

**従業員用
緊急時 ハンドブック
[防災版]**

緊急時は、
最優先で自分の命を守ること
落ち着いて行動すること

会社名

● 自分の基本情報

| | |
|--------|-----|
| 名 前 | |
| 生年月日 | 性 別 |
| 血 液 型 | R H |
| 保険証 No | |
| アレルギー | |

【家族の連絡先 1】

| | |
|-------|-----|
| 名 前 | 続 柄 |
| T E L | |
| メ - ル | |

【家族の連絡先 2】

| | |
|-------|-----|
| 名 前 | 続 柄 |
| T E L | |
| メ - ル | |

●安全の確保（屋内で地震がきた場合）

- ・机の下に入る
- ・大きな設備から離れる
- ・ドアを開けて脱出口を確保
- ・慌てて外に飛び出さない
- ・揺れが収まったら素早く消火・火の始末
- ・エレベーターの中にいる場合、近い階でおりる

●安全の確保（屋外で地震がきた場合）

- ・かばんや着衣で頭部を保護
- ・ブロック塀、門、崖、川べりなどに近寄らない
- ・安全を確認してその場にとどまる

●安全の確保（乗車中の場合）

- ・交差点を避けて、道路左側に駐車する
 - ・待機する場合は、カーラジオなどで情報収集する
 - ・避難する場合は、警察などが車両を動かせるよう、キーをつけたままドアロックをせずに車から離れる
- ※貴重品や車検証を持って離れる

● 安全の確保の後に行うこと

- ・ 仲間の安否・職場の安全を確認
- ・ 協力し合って救出、救護、消火活動を
- ・ 正しい情報で確かな行動を
- ・ 避難は必ず徒歩、最小限の荷物で
- ・ 避難前に電気・ガスの安全確認
- ・ 社外、在宅の場合は会社に安否を連絡
- ・ 山崩れ、がけ崩れ、建屋倒壊に注意
- ・ 海辺では全速力で高台や鉄骨建てビルの水没しない高さまで避難

● 帰宅の判断

基本的に発災当日は動かないことを原則とする。(地震の場合の余震、二次災害、道路大混雑等のリスク大)

- ・ 電車（および、バス）が止まったら帰宅しない。
- ・ 夜は帰宅しない。
- ・ 一人で行動しない。

最終判断は社長の判断をおおぐ。

- ・ 帰宅可能な場合は、社長の許可を得てから行動する。
- ・ 場合によっては社内（または避難施設）での宿泊をすることもあり得る。

● 事業所内で被災した場合

地震発生

自身の安全を確保

地震が収まったら避難

家族の安否確認

会社(上司)への安否報告

会社内で待機
指示に従う

●通勤・外出時に被災した場合

地震発生

自身の安全を確保

地震が収まったら避難

家族の安否確認

会社（上司）への安否報告

会社（上司）へ連絡がつく場合

上司の指示を仰ぐ

会社（上司）へ連絡がつかない場合

自分で判断する
→事後報告

※いずれにしても、安全な方法を洗濯すること

● 勤務時間外・休日に被災した場合

地震発生

自身の安全を確保

地震が収まったら避難

家族の安否確認

会社（上司）への安否報告

特段指示がなければ翌日（翌営業日）出社
※次の頁の[出社の判断]参照

● 出社の判断

以下の場合には出社せず待機し、会社と連絡をとれるようにする

- ・ 自身や家族が負傷、自宅が被災した場合
- ・ 移動手段が確保できない
- ・ 安全な移動ができない

出社する場合は、以下のことに注意し、安全優先で行動する

- ・ 無理な移動は行わないこと
- ・ テレビ・ラジオなどにより、最新の被災状況を確認
- ・ 到着までの時間を推測する
- ・ 動きやすい服装、靴、で行動する
- ・ 予測のもと水や食料を準備する
- ・ 出発前に、到着見込み時間などを上司に連絡する
- ・ 到着見込み時間を大幅に超過する場合は、上司に適宜連絡する

● 近隣医療機関

【自宅周辺】

| |
|---------|
| 医療機関名 1 |
| 場 所 |
| 連 絡 先 |

| |
|---------|
| 医療機関名 2 |
| 場 所 |
| 連 絡 先 |

【勤務先周辺】

| |
|---------|
| 医療機関名 1 |
| 場 所 |
| 連 絡 先 |

| |
|---------|
| 医療機関名 2 |
| 場 所 |
| 連 絡 先 |

● 緊急連絡・安否報告

【上長連絡先 1】

| |
|-------|
| 名 前 |
| T E L |
| メ ー ル |

【上長連絡先 2】

| |
|-------|
| 名 前 |
| T E L |
| メ ー ル |

【会社への連絡内容】

- ① 自分・家族の安否・負傷の有無
(以下、社外にいる場合のみ)
- ② 目的地と現在所在地、出社・帰社の可否
- ③ 周囲（道路・公共交通機関）の被災状況
- ④ 今後の行動予定

●緊急時の対策本部設置場所

第 1 候補名

場 所

連 絡 先

第 2 候補名

場 所

連 絡 先

第 3 候補名

場 所

連 絡 先

【メモ】

●安否情報

災害用伝言ダイヤルを活用する

- ・「171」をダイヤルする
- ・案内に沿ってメッセージを録音する

[録音すべき情報]

録音した日時 / 自分と家族の安否（ケガ・体調・環境） / 被害状況 / 居場所（避難場所・滞在先） / 連絡方法など

災害用伝言板を活用する

- ・各電話会社が提供する Web トップ画面の「災害用伝言版」を選ぶ
- ・伝えたいメッセージを登録する

[災害用伝言板の概要]

- ・携帯会社全社共通で対応。
- ・電話が混乱して繋がらない時に活用可
- ・震度 6 弱以上の地震が発生した時に開設

● 災害情報の収集

デマを信じない、デマを流さないことに注意！

メディア（テレビ・ラジオ・新聞・WEB ニュースサイトなど）

公的機関（政府 HP・気象庁 HP・国交証 HP・自治体 HP・自治体防災広報関連）

民間情報（一定の規模があり、信頼性のある企業のサイト）

※ツイッター、Facebook などの SNS の情報は、誤った情報も多分に含まれる可能性があるので慎重に判断する。

[必要な情報]

・安否情報、帰宅時支援情報、避難所情報、炊き出し情報

・ライフライン情報：ガス、電気、水道、交通機関（鉄道、道路・バス・空港）、電話

・その他：医療機関、金融機関、商業施設（大型店・チェーン店）、教育施設（学校）、ボランティアなど

● 応急処置

[止血法]

直接圧迫法

- ・出血している部分に直接清潔なガーゼや布などを当てて上からグッと圧迫する。
- ・当てた布に血がひどくにじんできてても交換しないで上から新しい布を重ねる。

高揚法

直接圧迫法で出血が止まらない場合は、出血している患部を心臓よりも高い位置に上げる。

[刺し傷]

刺さったものは絶対に抜かないこと！

- ・腕や足にクギや棒などが刺さり貫通してしまった場合は抜かないで病院へ行く。
- ・刺さった物が長く、搬送の邪魔になる場合は余分な所を切り取る。

[やけど]

とにかく冷やす！

- ・広範囲のやけどの場合、衣服を脱がさないでそのまま水をかけて冷やす。

● 避難場所情報

【自宅周辺】

【一時避難場所】

【広域避難場所】

【勤務先周辺】

【一時避難場所】

【広域避難場所】