け合おう

6.2 地震発生後の対応

屋外では

※**危ない場所から離れて、広いスペースへ避難。**
○倒れやすいものから離れる。○落下物から身を守る。○破断電線やガス漏れ等に注意。

地下街では

※**広いスペースに避難し、揺れが収まったら落ち着いて非常口から脱出。**○姿勢を低く窓ガラスやショウイドウから離れる。○地震の揺れでパニックになり群集の動きに惑わされない。○非常口に辿り着いても、直ぐに屋外に出ず、必ず周囲の状況を確認してから出る。

5.1 救出・救護(心肺蘇生法)

救命処置の流れ(心肺蘇生法とAED)

①反応を確認する。

耳元で「大丈夫ですか」「もしもし」と大きな声で

②助けを呼ぶ。

「119番通報」「AEDの手配」命令する。

③気道の確保 ④呼吸の

普段通りの息(正常な呼吸)があるかないか「見て、聴いて感じる」



④胸骨圧迫

AEDがすぐに胸の真ん中を両手で「強く、早く、絶え間なく」圧迫します。少なくとも1分間に100回の速さで30回。胸部が5cm以上沈む程度。心臓マッサージ30回+人工呼吸2回を繰り返す。到着したら、次頁参照。

自動車運転中では

※**ハザードランプを点け、徐々に減速し、安全な場所に一旦停止して情報を収集。**○衝突しないように注意し、交差点をさけ、左側に寄せて停車する。○渋滞が発生するため、避難に自動車は利用しない。○自動車から離れる場合は、連絡先のメモを残し、車検証をもって、キーはつけたまま避難しよう。

電車・地下鉄では

※**車両の中央の手すりやつり革につかまり両足で踏ん張る。**○停車の際の揺れに備える。○停止しても慌てない。○網棚の荷物の落下に注意。○勝手に線路内に出ない。

エレベーターでは

※**最寄りの階に停止させ、すぐに降りる。**

5.2 救出・救護(AED)

AEDの到着と準備

①AEDを傷病者の横に置く。

②AEDの電源を入れる。

メッセージとランプで操作します。

③電源パッドを貼る。

傷病者の衣服を取り除き、胸を出します。パッドを胸にしっかり貼ります。



④心電図の解析

「体に触れないで下さい」とメッセージが流れたら、全員離れてさせて、触れていないことを確認する。

⑤電気ショック

電気ショックが必要な場合は、「電気ショックが必要です」の後、自動的に充電が始まります。「ショックボタンを押してください。」と流れたら、離れてボタンを押します。

⑥心肺蘇生を再開

2分経ったら、再度AEDが起動し、④⑤の繰り返しです。救急隊が来るまで続けます。傷病者が、気がついてもパッドはつけたままにしておき、様子を見ること。

6.1 帰宅判断

家族の安否が確認できたのであれば、一時帰宅するより、会社の復旧活動要員として事業再開に努める。電気や水道等のライフラインが使えない中での帰宅は、非常に危険が伴うことを覚悟して実行せよ。

帰宅準備

- ①勤務先～自宅のルートを決める。
 - ・会社などビルが使える状態であれば、帰宅しないで、滞在を優先で考える。
 - ・歩道がある、または多数の帰宅者がいる道を選びましょう。
- ②1日20kmが徒歩の限界
 - ・1時間で2km程度と考えること。
 - ・日没まで行ける距離を考えること。
 - ・公共施設、駅、ガソリンスタンド、コンビニを中間地点として定めよう。
 - ・交通手段の回復等の情報を得たら、その手段に切り替えることも考える。
- ③必要な物をそろえる。
 - ・携帯ラジオ、地図、飲料、お菓子、タオル

7. 避難

避難する必要があるとき

- ① 近所から出火して火災が広がる危険があるときや、初期消火活動の限界を感じたとき
- ② 建物が崩壊したり、倒壊の恐れがあるとき
- ③ 区・警察署・消防署などの避難勧告・指示が出たとき

避難するときは

- ① 家族や近所の人と声を掛け合って防災区民組織などの集団で避難しましょう。
- ② 健常者は必ず徒歩で避難しましょう。
- ③ 近所に寝たきりの高齢者や身体の不自由な方などが居る場合は、協力して一緒に避難しましょう。
- ④ ヘルメットや防空ずきんをかぶり、長袖、長ズボン、手袋を着用し、荷物は最小限のものを背負いましょう。
- ⑤ 身分証明カードを所持しましょう。(氏名・住所・血液型・連絡先などを明記しておきましょう)

8. 津波から身を守る

1. とにかく逃げる

大きな地震や長い揺れを感じた時は、津波の発生に対処します。直ぐに海岸から3km以上離れ、または、頑丈な高い建物の3階以上に退避します。

2. 歩いて逃げる

車で避難して渋滞となり、逃げ遅れることがあります。

3. 津波は何回もおそってくる

津波は最初の波だけで終わりません。第2波、第3波と襲ってきます。自分で終わったと判断せず、津波警報などが解除されるまで退避場所から動かないようにします。

4. 家から退避するときは身一つを覚悟する

財産の保全や持ち出しは考えずに、とにかく脱出することを最優先しましょう。

5. 津波の速力は速い

津波は海岸近くでは秒速10mにもなります。津波が見えてから逃げ始めても手遅れになります。強い揺れを感じたら、速やかに避難をしましょう。

6. 河川からはすぐに離れる

津波はものすごいスピードで河川を遡ってきます。逃げるときは河川の流れに對して直角の方向に逃げて、少しでも早く遠くに離れましょう。