

防災・防犯マニュアル



2025 年度版

学校法人 高知学園

高知リハビリテーション専門職大学

はじめに

このマニュアルは、学生の皆さんが安全に安心して教育・実習・学外活動さらには快適な日常生活を送れるよう、震災や火災、風水害などの災害に迅速かつ的確に対応するために、また犯罪、事件などに巻き込まれないために、学生生活における注意事項や具体的行動を定めたものです。内容をよく読んで「いざ」という時に備えましょう。

INDEX

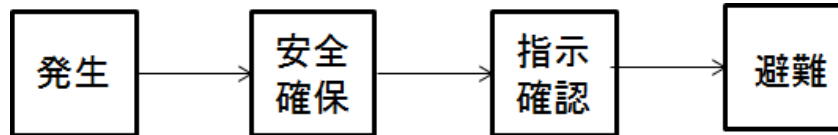
I	地震	．．．．．	1
II	火災	．．．．．	3
III	風水害	．．．．．	3
IV	犯罪	．．．．．	3
V	AEDの使用方法・設置場所	．．	5
VI	119番通報手順	．．．．．	7
VII	緊急連絡先等	．．．．．	7
VIII	施設マップ	．．．．．	8

I 地震

地震はいつどこで起こるかわからない。日常生活すべての場面において、地震が起こったときの自己の行動をイメージすることに努めること。また、避難路や避難場所は常に確認しておくこと。

地震発生時は、まず自分の身の安全を確保するよう努める。

どんな大きな地震でも、大揺れは1分程度でおさまる。揺れがおさまるまで冷静に待機すること。また、常に周囲と声をかけあって集団で行動すること。



【キャンパスにいる時】

<発生時>

①教室等にいる時

- ・あわてて外に飛び出さない。机の下などに身を伏せ、机の脚を押さえる。
- ・周辺がパニックに陥りそうな時は、「落ち着け」「机の下にもぐれ」など、大きな声をかけあう。
- ・身を隠す場所がない場合は、できるだけ転倒物や落下物の危険がない広い場所で衣服や持ち物などで頭を覆いかがみこみ、落下物から身を守る。
- ・窓ガラス付近はガラスが割れて飛散する場合があります危険な為、ブラインドやカーテンを閉め急いで窓際から離れる。
- ・ドア付近にいた場合は、ドアを開け出口を確保する。
- ・講堂にいる場合は、安全な場所に集まってしゃがみ、落下物に注意する。

②廊下、階段にいる時

- ・壁が倒れてくる可能性があるため、壁には寄らず、できるだけ教室に避難して机の下にもぐる。
- ・教室がない場合は蛍光灯などの下から離れ、衣服や持ち物などで頭を覆いかがみこむ。
- ・渡り廊下や階段を通行中の場合は、すみやかにそこから離れ、安全な場所に退避する。

③エレベーターに乗っている時

- ・最寄りの階のボタンを押して、停止した階で降りる。
- ・途中で停止した場合は、非常ボタンやインターホンで外部に救助を求める。

④屋外にいる時

- ・速やかに建物、高い壁、電線などから離れる。

<避難時>

- ・教室にいる場合は教職員の指示に従って避難する。あわてて出口に殺到しない。
- ・授業中であれば、教員を中心にひとかたまりになって、その他の場合でも声をかけあってできるだけ集団で冷静に避難する。
- ・大きな地震には余震がある可能性が高いので、大きな建物の周囲は避けて駐車場などの広い場所に避難する。
- ・落下物や機械類、棚などの転倒、地震による段差や陥没などに十分注意しながら速やかに避難する。
- ・避難は徒歩で、持ち物は最小限にとどめること。
- ・身障者や負傷者がいる場合は、手助けしながら避難する。
- ・重症等により避難できなかった人や行方不明者がいるときは、教職員にすぐ連絡する。
- ・室内では壁を伝い、廊下では中央を通る。エレベーターの使用は厳禁。必ず階段を使用する。
- ・避難場所においては、けが人等に対して医師などの応援が駆けつけるまで、できる限りの応急措置を施す。

【キャンパス以外にいるとき】

<発生時>

①路上にいる時

- ・その場に立ち止まらず、衣服や持ち物などで頭を覆いながら近くの空き地、公園や頑丈そうな建物の中へ避難し、落下物からの危険を回避する。
- ・ブロック塀や自動販売機など設置物のそば、ビルの壁際などへは近づかない。
- ・垂れ下がった電線には近づかない。
- ・崖や川べりは地盤が緩み崩れやすくなっている場合があるので近づかない。

②自宅等にいる時

- ・基本的には、教室等にいるときと同様に、あわてて外へ飛び出さず、机の下等に身をかくし揺れがおさまるのを待つ。
- ・足元の散乱物や落下物に注意して避難などの対応を行う。

<避難時>

- ・自宅が危険な状態になった場合は、近隣の避難場所（各自地域の避難場所を確認しておくこと）へ避難する。
- ・服装は活動しやすいもの、携帯品は必要なものだけにしてお後は背負うようにする。
- ・避難は徒歩で行うこと。
- ・避難にあたっては、家の電気ブレーカーを切ること。
- ・学外で被災した場合は、自己の安否について学校へ電話又はメール等により報告すること。（※Ⅶ・・・緊急連絡先参照）

Ⅱ 火災

火災が発生したら、まず、大声を出して周囲に早く知らせることにより、救援や初期消火、119 番通報等がすばやくできる。火災には一人で対処するのではなく、必ず周囲の人に助けを求めるようにすること。

また、火災時に煙の中を逃げるときは濡れたハンカチやタオルなどを口と鼻に当て、床面近くの空気を吸うよう姿勢を低くして避難する。その際、非常放送を聴き教職員の指示に従い避難すること。

【消火器の使用方法】



※自分の身の安全を優先し消火を行うこと

Ⅲ 風水害

台風は規模や襲来時間などを事前に予測することができる。正確な情報を早く知って台風通過に備え、通過中は外出しないこと。また、集中豪雨等により避難勧告が出されることもあるので、テレビ等からの情報収集は怠らないこと。

地震と同様、普段から非常用持ち出し品の準備をしておくこと。台風接近時には外出を控え、飛びやすいものは屋外には置かず戸締まりを厳重にすること。

- ・通学後、休講となった場合は、帰宅に際して強風、豪雨には十分注意し速やかに帰宅する。
- ・台風通過後も増水した河川や、がけ崩れの可能性がある急な斜面などには近づかない。

※休講等の判断は学生便覧 P18 に記載。

Ⅳ 犯罪

盗難や空き巣、ストーカーなどの事件が増えている。特に一人暮らしの学生が狙われやすい。自己責任で様々な危険を回避できるよう、日頃から防犯意識を強く持ち、駆け込み場所や交番の確認、玄関・窓の常時施錠など安全対策を怠らないこと。

また、学生証など個人情報の管理を徹底し、インターネットなどにより不用意に自分の個人情報が流出しないように注意すること。

<ひったくり>

- ・特に夜間は人通りの少ない道は避ける。自分の近所でもできるだけ明るく人通りがある道を通る。
- ・自転車のかごはカバーをつけるか、かばんの上を雑誌等でカバーする。
- ・歩く時、かばんは車道と反対側に持つ。銀行等で現金を下ろした後は特に注意する。
- ・歩きながらの携帯電話の操作や通話等は控える。
- ・被害にあったら大声をあげ、直ちに警察に通報する。

<空き巣>

- ・玄関や窓はしっかりと施錠する。
- ・ポストに郵便物や新聞がたまっていると不在であるサインになるので毎日確認すること。旅行等で長期不在となる場合は特に注意する。
- ・自転車は所定の場所に必ず施錠をして駐輪する習慣をつける。
- ・最大の防犯は隣近所の入居者同士のつながりである。いざというときお互い助け合えるよう、普段からコミュニケーションを怠らない。

V AED使用方法

1 肩を叩きながら声をかける



2 反応がなかったら、大声で助けを求め、 119番通報とAED搬送を依頼する



3 気道確保(頭部後屈あご先挙上)と 呼吸の確認



気道を確保し、「普段どおりの息」をしているかを10秒以内に確認します。

4 呼吸がなかったら、人工呼吸を2回行う



1秒かけて、胸の上がりが見える程度の量を2回吹き込む。

5 人工呼吸が終わったらすぐに胸骨圧迫



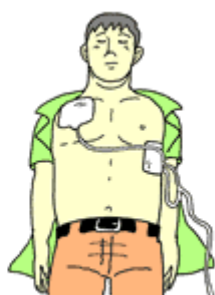
胸骨圧迫30回と人工呼吸2回を繰り返して行います。
強く、速く、絶え間なく圧迫解除は胸がしっかり戻るまで
行います。

6 AEDが到着したら



まず、電源を入れる。

7 電極パットを胸に貼る



電極パットの正しい位置(成人)

電極パットを貼る位置は電極パットに書かれた絵のとおり、また皮膚にしっかりと貼り付けます。

体が汗などで濡れていたらタオル等で拭き取ってください。

小児には、小児用パットを貼りつけます。小児用パットがなければ、やむを得ず成人用パットを代用します。

(乳児に対してはAEDは使用できません。)

8 電気ショックの必要性をAEDが判断する



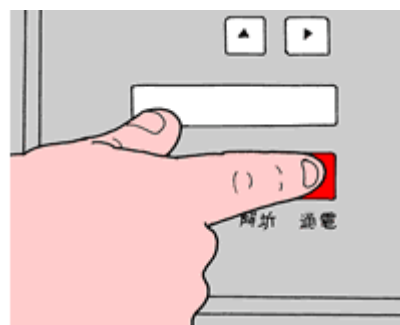
心電図解析中は誰も傷病者に触れてはいけません。

9 ショックボタンを押す



誰も傷病者に触れていないことを確認したら点滅しているショックボタンを押します。

ショックボタン



以降は、AEDの音声メッセージに従います。

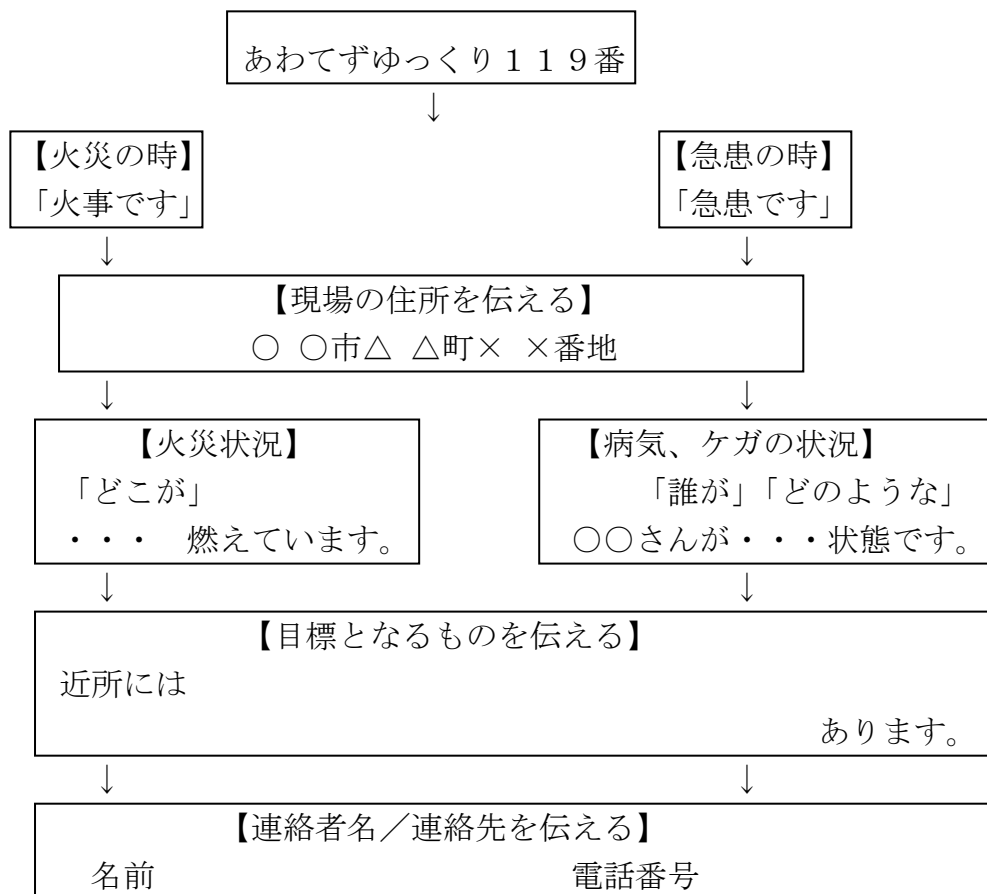
心肺蘇生とAEDの手順は、救急隊に引継ぐか、何らかの応答や目的のある仕草(例えば、嫌がるなどの体動)が出現したり、普段どおりの息が出現するまで続けます。

※学校内のAEDの設置場所 (Ⅷ 施設マップ参照)

- ・ 本館 1 階事務局前
- ・ 図書館の受付前

Ⅵ 119番通報手順

※ 落ち着いて用件をゆっくり正確に伝えましょう。



通報終了 お疲れ様でした

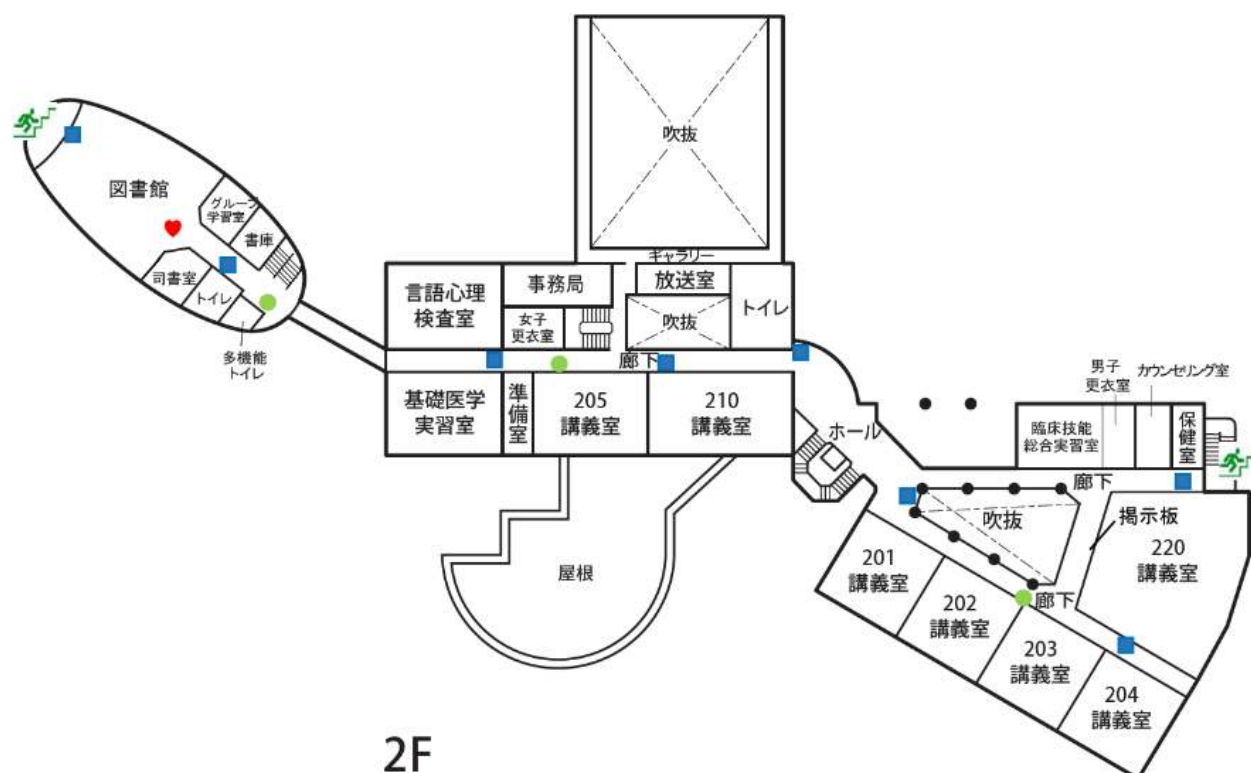
Ⅶ 緊急連絡先等

★消防署（火災・救急）	局番なし	119
★警察	局番なし	110
★災害用伝言ダイヤル	局番なし	171
★高知リハビリテーション専門職大学		
・事務局	（088）850－2311	
・メール	gakuseika@kochireha.ac.jp	
・Forms	等	

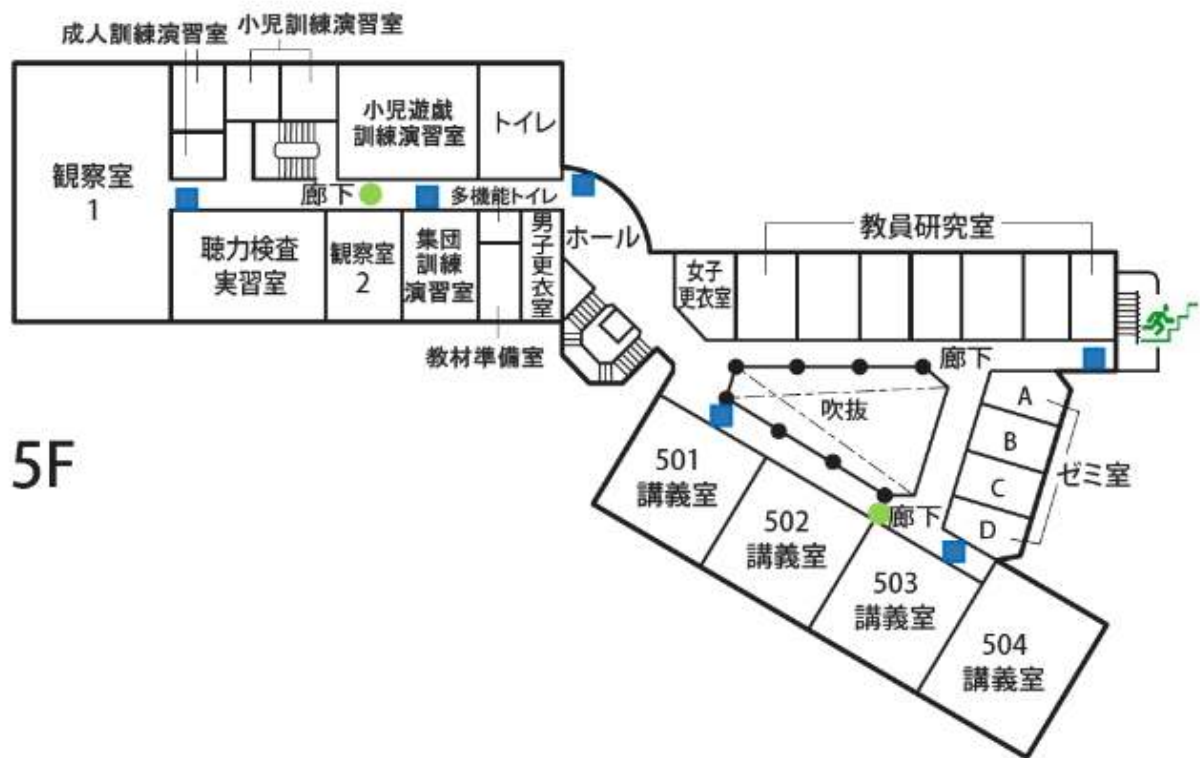
その他 高知県防災アプリ



VIII 施設マップ







5F