

保存版

防災対策マニュアル

# 企 業 防 災

## チェックリスト

会社を守る！

～ 社内一丸となって知っておくべきこと ～



製作 / 焼津商工会議所 防災検討委員会

監修 奥山良一 (防災士)



## はじめに

本書を発刊するにあたり一言ご挨拶申し上げます。

平成 23 年 3 月 11 日午後、東北仙台市の東方沖を震源とするマグニチュード 9 の大地震が発生し、日本中を震撼する未曾有の大災害が発生しました。あれから 4 年以上が経過し、未だ現地では震災の爪痕が消えていないにも関わらず、当時と比べて現地を報じる報道が減りつつある中で、私たちの記憶もこれに比例し薄れつつあるのではないのでしょうか。

私たちの町焼津は、15 km 余の沿岸部を持っていることから、大震災前の防災対策とは異なり、“津波を中心とした防災対策が将来の街づくりの基本である”ことを当会議所におきましても最重要課題と認識し、24 年度重点事業の一つとして当時の会頭である榎田堯氏の命により、6 月に「防災対策研究委員会」を設立しました。

会員企業・事業所からの最優先の要望であった津波対策を含めた防災対策の検討・協議をして、その結果を市行政に要請することが、委員会設立の趣旨でありました。委員会運営のため防災対策に関連性の高い、建設・運輸・IT 企業など各分野の企業・事業所から総勢 11 名の方に委員としてご尽力頂きました。

その後「防災対策研究委員会」は津波対策などを主眼にインフラ整備要請の提言をして一つの役割を終えたものの、防災に対する部会や会員企業の意識はやはり根強く、26 年 4 月からは「防災検討委員会」がその思いを引き継ぎ設立。同年 6 月には前会頭の赤阪全七氏が、焼津市で設立した「津波対策あんしん基金」への募金協力を推進することの決議文を発表するなど、商工会議所の津波対策への取組み姿勢を内外に示しました。

また、同じく 6 月には第 1 回「防災検討委員会」を開催し、以来、会員企業・事業所の支援を目的に、防災意識の定着化など各企業・各事業所が自発的に防災意識を持てるような仕組みをテーマに取り組んでまいりました。

防災の基本は、あくまで「自助」です。自分の命は自分で守り、自分を守ることで家族や友人を助けることができます。本書の、“自分”を“自分の企業”に置き換えて参考にしていただければ、企業・事業所、そしてそこに働く人の防災の在り方が見えてくると思います。

“まれにしか遭遇しない災害をいかに具体的に自分自身でイメージできるか”“地震が発生し揺れた瞬間にどう構えるか”“被災直後から 7 日間をどう乗り切るか”といった心構えや具体的な方策について、防災検討委員会において時間をかけ議論を重ねた結果と、防災に向けた各委員の想いが本書には込められています。

未曾有の被害をもたらした東日本大震災を忘れることなく、また今後の防災の在り方を検討し続けていくためにも、皆様のご協力の下、2 つの委員会にて検討してきた事が本書として形になり、これが今後の防災体制の一助になれば、編集に携わった者として幸いです。

最後に、本書作成に際し防災アドバイザー奥山事務所、奥山良一氏の多大なるご指導を受けましたことを厚く御礼申し上げます。

平成 27 年 9 月 吉日

焼津商工会議所防災対策委員会 委員長 北村 幸男





## 中央行政から中小企業に対して新たに求められる施策の概要

# 「小規模企業振興基本法【小規模基本法】」の概要

## 1. 背景

- (1) 小規模企業は、人口減少・高齢化・海外との競争の激化等、我が国経済の構造的変化に直面。他方、日本全国に景気的好循環を浸透させ、地方に強靱で自立的な経済を構築するためにも、雇用を支え、新たな需要にきめ細かく対応できる小規模事業者の役割が重要。
- (2) 平成25年に改正した中小企業基本法では、「小規模企業に対する中小企業施策の方針」を位置づけたが、今回はこれをさらに一歩すすめるため、小規模企業を中心に据えた新たな施策の体系を構築すべく基本法を策定することが必要。

## 2. 法律の概要

- 小規模企業の振興の基本原則として、小企業者(概ね従業員5人以下)を含む小規模企業について、中小企業基本法の基本理念である「成長発展」のみならず、技術やノウハウの向上、安定的な雇用の維持等を含む「事業の持続的発展」を位置づける。
- 小規模企業施策について5年間の基本計画を定め、政策の継続性・一貫性を担保する仕組みを作る。具体的には、小規模企業者による①需要に応じたビジネスモデルの再構築、②多様で新たな人材の活用による事業の展開・創出、③地域のブランド化・にぎわいの創出等を推進すべく、これらに応じた基本的施策を講じる。

## 3. 措置事項の概要

- (1) 基本原則
  - ① 小規模企業の活力発揮の必要性が増大していることから、小企業者を含む小規模企業について、事業の持続的な発展を図ること【第3条】
  - ② 小企業者の円滑かつ着実な事業の運営を適切に支援すること【第4条】
- (2) 各主体の責務
  - 国・地方公共団体・支援機関等関係者相互の連携及び協力【第9条】等
- (3) 基本計画：
  - 小規模企業施策の体系を示す基本計画(5年)を策定し、国会に報告【第13条】
- (4) 基本的施策
  - ① 多様な需要に応じた商品・サービスの販路拡大、新事業展開の促進【第14条、第15条】
    - (国内外での販路開拓支援(IT活用支援等)、経営戦略策定支援等)
  - ② 経営資源の有効な活用及び個人の能力の発揮の促進【第16条、第17条】
    - (事業承継・創業・第二創業支援、女性や青年等の人材マッチング強化等)
  - ③ 地域経済の活性化に資する事業の推進【第18条、第19条】
    - (地域の多様な関係者との連携の促進、地域需要対応型事業の推進等)
  - ④ 適切な支援体制の整備【第20条、第21条】
    - (各支援機関の役割の明確化・連携の強化、手続きの簡素化等)

## ＜小規模企業の役割・課題・対応策＞

小規模企業の役割	課題	小規模企業がとるべき対応策
①顧客のニーズに応じた財・サービスの提供	需要の変化・減少	顔の見える信頼関係をより積極的に活用した、潜在的な需要を掘り起こすためのビジネスモデルの再構築
②雇用の維持・創出	経営層の高齢化 雇用者数の減少	多様な人材・新たな人材の活用による事業の展開・創出
③地域経済社会の担い手	地域全体の活力の低下	地域のブランド化・にぎわいの創出

# 「商工会及び商工会議所による小規模事業者の支援に関する法律の一部を改正する法律 【小規模支援法】」の概要

## 1. 背景

- (1) 人口減少等の我が国経済社会の構造的変化により地域の活力が減退し、地域経済を支える小規模事業者は需要の低下、売上の減少に直面。
- (2) 小規模事業者がその地域で経営を持続的に行うためのビジネスモデルの再構築を全面的にサポートする体制を整備することが喫緊の課題。

## 2. 法案の概要

- (1) これまで小規模事業者の記帳や税務の指導を行ってきた商工会・商工会議所が、地域の小規模事業者の課題を自らの課題として捉え、小規模事業者による事業計画の策定を支援し、その着実なフォローアップを行う「伴走型」の支援を行う体制を、中小機構の知見も活用しながら整備。
- (2) 小規模事業者の活性化と地域の活力向上は表裏一体。市区町村や地域の金融機関、他の公的機関、大企業・中規模企業等との連携の強化、地域産品の展示会の開催等、地域活性化にもつながる面的な支援を通じ、小規模事業者の活動を徹底的に支援。
- (3) 以上の取組を通じ、地域ぐるみで小規模事業者を支援する体制を全国各地に構築。

## 3. 措置事項の概要

### (1) 伴走型の事業計画策定・実施支援のための体制整備

一 需要開拓や経営承継等の小規模事業者の課題に対し、事業計画の策定や着実な実施等を事業者に寄り添って支援する体制や能力を整えた商工会・商工会議所の支援計画（「経営発達支援計画」）を国が認定・公表【第5条】。

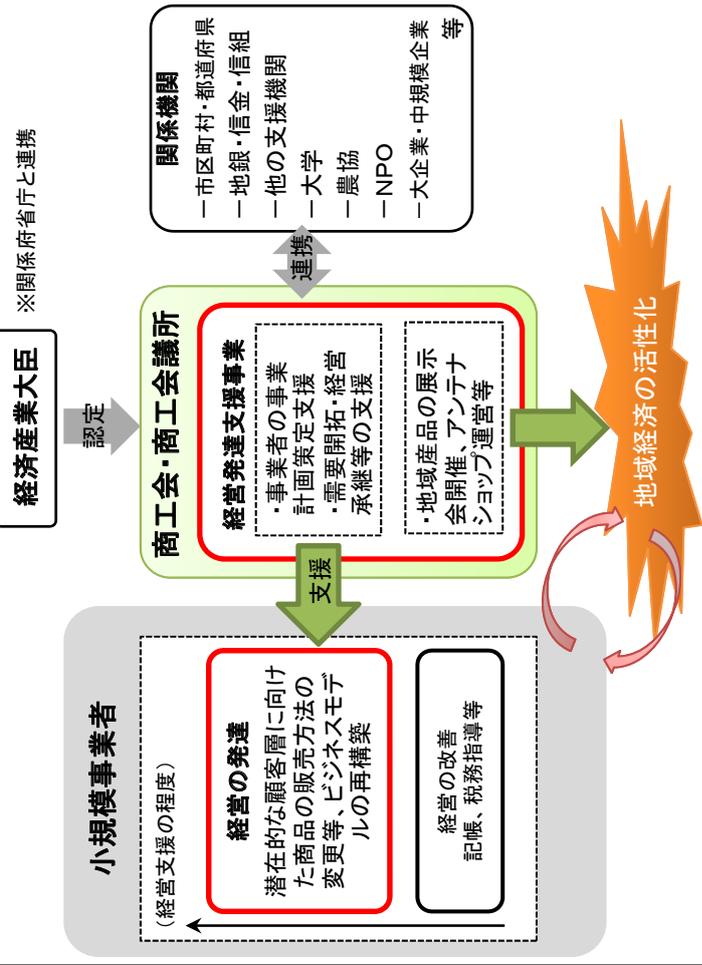
### (2) 商工会・商工会議所を中核とした連携の促進

一 計画認定を受けた商工会・商工会議所は、市区町村や地域の金融機関、他の公的機関等と連携し、地域の小規模事業者を支援【第5条第3項】。連携主体が一般社団法人・一般財団法人（地域振興公社など）またはNPOの場合は、中小企業者とみなして中小企業信用保険法を適用する【第20条】。

### (3) 中小機構の業務追加

一 計画認定を受けた商工会・商工会議所に対して、中小機構が、先進事例や高度な経営支援のノウハウの情報提供等を実施【第21条】。

## 【地域ぐるみで小規模事業者を面的に支援する体制の構築】



# はじめに

## 地区防災計画とは

従来、防災計画としては国レベルの総合的かつ長期的な計画である防災基本計画と、地方レベルの都道府県及び市町村の地域防災計画を定め、それぞれのレベルで防災活動を実施してきました。

しかし、東日本大震災において、自助、共助及び公助がうまくかみあわないうまく災害対策がうまく働かないことが強く認識されました。

その教訓を踏まえて、平成25年の災害対策基本法では、自助及び共助に関する規定が追加されました。その際、**地域コミュニティにおける共助による防災活動の推進の観点から、市町村内の一定の地区の居住者及び事業者(地区居住者等)が行う自発的な防災活動に関する「地区防災計画制度」が新たに創設**されました(平成26年4月1日施行)。

## ガイドラインの内容

本ガイドラインは、災害対策基本法に基づき、地区居住者等が、地区防災計画を実際に作成したり、計画提案を行ったりする際に活用できるように、**制度の背景、計画の基本的な考え方、計画の内容、計画提案の手続、計画の実践と検証等について説明**しています。

## 防災計画一 計画的防災対策の整備・推進

- ・ 中央防災会議 : 防災基本計画
- ・ 指定行政機関・指定公共機関 : 防災業務計画
- ・ 都道府県・市町村防災会議 : 地域防災計画
- ・ **市町村の居住者・事業者 : 地区防災計画**

## 国土強靱化基本計画について

- 国土強靱化基本法第10条に基づく計画で、国土強靱化に係る国の他の計画等の指針となるもの（アンブレラ計画）
- 脆弱性評価結果を踏まえた、施策分野ごと及びプログラムごとの推進方針を定める

## ●国土強靱化の基本的考え方（第1章）〔基本的な方針等〕

### 〔理念〕

#### ○国土強靱化の基本目標

- ①人命の保護
- ②国家・社会の重要な機能が致命的な障害を受けず維持される
- ③国民の財産及び公共施設に係る被害の最小化
- ④迅速な復旧復興

#### ○災害時でも機能不全に陥らない経済社会システム〔特に配慮すべき事項〕 を平時から確保し、国の経済成長の一翼を担う

- 依然として進展する東京一極集中からの脱却、「自律・分散・協調」型の国土の形成
- 施策の重点化、ハード対策とソフト対策の適切な組み合わせ
- 既存社会資本の有効活用等による費用の縮減
- PPP/PFIによる民間資金の積極的な活用
- PDCAサイクルの繰り返しによるマネジメント 等
- オリンピック・パラリンピックに向けた対策 等

## ●脆弱性評価（第2章） 略

## ●国土強靱化の推進方針（第3章） ～施策分野ごとの推進方針～

### 【行政機能／警察・消防等分野】

- ・政府全体の業務継続計画を踏まえた対策の推進 等

### 【住宅・都市分野】

- ・密集市街地の火災対策、住宅・学校等の耐震化、建築物の長周期地震動対策 等

### 【保健医療・福祉分野】

- ・資機材、人材を含む医療資源の適切な配分を通じた広域的な連携体制の構築 等

### 【エネルギー分野】

- ・エネルギー供給設備の災害対応力、地域間の相互融通能力の強化 等

### 【金融分野】

- ・金融システムのバックアップ機能の確保、金融機関横断的な合同訓練の実施 等

### 【情報通信分野】

- ・情報通信システムの長期電力供給停止等に対する対策の早期実施 等

### 【産業構造分野】

- ・企業連携型BCP/BCMの構築促進 等

### 【交通・物流分野】

- ・交通・物流施設の耐災害性の向上 等

### 【農林水産分野】

- ・農林水産業に係る生産基盤等のハード対策や流通・加工段階のBCP/BCM構築等ソフト対策の実施 等

### 【国土保全分野】

- ・防災施設の整備等のハード対策と警戒避難体制の整備等のソフト対策を組み合わせた総合的な対策 等

### 【環境分野】

- ・災害廃棄物の迅速かつ適正な処理を可能とする廃棄物処理システムの構築 等

### 【土地利用（国土利用）分野】

- ・多重性・代替性を高めるための日本海側と太平洋側の連携 等

### 【リスクコミュニケーション分野】

- ・国や自治体、国民や事業者等の自発的取組促進のための双方向コミュニケーション、教育、訓練 等

### 【老朽化対策分野】

- ・長寿命化計画に基づく、メンテナンスサイクルの構築 等

### 【研究開発分野】

- ・自然災害・老朽化対策に資する優れた技術の研究開発、普及、活用促進 等

## ●計画の推進と不断の見直し（第4章）

- 今後、国土強靱化に係る国の他の計画について必要な見直しを行いながら計画を推進
- 概ね5年ごとに計画内容の見直し、それ以前においても必要に応じて所要の変更
- 起きてはならない最悪の事態を回避するプログラムの推進計画（※）を毎年度の国土強靱化アクションプランとして推進本部が策定。これにより施策やプログラムの進捗管理及び重要業績指標等による定量的評価を実施。  
（※）プログラムごとの推進方針（略）に重要業績指標（KPI）を加えて作成
- 重点化すべき15プログラムを重点的に推進

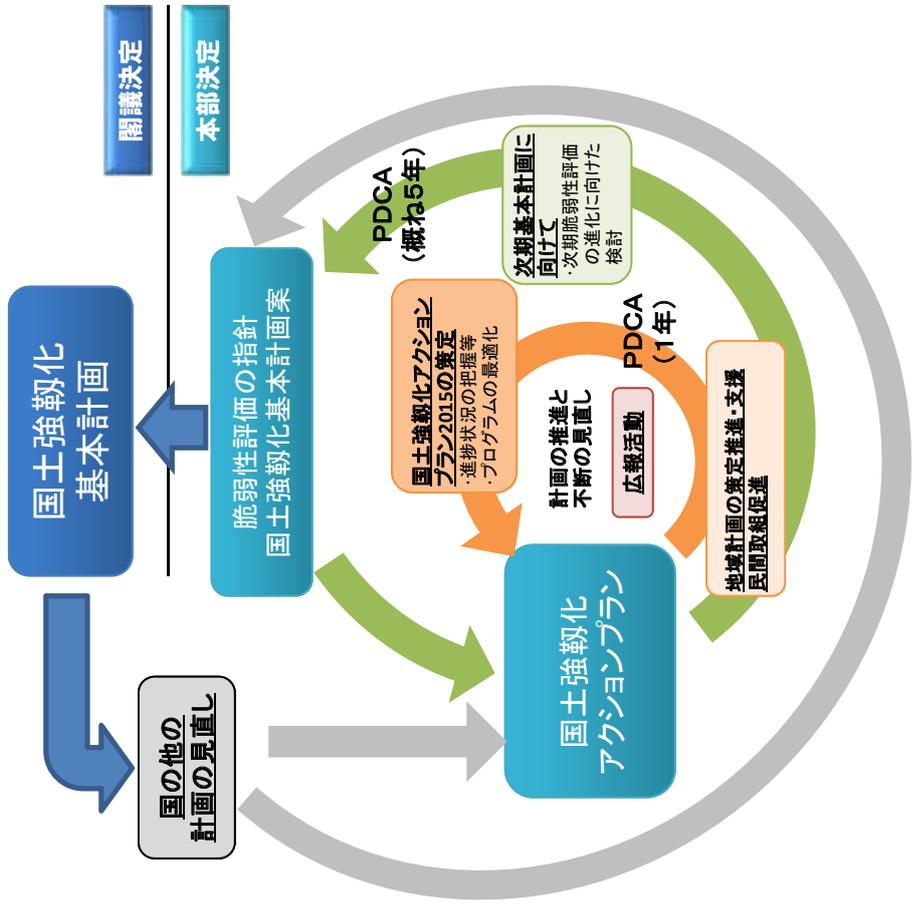
# 国土強靱化アクションプラン2015の概要

平成27年6月16日  
国土強靱化推進本部決定

## 国土強靱化基本計画

- ・法定計画、閣議決定、概ね5年ごとに見直し
- ・国の計画等の見直し、施策の推進に反映
- ・施策分野ごと及び最悪の事態を回避するプログラムごとの推進方針を記載

## 国土強靱化のPDCAサイクル



## 国土強靱化アクションプラン

- ・国土強靱化推進本部決定、毎年度策定
- ・プログラムの進捗管理、毎年度の施策の検討に活用
- ・最悪の事態を回避するプログラムごとの推進計画(推進方針及びKPI目標値)及び主要施策を記載

## 国土強靱化アクションプラン2015

### 進捗管理の徹底

- ①重要業績指標(KPI)の充実
  - ・指標の見直し(災害の発生・対応を踏まえた追加、プログラムにより適した内容の指標へ変更、指標の目標を平成26年度に達成見込みで新指標へ差し替え)
  - ・現状値の迅速な把握(調査作業の前倒し、速報値の算出等により、新たに現状値を迅速に把握)
  - ・平成30年度目標値の明示(新たに参考値として平成30年度値を公表)
- ②統合進捗指数(IP)の試行的導入
  - ・プログラムごとに、当該プログラムごとに含まれる全ての個別指標の現状の達成度と計画期間内の進捗率を同等に評価
  - ・プログラム全体の進捗状況の把握、プログラム間の進捗の比較に活用

### プログラムの充実・改善

- ・アクションプラン2014の進捗状況等を踏まえ、各プログラムの推進計画を見直し
- ・最近の大規模災害を踏まえた取組の充実等によりプログラムを最適化
- ・地域活性化との連携、民間による取組及び地域計画の策定・支援の促進により実効性を確保
- ・重点化プログラムに係る工程表の作成により施策を可視化

## 静岡県から企業に求める防災対策の概要

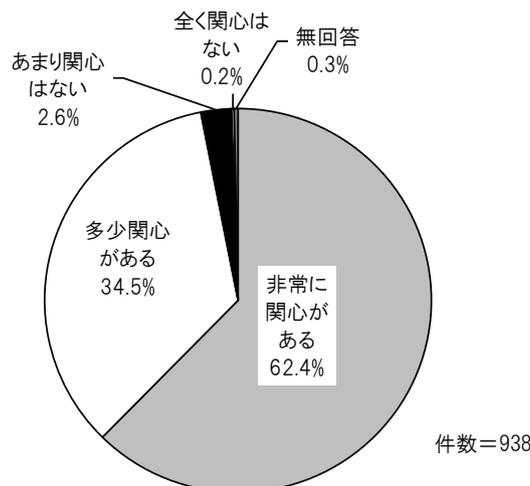
# 平成26年度 東海地震 企業防災実態調査結果の概要

## あなたが勤務する事業所の防災対策は十分ですか？

いつきてもおかしくない地震に対処するためには、日頃からの地震防災対策への取組みが必要不可欠です。

是非、事業所個々の対策を早急に確立し、その上で地域の自主防災組織などと連携しながら「地域ぐるみの地震防災対策の確立」を目指しましょう。

<東海地震についての関心度>



このリーフレットは、平成26年8月に県内の民間事業所 2,000 社を対象に実施した「東海地震についての企業防災実態調査」結果の主要項目をまとめたものです。

- 調査区域 静岡県下全域
  - 調査対象 平成 24 年経済センサスー活動調査事業所名簿から抽出した建設業、製造業、情報通信業、運輸業、卸売業、小売業、金融業、保険業、不動産業、学術研究、専門・サービス業、宿泊業、飲食サービス業、生活関連サービス業、娯楽業、教育学習支援業、医療、福祉、複合サービス事業、サービス業（他に分類されない）の事業所 2,000 社
  - 回収率 46.9%
  - 調査方法 郵送調査法
  - 調査期間 平成 26 年 8 月 13 日～9 月 10 日
  - 調査実施機関 (株)東京商工リサーチ静岡支店
- ・この中の数字は、回答に御協力くださった事業所938 社を 100%として集計した比率です。設問によっては設問対象となる事業所数が異なる場合があります。
  - ・集計の都合上、四捨五入していますので、合計が100%にならない場合があります。
  - ・複数回答の場合は、合計が 100%を超えることがあります。
  - ・「無回答」は設問事項について回答がなかったものをさします。

静岡県危機管理部危機情報課

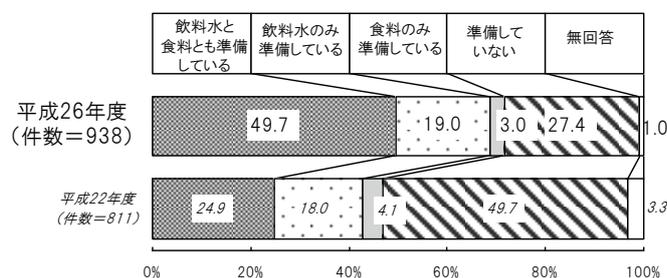
電話 054-221-3694

●危機管理部危機情報課メールアドレス boujou@pref.shizuoka.lg.jp

●危機管理部ホームページアドレス <http://www.pref.shizuoka.jp/bousai/>

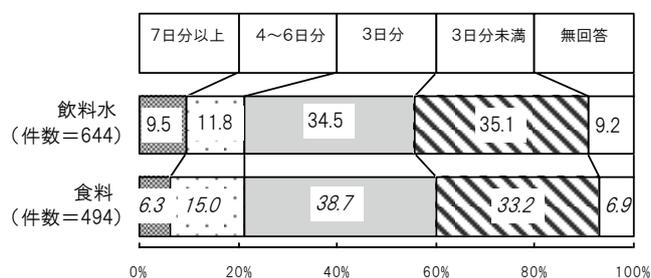
## 飲料水・食料の備蓄

Q あなたの事業所では、緊急時に備えて非常用の飲料水や食料を準備していますか。



飲料水と食料をともに準備している事業所が49.7%あり、飲料水のみ準備している事業所は19.0%、食料のみ準備している事業所は3.0%でした。

Q 備蓄量はどのくらいを見込んでいますか。



飲料水は「3日分未満」と回答した事業所が35.1%、食料は「3日分未満」と回答した事業所が33.2%でした。

**備蓄量は、飲料水・食料ともに発災後数日間（事業所が策定していなければ7日程度）従業員を事業所内に留めておけるよう準備をしましょう。**また、賞味期限等にも配慮する必要があります。もう一度、備蓄量を確認してください。

# 安全確保は事業継続の

### 周辺への被害を防止する

- 〈例〉**①火気使用設備器具**   **①危険物の発火・流出防止**  
**①消火器等の消防設備**   **①倒壊・落下防止**

施設設備の整備・点検を定期的に行い、周辺への被害を防ぎましょう。

### 防災用品を備えておく

広大な被害範囲が予想される南海トラフ巨大地震では、近隣県からの支援はすぐには望めません。帰宅困難に陥った顧客や従業員のために、水と食糧の備蓄が不可欠です。

### 防災訓練・防災教育への取り組み

巨大地震が発生した時、防災計画に定められた役割をきちんと果たすことができますか。防災訓練を重ね、自分が取べき行動を体で覚えておきましょう。また、地震の直後は社会的に大混乱します。緊急車両が優先されるため、混乱に拍車をかけないように従業員を事業所内に留めておくことが大切です。

《防災訓練の事前に決めておくこと》

- 訓練のテーマ
- 目的
- スケジュール
- 準備するもの

《防災教育で知っておきたいこと》

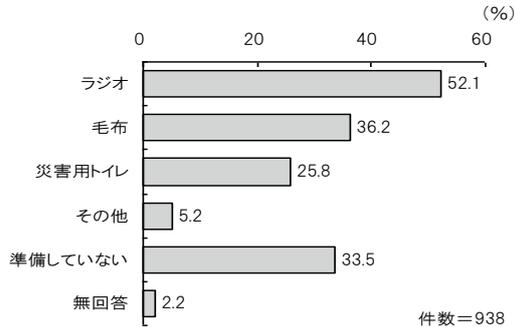
- 避難先・避難路の周知
- 消防機材等の設置場所周知
- 消火器具の取り扱い講習
- 救助・救護の講習

非常食といえば缶詰。最近は、味にこだわった製品が増えています。「災害時こそきちんと食事をして健康を維持する」そんな考え方が、味気なかった非常食を変え始めています。(写真はパンの缶詰)



## 緊急時への備え

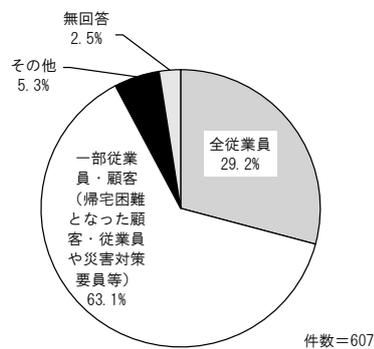
Q 緊急時に備えて従業員や顧客のために、下記のものを準備していますか。



「ラジオ」を回答した事業所が、52.1%と5割を超える結果となりました。

「準備していない」事業所は、33.5%でした。

Q 準備している対象は誰ですか。



準備をしている事業所の準備対象は、

「一部従業員・顧客（帰宅困難となった顧客・従業員や災害対策要員等）」が63.1%と、6割を超える結果となりました。

## 「原点」です。

災害時の組織体制を確立し、  
行動計画を策定する

- 災害時の役割分担と責任者を決め、権限やその範囲を明確化する。
- 平常時・発生時・発生直後・復旧時の行動計画を決めておく。

転倒・落下防止対策を行う

- 〈例〉
- ❶ 避難経路をふさがない位置に機器等を配置する
  - ❷ 工作機械や事務用品を転倒・落下防止器具で固定する
  - ❸ 窓ガラスに飛散防止フィルムを貼る



安否確認方法を決める

- 〈例〉
- ❶ 災害用伝言サービス 171
  - ❷ 災害用伝言板 web171
  - ❸ 携帯電話一斉メール配信
  - ❹ 衛星電話

通話規制によって電話がつながりにくくなるため、複数の通信手段を用意しておく必要があります。

建物の耐震性を高める

- 〈例〉
- ❶ 壁に筋交いを入れ補強する
  - ❷ 建物を免震化する
  - ❸ 強度不足の箇所を補強する

トイレの行列に耐えられないから水分を控えて我慢する。  
過去の震災では、そんな無理をして体調を崩す人もいました。  
災害時に困らないために簡易トイレを備えておきましょう。



# 地域との連携強化で、災害に

企業は「防災協働社会」の一員です！

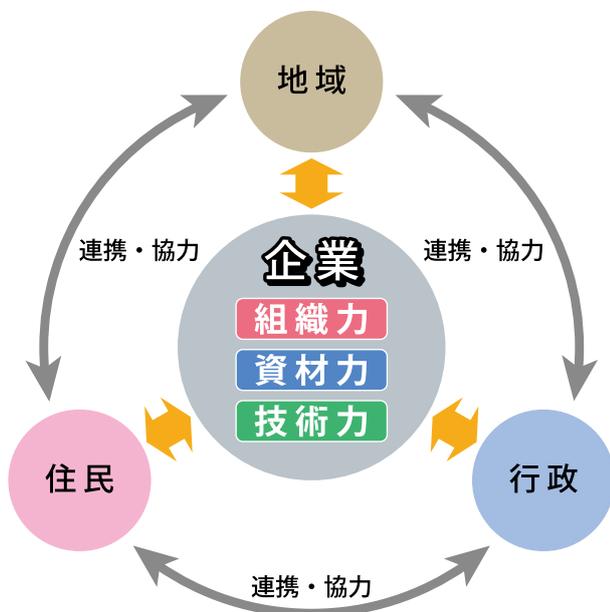


過去の災害教訓から、大規模な災害が発生した直後は、消防・警察・自衛隊などの行政による救助活動だけでは対応できません。住民や企業における「自助」「共助」の取り組みが極めて重要です。「防災協働社会」を構築するため、企業は社会の一員として、住民、地域、行政と連携・協力しながら、その担うべき役割(自助・共助)を果たし、社会としての防災力を高めることが求められています。

## 企業の力を活かして地域貢献！ 防災協働社会をつくりましょう。

「防災協働社会」とは、住民、企業、地域や行政が、「自助」「共助」「公助」の連携の下、社会全体で「減災」に取り組むことを言います。

### 防災協働社会での企業の役割



## 組織力を活かす

災害時に、企業の多彩な従業員マンパワーを、地域に向けて組織的に運用・提供し、地域を守る。

＜組織力の例＞

- 救助活動 ● 負傷者の搬送 ● 消火活動
- 物資の輸送 ● 避難所の支援 ● 炊き出し
- がれきの除去 ● 清掃



＜事例＞

### 災害活動応援協定

豊田合成株式会社 自動車用部品製造業／森町

特別養護老人ホームが被災した場合、従業員が駆けつけて救助・消火活動をする協定を締結。所有の消防車や防災資機材での訓練により、自社及び施設の消防活動(後方支援)の体制を構築。

### 災害時の地域の救難拠点

静岡県石油業協同組合及び静岡県石油商業組合

「大規模災害時協力ガソリンスタンド登録制度」に登録している店舗は、災害時に防災用品の貸し出し、緊急車両への燃料供給、周辺住民の安否情報の掲示、一時的な緊急物資の保管等の支援を行なう。

## 防災トピックス

乾電池は捨てないで！ 暗くなってしまった懐中電灯の乾電池。でも、わずかな電力で聞ける「ラジオの電源」としてならまだ使えます。電池のサイズがちがっても、電池スペーサーがあれば大丈夫。乾電池と電池スペーサー、セットで備えておきましょう。

# 強い街を目指しましょう！

## 地域組織との連携

地域との連携・協力の第一歩は日頃の付き合いです。祭りや清掃活動に参加して交流を深めることが大切です。防災訓練に取り組んだり消防団に加入するなど、地域の防災活動も積極的に行ないましょう。



## 企業同士の連携

企業が相互に協力・連携すれば、避難場所(避難地や避難所)確保・共同備蓄など広範囲で充実した防災対策ができます。多くの人手が必要となる応急活動や復旧活動には、取引先協定などで万全の備えをします。



## 資材力を活かす

日常の業務で使用している機材や資材、商品などを救助活動や救援物資、避難などに役立てる。

《資材力の例》

- 【救助活動】フォークリフト・重機・担架
- 【消火活動】ポンプ・貯水槽・バケツ
- 【運搬作業】トラック・バス・台車
- 【場所提供】一時避難場所・仮設トイレ設置場所
- 【物資提供】食料や水・医薬品・防寒用品



《事例》

### 自社の専門性を活かした物資の提供

株式会社もちひこ テントハウス製造業／静岡市

清水区由比地区連合自治会と協定を締結。災害時には、自社製品の大型仮設テントや防災テントを提供する。さらに自社で備蓄している飲料や毛布、簡易トイレなども支援物資とする予定。

### 地域密着を目指す取り組み

株式会社ミダック 廃棄物処理業／浜松市

自社内の井戸水や備蓄食糧及び資材を、地域住民の復興活動に提供。近隣の自主防災会等と「顔の見える関係」づくりとして、事業所を会場とした祭りなどの交流を運営。

## 技術力を活かす

企業が日常の業務で培った知識や技術を、災害時の対応に役立てる。

《技術力の例》

- 建築・土木技術者の派遣、重機等操作員の派遣
- 医師・看護師等、医療技術者の派遣
- 災害情報の収集
- 救援物資の緊急輸送体制への協力



《事例》

### 公共土木施設の早期復旧のための災害協定の締結

建設業関連団体

大規模災害等の公共土木施設の早期復旧のため、静岡県と応急業務に関する協定を締結。国の災害査定促進、国庫補助事業(国 2/3 負担)で早期復旧を目指す。

### 県指定防災機関としての取り組み

静岡県トラック協会

県指定防災機関として、大規模広域災害を想定した防災体制の確立や緊急輸送体制の強化を目的に、実践的な緊急輸送訓練を実施。また、災害救援物資の輸送に係る「緊急輸送出動指定事業所」の整備に取り組む。

**ラップを賢く使いましょ！** 地震により断水してしまうと、食器などを洗うことができません。食事をする時、お皿にラップを敷けば、汚れずに洗う手間も省けます。さらに、包帯の防水カバーや三角巾の代用など、ラップの使い道はいろいろあります。

## 事業所用防災の取組みポイント

## 影響度合いのマトリックス図

		影響期間		
影響範囲		～1週間	～1ヵ月	1ヵ月～
地区限定	自助			
	共助			
	公助			
地域限定	自助			
	共助			
		公助		
広域	自助			
	共助			
			公助	

自助とは、自ら(家族も含む)の命は自らが守ること、または備えること

共助とは、近隣が互いに助け合って地域を守ること、または備えること

公助とは、市町村をはじめ警察・消防・ライフラインを支える各社による応急・復旧対策活動

### 凡例

地震	～5強	～6強	7
津波	～50cm	～2m	2m～

避難場所	自宅	避難所	疎開先
------	----	-----	-----

求められる物	インフラ	衣食住	医職住
		お互い様家 (おたがいさまや)	
		通院ツアー 巡回病院	
		事業継続	

## 中小企業の規模別アプローチ

アプローチ 内容	防 災		企業 存続		事業 継続	
	人命 安全 確保	物損 対策	危機 対応	利益 創出	事前 対応	事後 対応
企業規模 中小企業	小規模企業 (20名未満)	○	△	△	○	△
	中規模企業 (50名未満)	○	△	△	○	△
	大規模企業 (50名以上)	○	○	○	○	○

△ 余力があれば対応する

## 防災に対する取り組みの費用対効果の考え方

取り組み内容	費用	効果	備考	取組み優先順位
人命の安全確保	中	大	100円均一商品の利用や知恵を使うと安くなる	第1位
防災訓練	小	大	人と時間はかかるが費用はあまりかからない	第2位
備蓄	中	中	被害が大きく影響が続く場合は効果が大きい	第3位
防災対策 (耐震等物損対策)	大	中	費用をかけた割にあまり効果は期待できない	第4位

## 防災訓練実施の薦め

# 防災訓練

## 訓練の目的

社員が安心・安全に暮らすため、その生命、身体及び財産を災害から守る防災対策は、企業経営上最も重要な施策の一つです。

ひとたび大規模な災害が発生したときには、被害の拡大を防ぐため、国や県、市は全力で対応しますが、防災関係機関の対応(公助)だけでは限界があります。早期に実効性のある対策をとることが難しい場合や行政自身も被害を受けていることが考えられるため、社員一人ひとりが、自分の身を自分の努力によって守る(自助)とともに、普段から顔を合わせている企業や近隣住民が集まって、互いに協力し合いながら、防災活動に組織的に取り組むこと(共助)が必要です。そして、「自助」「共助」「公助」が有機的に防災組織の運営については、企業の自発的な活動であるため、訓練においても自発的な計画・活動が必要であり、地区の実情に即した訓練を実施し、

### 企業の防災力の向上を

図ることで、いざというときに備えます。



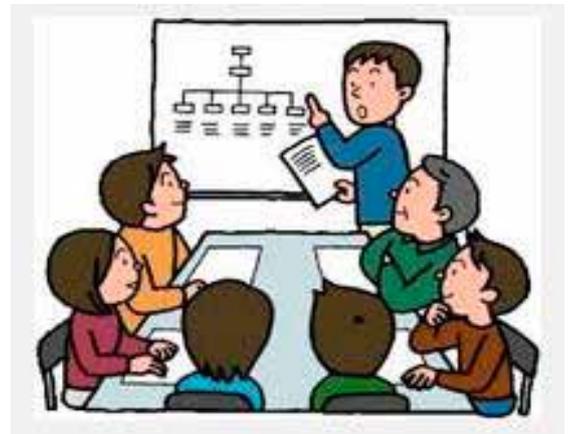
## 企業防災力の向上

災害・防災の正しい知識を習得することから始まり、地域の危険箇所等、社員の皆様が住んでいる場所について把握し、災害時に対応・行動できるように、各種訓練を行います。

訓練を行う上で、どういった方針で訓練を進めるのかを役員会等でよく話し合い、明確にする必要があります。いきなり訓練を実施するのではなく、事前に以下のような項目について準備をしておくこと、より効果的な訓練が実施できます。

### 企業防災力の向上

- ① 地域を知る
- ② 災害を知る
- ③ 技術の習得
- ④ 人命が第1優先



## 地域を知る

会社が存在している地域を知っておくことは、防災活動上大切なことです。防災の視点で地域を見たり、地域防災地図の作成や見直しを行い、皆さんの住んでいる生活空間を防災の視点から点検を行い、がけ地や看板、ガラスの落下など危険と思われる場所、集会所、コンビニエンスストア、病院など災害発生時に役立つ施設、公園や避難場所がどこにあるか、といったことなどを把握します。災害時には、あらかじめ決めておいた避難経路に問題が生じることもあります。避難経路や避難場所は複数用意しておき、その状況を適切に判断して、もっとも安全な選択をします。



## 災害を知る

地震・津波・風水害その他の災害に関して、発生メカニズム等についての知識を習得し、災害と被害の関係について知り、さらには、過去の災害事例についても知り、問題点を検討するきっかけをつくります。

本防災チェックリストの「災害事象別フロー」をご参照ください。



## 防災カードの使い方

【行動パターンカード】 22ページ～33ページ

【想定シーンカード】 36ページ～41ページ

ご利用の皆様へ

この度は、本チェックリストをご覧いただき有難うございます。

以下の【行動パターンカード】、【想定シーンカード】は、皆様の防災に関する知識の向上の一助となることを目的に作成しました。

このカードに記載されている内容は、一つのヒントとして記載されております。表面に行動パターン、想定場面が記載してあり、裏面には表面の対応策等が記載されております。カードを線に沿って切り取っていただくとお使いいただけます。

実際の場面や場所によっては、カードの状況と異なることもありますので、ご利用される皆様方で良く学習されて違いを整理し直すことをお勧め致します。

いずれにしても皆様方の防災に取り組む際の参考資料としてご利用いただければ幸いです。

## 行動パターンカード・想定シーンカードの使い方

### 1. A4サイズのままコピーして使用する場合

#### ◆ 準備

- ・ イラスト面・ヒント集をコピーする
- ・ イラスト面とヒント集の印刷面を表にして(裏を背合わせにする)  
1ページ毎にラミネータに封入する  
(なければクリアファイルに入れる)

#### ◆ 使い方

- ・ 社員に集まってもらう
- ・ 最初に災害の状況を伝える(ex.東海地震発生震度7、津波3分後 10m)
- ・ イラスト面を皆さんに見て頂きNo1から順番にイラスト面を読み上げる
- ・ 社員の方から考えを述べて頂きある程度発言が終わったら
- ・ 参考にヒント集を読み上げる
- ・ 次のページへ進める
- ・ 全て終了したら全員に感想を述べて頂く

### 2. A4サイズのままコピーして1コマずつ切って使用する場合

#### ◆ 準備

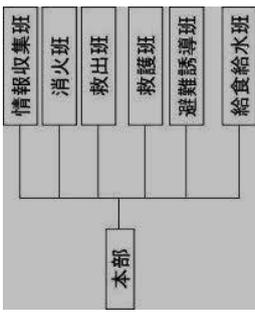
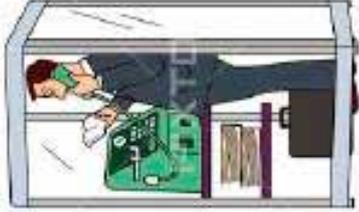
- ・ イラスト面・ヒント集をコピーする
- ・ 1コマずつ線に沿って切る
- ・ イラスト面とヒント集の印刷面を表にして(裏を背合わせにする)  
1ページ毎にラミネータに封入する  
(なければトレーディングカードポケットに入れる)

#### ◆ 使い方

- ・ 社員に集まってもらう
- ・ 最初に災害の状況を伝える(ex.東海地震発生震度7、津波3分後 10m)
- ・ イラスト面を表にして机の上に並べる  
(行動パターンカードは時間や日にちの区切り単位に、  
想定シーンカードは1ページ単位に)
- ・ 皆さんに見て頂きNo1から順番に
- ・ 社員の方から考えを述べて頂きある程度発言が終わったら
- ・ 参考にヒント集を読み上げる
- ・ 次のNo.へ進める
- ・ 全て終了したら全員に感想を述べて頂く

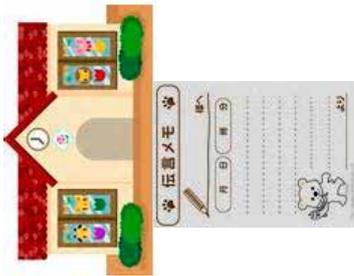
<p><b>【実践編】 地震が 起きたら どうするか？</b></p> <p><b>時間別 行動パターン</b></p>	<p><b>発生直後</b></p>  <p>行動02</p>	<p><b>災害発生時 の行動</b></p>  <p>行動03</p>	<p><b>1～2分後</b></p>  <p>行動04</p>	<p><b>初期消火活動</b></p>  <p>行動05</p>	<p><b>3分後</b></p>  <p>行動06</p>	<p><b>救出活動</b></p>  <p>行動07</p>	<p><b>医療救護 活動</b></p>  <p>行動08</p>	<p><b>応急手当 出血</b></p>  <p>行動09</p>	<p><b>応急手当 火傷</b></p>  <p>行動10</p>
--	--	--	---	--	---	--	--	---	---

<h3>初期消火活動</h3> <p>出火防止のための活動や、初期消火活動を行います。ただし、消防署や消防団が到着するまでの間、火災の拡大延焼を防ぐのが基本です。けつして無理はしないように。</p> <p>行動05</p>	<h3>1～2分後</h3> <p>(津波、山・がけ崩れの危険が予想される地域はすぐ避難)津波避難は遠くでなく高い所へヘアソックスが浮くリュックを身に付けて行動する事。 ● 火元を確認、出火していたら初期消火。 ● 家族の安全を確認 ● 靴をはく(ガラスの破片などから足を守る)。 ● 非常持出品を手近に用意する(避難の妨げにならない物量に制限する事)。</p> <p>行動04</p>	<h3>災害発生時の行動</h3> <p>災害時には、家屋等の下敷きになる人やけが人の発生、出火など、さまざまな事態が発生する可能性があります。地震による液化化の発生で住宅が倒壊する場合もあるので液化化危険地域では注意が必ず要です。公共機関と連絡を取り合いながら、地域のみんなで力を合わせて活動しましょう。</p> <p>行動03</p>	<h3>発生直後</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 落ち着いて、自分の身を守る。机の下などへもぐる。倒れてくる家具や落下物に注意を。</li> <li>● 火の始末はすばやくコンロの火を消し、ガスの元栓を閉める。無理はしない。</li> <li>● ドアや窓を開けて、逃げ道を確認する。</li> </ul> <p>行動02</p>	<h3>はじめに</h3> <p>地震が発生したとき、被害を最小限におさえるには、一人ひとりがあわてずに適切な行動をすることが極めて重要です。そのためには、みなさんが地震について関心を持ち、いざというときに落ちついて行動できるよう、日頃から地震の際の正しい心構えを身につけておくことが大切です。</p> <p>行動01</p>
<h3>応急手当 火傷</h3> <p>流水で十分冷やす。(患部に直接強い圧力がかからないように注意) 衣類の上からやけどをした場合は、無理に脱がさずそのまま冷やす。 水疱(水ぶくれ)を破らない。 冷やした後、消毒ガーゼかきれいな布で保護し、医療機関へ搬送する。</p> <p>行動10</p>	<h3>応急手当 出血</h3> <p>出血している部分にガーゼやタオルを当て、その上から手のひらで圧迫する(圧迫止血)。 この際、傷口は心臓より高い位置にする。 また、感染を防ぐため、できる限り、ビニール手袋やビニール袋を使用するのが望ましい。</p> <p>行動09</p>	<h3>医療救護活動</h3> <p>大災害時には大量の負傷者が出るため、すぐに医師による治療が受けられるとは限りません。その場合は応急手当までを行い、救護所へ搬送しましょう。</p> <p>行動08</p>	<h3>救出活動</h3> <p>負傷者や倒壊した家屋などの下敷きになった人たちの救出・救助活動を行います。ただし、救出作業は危険を伴う場合がありますので、二次災害に十分注意してください。</p> <p>行動07</p>	<h3>3分後</h3> <p>隣近所の安全を確認 特に一人暮らし高齢者など災害時要援護者がいる世帯には積極的に声をかけ、安否を確認する。</p> <p>行動06</p>

<p>応急手当 骨折</p>  <p>行動11</p>	<p>応急手当 捻挫</p>  <p>行動12</p>	<p>5分後</p>  <p>行動13</p>	<p>情報の収集 と伝達</p>  <p>行動14</p>	<p>安否確認 方法</p>  <p>行動15</p>
<p>災害時伝言 ダイヤル</p>  <p>行動16</p>	<p>公衆電話</p>  <p>行動17</p>	<p>中継地点</p>  <p>行動18</p>	<p>携帯電話の 伝言板</p>  <p>行動19</p>	<p>10分後</p>  <p>行動20</p>

<h3>安否確認方法</h3> <p>災害用伝言ダイヤル「171」を利用する。 NTTは、震度6以上の地震発生時など被災地への安否確認電話が集中する場合に「災害用伝言ダイヤル」サービスを開始します。事前契約などは不要で、サービス開始はテレビやラジオで告知されます。171番へダイヤルするとガイダンスが流れるので、それに従って利用します。</p> <p>行動15</p>	<h3>情報の収集と伝達</h3> <p>公的防災機関と連絡を取り合い、災害に関する正しい情報を住民に伝達します。</p> <p>また、地域の被害状況や火災の発生状況をとりまとめます。</p> <p>行動14</p>	<h3>5分後</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>● ラジオなどで情報を確認間違った情報にまじわされないうように。</li> <li>● 電話はなるべく使わない。</li> <li>● 家屋倒壊などの恐れがあれば避難する。</li> </ul> <p>グロック塀やガラスに注意。車は使用しないこと(山岳部などの一部地域を除く)。</p> <p>行動13</p>	<h3>応急手当 捻挫</h3> <p>患部を冷やす。 くつをばいたまま、上から三角巾や布で固定する。</p> <p>行動12</p>	<h3>応急手当 骨折</h3> <p>折れた部分に添え木(副木)をあてて固定し、医療機関へ搬送する。</p> <p>適当な添え木がなければ、板、雑誌、傘、段ボールなど、身近にあるもので代用する。</p> <p>行動11</p>
<h3>10分後</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 自宅や会社に留まるか、または、避難場所への移動を行うか判断ポイントになる。</li> <li>● 別の場所にいる家族との合流を目指した行動を開始することもこのタイミング当たりから開始される。</li> <li>● 自宅・会社を離れる際には忘れずに戸締りを行う必要がある。</li> </ul> <p>行動20</p>	<h3>携帯電話の伝言板</h3> <p>携帯電話各社は、震度6弱以上の地震などの災害が発生した場合に「災害用伝言板」を開設します。</p> <p>利用者は自らの安否情報を伝言板に登録できます。</p> <p>登録された伝言はインターネットを介して、パソコンや他社の携帯電話からも見ることができず。</p> <p>行動19</p>	<h3>中継地点</h3> <p>災害時には、被災地外から被災地内への電話は集中して掛かりにくくなりますが、被災地から外部への電話は比較的つながりやすいと考えられます。そのため、遠隔地の親せきや友人などに連絡中継点になつてもらうのも有効です。被災地内の家族が各々その中継点に連絡することで、お互いの安否確認ができるわけです。</p> <p>行動18</p>	<h3>公衆電話</h3> <p>公衆電話は災害時に接続制御を受けない優先電話なので、携帯電話を含めた一般電話よりつながりやすくなっています。また、被災地で広域停電が発生した場合には緊急措置として無料で開放されます。</p> <p>行動17</p>	<h3>災害時伝言ダイヤル</h3> <p>災害用伝言ダイヤル(171)は、地震・噴火などの災害の発生により、被災地への通信が増加し、つながりにくい輻輳(ふくそう)状況になった場合に提供が開始されます。</p> <p>行動16</p>

# 子供の迎え



行動21

# 元栓を閉める



行動22

# 避難に関する知識



行動23

# 避難の タイミング



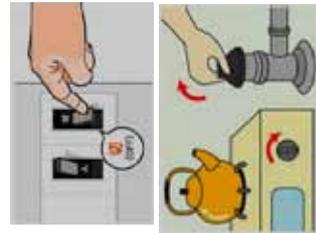
行動24

# 避難時の 服装



行動25

# 避難時の ポイント



行動26

# 避難誘導



行動27

# 30分後



行動28

# 余震に注意



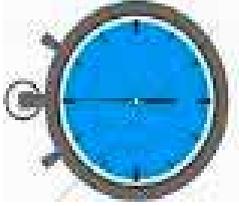
行動29

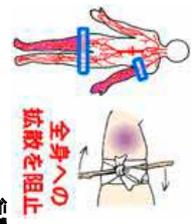
# 津波火災 に注意



行動30

<h3>避難時の服装</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>● ヘルメット(防災ずきん)をかぶる。</li> <li>● 非常持出品はリュックサックに入れて背負う(両手が使えない)。</li> <li>● 長袖・長ズボンを着用。燃えにくい木綿製品がよい。</li> <li>● 軍手や革手袋をはめる。</li> <li>● 靴は底の厚い、はき慣れたものを。</li> </ul> <p>行動25</p>	<h3>避難のタイミング</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 市区町村から避難勧告や避難指示が出たとき。</li> <li>● 近隣で火災が発生し、延焼の恐れがあるとき。</li> <li>● 津波、土石流、かけ崩れ、地すべりなどの恐れがあるとき。</li> <li>● 自宅で火災が発生し、火が天井まで燃え移ったとき。</li> <li>● 建物が倒壊する危険があるとき。</li> <li>● 危険物が爆発する恐れがあるとき。</li> </ul> <p>行動24</p>	<h3>避難に対する知識</h3> <p>災害が発生し、家屋内にとどまるのが危険な状態になった場合は、落ち着いてすばやく避難する必要があります。</p> <p>その際には、子どもや高齢者などの災害時要援護者の保護を念頭に置き、近所の一人暮らし高齢者世帯などにも声をかけるなど近隣で協力することが大切です。</p> <p>また、避難所での生活をよぎなくされる場合も自主防災組織を中心にみんなで助け合いましょう。</p> <p>行動23</p>	<h3>元栓を閉める</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>● さらに出火防止をガスの元栓を閉め、電気のリモーターを切る。</li> </ul> <p>行動22</p>	<h3>子供の迎え</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 子どもを迎えに保育所(園)・幼稚園や小・中学校に子どもを迎えに行く。</li> <li>● 自宅を離れるときには、行き先を書いたメモを目立つ場所に残す。</li> <li>● 地区の責任者へ必ず連絡を取り承認後に個別の行動をする。</li> </ul> <p>行動21</p>
<h3>津波火災に注意</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 沿岸部ではタンクの破壊によって流出した石油が住宅等の瓦礫に付着し着火した。</li> <li>● また、プロパンガスのボンベが流されて口金が空き静電気により発火した。</li> <li>● 市街地では車両が出火源となった。</li> </ul> <p>上記の結果、市街地が類焼した。</p> <p>行動30</p>	<h3>余震に注意</h3> <p>余震(よしん)とは本震とは同時に発生せず、時間が経った後に来る地震である。</p> <p>本震で倒壊しなかった建物が余震で倒壊し犠牲者が発生したことがある。</p> <p>また、アウターライズ型は震源が陸から離れているため揺れはさほど大きくないが、海底が上下に大きく動いて津波が巨大化する恐れがある。</p> <p>行動29</p>	<h3>30分後</h3> <p>震災後、避難等により精神的に落ち着いた状態になります。震災後はまだまだ危険な出来事や想像していきたくないような新たな危険な出来事が住民を襲ってくる場合がありますので注意を怠らないようして下さい。</p> <p>行動28</p>	<h3>避難誘導</h3> <p>住民を避難所などの安全な場所に誘導します。避難経路は災害の状況により変化しますので、公的防災機関と連絡を取り合うなど、正確な情報に基づき誘導を。怪我等により避難が出来ない方々が発生した場合に付添人等残留者を選定して現地に待機して下さい。</p> <p>避難所は限られた人数しか収容出来ません。自宅が住居として利用可能な方は自宅にて生活を続けて下さい。(その場合でも避難所へ登録して被災者支援物資を受理出来ます)</p> <p>行動27</p>	<h3>避難時のポイント</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 避難する前にもう一度火元を確認。ガスの元栓を閉め、電気のリモーターも落とす。</li> <li>● 荷物は最小限の非常持出品に限る。</li> <li>● 外出中の家族には避難先を記した連絡メモを目立つ場所に残す。</li> <li>● 移動するときは、狭い道、塀や自動販売機のそば、川べり、ガラスや看板の多い場所は避ける。</li> <li>● 決められた最寄りの避難場所へ徒歩で移動する。</li> <li>● 子ども、障害者、高齢者など災害時要援護者を中心にして避難者がはぐれないように。</li> </ul> <p>行動26</p>

<p><b>避難所の確認</b></p>  <p>行動31</p>	<p><b>避難所生活</b></p>  <p>行動32</p>	<p><b>ルールの順守</b></p>  <p>行動33</p>	<p><b>給食給水活動</b></p>  <p>行動34</p>	<p><b>情報提供</b></p>  <p>行動35</p>
<p><b>要援護者 対応</b></p>  <p>行動36</p>	<p><b>プライバシー の保護</b></p>  <p>行動37</p>	<p><b>2時間後</b></p>  <p>行動38</p>	<p><b>4時間後</b></p>  <p>行動39</p>	<p><b>12時間後</b></p>  <p>行動40</p>

<h3>情報提供</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 市からの情報は、避難所に派遣された市町村職員が受け、担当を経由して住民へ伝えられます。</li> <li>● ラジオなどから直接入る情報にも注意しましょう。</li> <li>● 住民は避難生活者リストに登録が必要です。</li> </ul> <p>行動35</p>	<h3>給食給水活動</h3> <p>食料や水、応急物資などを配分します。 また、必要に応じて炊き出しなどの給食、給水活動を行います。</p> <p>行動34</p>	<h3>ルールの順守</h3> <p>集団生活を気持ちよく過ごすために最低限のルールや避難者が自ら行う作業を理解して協同生活を維持する。</p> <p>行動33</p>	<h3>避難所生活</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 自主防災組織を中心に行動を</li> <li>● 集団生活のルールを守る。</li> <li>● 助け合いの心を。</li> </ul>  <p>行動32</p>	<h3>避難所の確認</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 1次避難場所 ルート・収容規模・受入状況 避難場所の安全確認。</li> <li>● 2次避難場所 ルート・収容規模・受入状況 途中危険箇所回避用 ハザードマップの活用 避難所の安全確認。</li> <li>● 避難訓練の参加。</li> </ul> <p>行動31</p>
<h3>12時間後</h3> <h4>脱水症を確認</h4> <p><b>応急手当</b> 経口補水塩やスポーツドリンクを補給します。経口補水塩は食塩とブドウ糖を混合したもので、体液に近いので水分の吸収が行われやすいからです。家庭でも水1リットルに対して砂糖小さじ4、塩小さじ半分を入れると作ることができます。薬局でも市販されていますがスポーツドリンクよりも効果が高いようです。なお、多量の飲料水は、血液中のナトリウムバランスが崩れるために腹痛や水中毒を起こしてしまうことがありますので注意が必要です。</p> <p>行動40</p>	<h3>4時間後</h3> <h4>低体温症を確認</h4> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 濡れた衣類を乾いたものに！ (最悪状況でも、びしょ濡れ衣類を固く絞って再度着用する)。</li> <li>2. 防水と防寒のために重ね着をする。</li> <li>3. 冷たい地面との間の断熱をする(シートなど)。</li> <li>4. 温かい飲み物や食べ物を取る。</li> </ol> <p>行動39</p>	<h3>2時間後</h3> <h4>クラッシュ症候群を確認</h4> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 止血帯は救出時に。</li> <li>- もも・この腕に掛ける。</li> <li>- 幅3cm以上の布で。</li> <li>- ひも・針金・ワイヤはNG。</li> <li>- 掛けた時間をメモする。</li> <li>- 1時間以内に透析医へ転送 止血帯法はリスクがある。 (長時間はNG)</li> </ul>  <p>行動38</p>	<h3>プライバシーの保護</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>● お互いのプライバシーを保護するために、家族単位で区分けしてむやみに他人の場所へ立ち入らないようにしましょう。</li> <li>● 更衣室、授乳室等を授けます。</li> </ul> <p>行動37</p>	<h3>要援護者への配慮</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 介護は家族が行うものとし、要介護者がいない人などは予め要介護者台帳に登録しておきましょう。介護者の方は、あらかじめ届け出て下さい。</li> <li>● 介護者が不足する場合は、各自主防災組織の人材台帳を活用し、適任者(看護師、介護士等)に交代で介護をお願いします。また、手話、ガイドヘルパー、通訳等ボランティアの受け入れを配慮しましょう。</li> </ul> <p>行動36</p>

<p>その日の夜</p>  <p>行動41</p>	<p>飲む</p>  <p>行動42</p>	<p>食べる</p>  <p>行動43</p>	<p>出す</p>  <p>行動44</p>	<p>寝る</p>  <p>行動45</p>
<p>2~3日後</p>  <p>行動46</p>	<p>飲む</p>  <p>行動47</p>	<p>食べる</p>  <p>行動48</p>	<p>出す</p>  <p>行動49</p>	<p>寝る</p>  <p>行動50</p>

## 寝る

余震が続く中、ゆっくりと睡眠出来ない状態でしようが、安全な場所を見つけて休息を取ること、明日への活力を蓄えて下さい。  
就寝場所の確保は難しいかもしれませんが、安全な建物の中や車の中で仮眠出来る場所を探してください。  
また、冬場の寒さ対策には毛布やアルミシートを使用することをお勧め致します。

行動45

## 出す

水のいろいろな“簡易トイレ/携帯トイレ”の備蓄が役に立ちます。災害などで水が使えないときも安心。  
排泄後に抗菌性凝固剤をふりかけるだけ。すぐれた抗菌力・消臭力で、使用後は焼却できます。

行動44

## 食べる

この時期には、ライオン（水道・電気・ガス等）が使えないことが予想されますので、熱を加えてもよい食品（乾パン・缶詰・リトルパウチ食品（以下リトルと記載）・菓子類・ペットボトル（紙パック）の水や飲料等を優先的に活用します。

行動43

## 飲む

給水車等による応急給水まで3日間、水道からの給水には1週間以上かかることも予想され、飲水体制が整いません。水道水の備蓄は次のことに心がけましょう。  
1. ペットボトルやポリタンクなどに保存する場合は、中を水道水で十分洗ってから使用してください。  
2. 容器の中を清水にしてください。  
3. 中身は定期的に入れ替えてください。例えば毎週曜日を決めて入れ替え、古い水は洗濯などに使用してください。  
4. 日の当たらない涼しいところに保管しましょう。  
5. 保管した水に不安がある場合は煮沸すればさらに安心です。

行動42

## その日の夜

被災のショックから精神的な疲労でストレスが生じますが、必要最小限の栄養の補給と睡眠をとることで明日からの復旧作業にチャレンジして下さい。

行動41

## 寝る

最近では、アウトドアベッド、エアーマット、エアーマット等多様な寝具が登場しています。アウトドアは勿論室内でも使用可能ですので保存されると良いと思います。  
更にテントがあればライバシーも守ることが出来ます。

行動50

## 出す

仮設トイレは大きめに分けて工事が不要な製品と、必要な製品に別けることが出来ます。不要なトイレはポンプ式簡易水洗トイレと、非水洗トイレとなります。  
必要なトイレは水洗トイレと、簡易水洗トイレになります。それに加え、設置場所を水を使うことが出来るか？を考慮に入れる必要があります。

行動49

## 食べる

食事～缶詰、リトル食品を中心に組み合わせますが、加熱することができれば（電気・ガス）、在庫の食品や素材缶詰を使って調理できるようになります。

行動48

## 飲む

静岡県の水道水保管実験結果です。

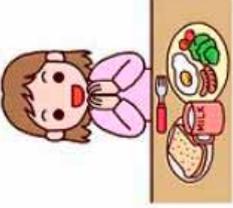
水の種類	容器	保管した場所
水	ポリタンク	冷蔵庫内
水	ペットボトル	室内の暗い場所

行動47

## 2～3日後

- 生活必需品は備蓄でまかなう（災害発生から3日間は、外からの応援は期待できません）。
- 災害情報、被害情報の収集（市区町村の広報に注意して下さい）。
- 壊れた家には入らない。
- 引き続き余震に警戒する。

行動46

<p>安心</p>  <p>行動51</p>	<p>安全</p>  <p>行動52</p>	<p>4～7日後</p>  <p>行動53</p>	<p>生活する 食事</p>  <p>行動54</p>	<p>生活する 健康維持</p>  <p>行動55</p>
<p>生活する 清潔</p>  <p>行動56</p>	<p>生活する 娯楽</p>  <p>行動57</p>	<p>生活する 嗜好品</p>  <p>行動58</p>	<p>生活する 家族</p>  <p>行動59</p>	<p>生活する ペット</p>  <p>行動60</p>

<h2>生活する 健康維持</h2> <h3>エコノミークラス症候群を確保</h3> <p><b>予防</b> 足の運動をしましょう。 ● 足や足の指をこまめに動かす。 ● 1時間に1度は、かかとの上下運動(20—30回程度)をする。 ● 歩く(3—5分程度)。適度な水分を取りましょう。時々深呼吸をしましょう。</p> <p>行動55</p>	<h2>生活する 食事</h2> <p>ライオンは、徐々に復旧しますが、後片づけで忙しかつたり、疲れが出てくる時期ですので、時間をかけずに簡単にできる料理が中心です。 防災用スツク食材は、普段は絶対に食べない乾パンなどが一般的ですが、新ローリングスツクは日常生活をベースに災害時の食を考えること。麺類や乾物、缶詰、カツ丼など、食べ慣れている日持ちのする食材を、最低でも今家にあるものの倍、キツチンに用意しておくといいかもしれません。</p> <p>行動54</p>	<h2>4～7日後</h2> <p>みなさんが肝に銘じてほしい点、災害時の基本的な考え方は“日常”ということです。復興とは日常を取り戻すのが目的です。</p> <p>行動53</p>	<h2>安全</h2> <p>災害時にはとく外傷患者の発生状況が注目されますが、生活環境の悪化や精神的ストレスが疾病の発症にも影響を与えました。 糖尿病の方は、ちよつとした傷でも化膿しやすいので、対処できる応急セットもご用意した方がよいと思います。 喘息の方は喘息用の貼り薬や皮膚炎用の塗り薬を忘れないで下さい。腰痛持ちの方なども痛み止めなど用意していただくほうがよいですね。その他、頭痛持ちの方は是非！多めに頭痛薬を持ち出し袋に入れてください。</p> <p>行動52</p>	<h2>安心</h2> <p>防犯パトロールは、泥棒を捕まえる活動ではありません。パトロールをしている姿を見せたり、声を掛け合うことにより、自然に地域のコミュニケーションが生まれ、犯罪者を寄せ付けられない街ができていくのです。</p> <p>行動51</p>
<h2>生活する ペット</h2> <p>飼育者の登録、飼育場所の把握、排出物の後始末、清潔の徹底をしましょう。</p> <p>行動60</p>	<h2>生活する 家族</h2> <p>災害時、家族が離れ離れになってしまうことは多々あります。先日の東北地方太平洋沖地震の際、姉妹夫婦が、お互いすぐ近くにいるにも関わらず、連絡が取れず、6時間もあたりをさまよひ続けた事実があります。 「地震などの災害が起こったら、どこに集合すればいいのかわ」平日の屋間など、家族が集まれない場合には、どのように連絡を取ればいいのかなどを家族で確認しておくことも大切です。連絡方法は、遠くの親戚の家などを連絡先にする方法は有効です。</p> <p>行動59</p>	<h2>生活する 嗜好品</h2> <p>*適正飲酒の 10 か条。 1. 笑いなから共に、楽しく飲もう。 2. 自分のペースでゆっくりと。 3. 食べながら飲む習慣を。 4. 自分の適量にとどめよう。 5. 週に二日は休肝日を。 6. 人に酒の無理強いをしない。 7. くすりと一緒にには飲まない。 8. 強いアルコール飲料は薄めて。 9. 遅くても夜 12 時で切り上げよう。 10. 肝臓などの定期検査を。</p> <p>行動58</p>	<h2>生活する 娯楽</h2> <p>災害時の心のケアは非常に重要な課題になる。 大災害の被災者がギャンブル依存症やアルコール依存症になるのはよくあることだそう。家族を失い、仮設住宅に移り住んでからは周囲に知り合いもおらず、やることもない。ピアリングとしてパチンコ屋を訪れて、ずぶずぶとハマっていくのだという。逃避的な行動をとるよりは、現実をしっかりと見つめて小さな感動を積み重ねていくことで厳しい現実を受け入れることが出来るのではないか、例えば、TV鑑賞(映画・アニメ等)を通じて心の回復を進めていくことも手段になる。</p> <p>行動57</p>	<h2>生活する 清潔</h2> <p>長期に渡ってお風呂に入れない時、とにかく少しでもカラダを清潔に保つ方法を考えましょう。 身体は拭き方 身体は心臓から遠い部分から心臓に向かって拭きます。 足ならば、足先から足の付け根に。手ならば手先から胸に向かって拭いていきます。 指で歯を磨く 歯磨き粉も歯ブラシもない環境で歯が磨けない場合は、指に塩をつけて歯を磨くと歯に付いたある程度の汚れが取れてサツツリします。 うがいだけしておく 喉のための「ガラガラうがい」ではなく、口の中に水を含んでぶくぶくする「ぶくぶくうがい」を何回か繰り返して口をすすぎましょう。</p> <p>行動56</p>

## 技術の習得

防災に関するパンフレットの作成による意識啓発や、訓練や講習会等がある場合は、積極的に参加し一人ひとりが防災について正しい知識と技能を身につけることをお勧め致します。

また、焼津商工会議所では段階的に「防災チェックリスト講習会」「防災マイスター講習会」等を開催して事業者の「防災専門担当者」の育成を支援させて頂き焼津市の「企業防災力向上」に尽力してまいります。



## 人命が第1優先

事故災害の発生に際して、一番重要なことは「人命の安全確保」である。

- ① 事故災害が発生しても、人的被害を受けない
- ② 人的被害を受けても、決して亡くならない
- ③ 亡くならなくて良い命を、必ず守る

その為には

- ① 身の安全を守る方法を理解する
- ② 事故・災害発生後の二次災害を起こさない
- ③ 負傷した人を確実に救護する



詳しくは、本防災チェックリストの「経過時間別行動パターンカード」「居場所別想定シーンカード」をご覧ください

そして、会社の経営者は「社員の人命安全確保」に的を絞った最低限の準備をお願いします。



## 地震の種別による人的被害の違い

### 東日本大震災

	死者数	構成率
合計	15,786	100.0
水死	14,308	90.6
圧死・損傷死・その他	667	4.2
焼死	145	0.9
不詳	666	4.2

### 阪神・淡路大震災

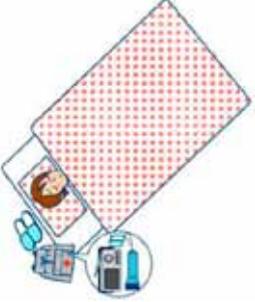
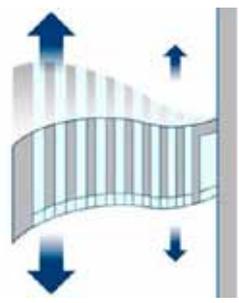
	死者数	構成率
合計	5,488	100.0
窒息・圧死	4,224	77.0
焼死・熱傷	504	9.2
頭・頸部損傷	282	5.1
内臓損傷	98	1.8
外傷性ショック	68	1.2
全身●●	46	0.8
●●症候群	15	0.3
その他	127	2.3
不祥	124	2.3

打撲・火傷等 ←  
クラッシュ・  
エコノミークラス等 ←

海溝型地震

断層型地震

退避	室内の安全な場所へ	自宅や居場所が古い家屋の場合屋外へ
避難	地震の揺れが収まったら高い場所へ	地震が収まるまでは家の近くに
	高い場所に行けない時はライフジャケット・浮くりュックで身を守る	火災の発生が予測されるので火に巻き込まれないように注意する
	避難場所は安全の確認が出来たら移動する	避難場所は安全の確認が出来たら移動する
	避難の際には携行品は最低限にする	余震で建物が倒壊する事があるので家の中には入らない
	津波避難はお互いに声を掛け合って安全確認する	狭い道路やブロック塀の傍には行かない
	津波の収束はまる1日以上かかる場合があるので安全な場所にいたら動かない	古い家屋は余震で倒壊する場合があるので近寄らない

<p>想定シーン別 行動パターン 【実践編】 室内にいる 場合</p> <p>① 自宅では</p>	<p>台所にいたら</p>  <p>シーン02</p>	<p>寝ている時</p>  <p>シーン03</p>	<p>トイレにいたら</p>  <p>シーン04</p>	<p>マンションに いたら</p>  <p>シーン05</p>	<p>お風呂に いたら</p>  <p>シーン06</p>	<p>室内にいる 場合</p> <p>② 学校 勤務先では</p> <p>シーン07</p>	<p>職場にいたら</p>  <p>シーン08</p>	<p>学校にいたら</p>  <p>シーン09</p>	<p>エレベーター の中いたら</p>  <p>シーン10</p>
---	--	--	---	--	--	--	---	--	--

<h3>マンションにいたら</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>●高層階では、地表より揺れが大きくなることがあるので注意しましょう。</li> <li>●丈夫な机などの下に身を隠し、揺れが収まるのを待ちましょう。</li> <li>●高層階での地震は、揺れ始めは遅く、揺れ出すと長く揺れ、揺れ幅も大きくなる傾向があります。</li> <li>●日頃から非常口の確認しておきましょう。</li> </ul> <p>シーン05</p>	<h3>トイレにいたら</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>●トイレは比較的安全な場所といわれています。</li> <li>●トイレでは水洗用のタンクなどが落ちることがありますので注意しましょう。</li> </ul> <p>シーン04</p>	<h3>寝ている時</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>●暗闇では、割れた窓ガラスや照明器具の破片でけがをしやすいため注意をしましょう。</li> <li>●枕元には、厚手の靴下やスリッパ、懐中電灯、携帯ラジオなどを置いておき、避難が出来る準備をしておきましょう。</li> <li>●寝室には、倒れそうなもの等をおかないようにし、頭の上にものが落ちてこない所に寝ましょう。</li> </ul> <p>シーン03</p>	<h3>台所にいたら</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>●無理して火を消しに行くとな調理器具が落ちてきてやけどなどをしたりするので、揺れが収まるまで待ちましょう。</li> <li>●食器棚や冷蔵庫が倒れてくるだけでなく、中身が飛び出してくることもあるので注意しましょう。</li> <li>●コンロの近くの場合、調理器具が落ち落ちてくる場合があるので、コンロの近くから離れ、揺れが収まったら落ち着いて火を消しましょう。</li> <li>●揺れを感じて自動的にガスの供給を停止するガス漏れ遮断器(ガスマイコンメーター)がほとんどのご家庭に設置されています。特性や使い方を十分に理解しておきましょう。</li> </ul> <p>シーン02</p>	<h3>始めに</h3> <p>地震が発生したとき、被害を最小限におさえるには、一人ひとりがあわてずに適切な行動をすることが極めて重要です。</p> <p>そのためには、みなさんが地震について関心を持ち、いざというときに落ちついて行動できるよう、日頃から地震の際の正しい心構えを身につけておくことが大切です。</p> <p>シーン01</p>
<h3>エレベーターの中 にいたら</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>●全ての階のボタンを押し、最初に停止した階でおるのが原則ですが、停止した階で慌てておられるのではなく、階の状況を見極めるのも大切です。</li> <li>●地震の時は同様に閉じこめられている人も大勢いると予想されます。救助にすぐに対応してくれるとは限りません。</li> <li>●エレベーターに閉じこめられても、焦らず冷静になって「非常用呼び出しボタン」等での連絡を取る努力をしましょう。</li> </ul> <p>シーン10</p>	<h3>学校にいたら</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>●教室内では、机の下に潜って落下物などから身を守り、慌てて外に飛び出すなど勝手な行動はせずに、教員の指示に従いましょう。</li> <li>●廊下、運動場、体育館などでは、中央部に集まってしやがみましょう。</li> <li>●実験室などで薬品や火気に注意し、避難しましょう。</li> <li>●通学路が危険なこともあるので、勝手に帰宅しないようにしましょう。</li> </ul> <p>シーン09</p>	<h3>職場にいたら</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>●職場ではキャビネットや棚、ロッカー、コピー機などから離れ、頭部を守り、机の下に隠れるなど身を守りましょう。</li> <li>●窓ガラスが割れることがあるので、窓際から離れましょう。</li> <li>●OA機器などの落下に注意しましょう。</li> <li>●常日頃から整理整頓をするなど職場環境をよくしておきましょう。</li> <li>●外へ逃げるときは落下物などに注意し、エレベーターは使わないようにしましょう。</li> </ul> <p>シーン08</p>	<h3>室内にいる場合 ②学校・勤務先</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>●学校の場合は担任の先生の指示に従って行動しましょう</li> <li>●勤務先の場合は職場の責任者の指示に従って行動しましょう</li> </ul> <p>シーン07</p>	<h3>お風呂にいたら</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>●揺れを感じたらまずドアを開け、避難路を確保し揺れが収まるのを待ちましょう。</li> <li>●風呂場ではタオルや鏡などが落ちてくることがあるので注意しましょう。</li> <li>●入浴中は鏡やガラスの破損によるけがに注意しましょう。</li> <li>●浴槽の中では、風呂のふたなどをかぶり、頭部を守りましょう。</li> <li>●揺れが収まるのを待つて避難しましょう。</li> </ul> <p>シーン06</p>

繁華街に  
いる時



シーン11

住宅街に  
いる時



シーン12

海や川べりに  
いる時



シーン13

駅のホームに  
いる時



シーン14

地下街に  
いる時



シーン15

崖付近に  
いる時



シーン16

スーパー  
デパートに  
いる時



シーン17

映画館・劇場  
にいる時



シーン18

自動車に  
乗っている時



シーン19

車で避難  
しない



シーン20

<p><b>地下街にいます時</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●慌てずに、バックなどで頭を保護し揺れが収まるのを待ちましょう。</li> <li>●停電になっても、非常照明がつくまでむやみに動かないようにしましょう。</li> <li>●地下街では60メートルごとに非常口が設置されているので、一つの非常口に殺到せず地上に落ち着いて脱出しましょう。</li> <li>●脱出するときは、壁づたいに歩いて避難しましょう。</li> <li>●火災が発生しなければ比較的安心なので、慌てずに行動しましょう。</li> </ul> <p>シーン15</p>	<p><b>駅のホームにいます時</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●掲示板や看板などの落下物に注意。</li> <li>●改札口に殺到するとパニックになります。大きな揺れがおさまるまで、近くの柱に寄り添い、構内アナウンスに従いましょう。</li> </ul> <p>シーン14</p>	<p><b>海や川べりにいます時</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●津波は水を湛えている川を遡ります。</li> <li>●流れに沿って上流側へ避難しても津波は追いかけてきます。流れに対して直角方向に素早く避難します。</li> </ul> <p>シーン13</p>	<p><b>住宅地にいます時</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●強い揺れに襲われると、住宅地の路上には落下物や倒壊物があります。</li> <li>●住宅地の路地にあるプロック塀や石塀は、強い揺れで倒れる危険があります。揺れを感じたら塀から離れましょう。</li> <li>●電柱や自動販売機も倒れてくることありますので、そばから離れましょう。</li> <li>●屋根瓦や二階建て以上の住宅のベランダに置かれているエアコンの室外機、カーテンレールのブラケットなどが落下してくることあります。頭の上も注意しましょう。</li> <li>●強い揺れが起きると、耐震性能の低い住宅が倒壊する場合があります。これにより瓦礫や窓ガラスが道路内に散乱する可能性もありますので、揺れを感じたら周辺の状況に注意しましょう。</li> </ul> <p>シーン12</p>	<p><b>繁華街にいます時</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●中高層ビルが建ち並びオナンス街や繁華街では、窓ガラスや外壁、看板などが落下してくる危険性があります。</li> <li>●オナンスビルの窓ガラスが割れて落下すると、時速40～60kmで広範囲に拡散します。ビルの外壁や張られているタイル、外壁に取り付けられている看板などが剥がれ落ちることもあります。鞆などで頭を保護し、できるだけ建物から離れましょう。</li> <li>●繁華街では、オナンス街には少ない、店の看板やネオンサインなどの落下・転倒物に加わります。</li> <li>●強い揺れに襲われた際には十分注意しましょう。</li> </ul> <p>シーン11</p>
<p><b>車で避難しない</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●地震発生時は、消防車などの緊急車両の通行を確保する事が大切です。皆が車を使って避難すると緊急車両や避難する人たちの邪魔になり、混乱を大きくしてしまいます。山間部の土砂災害危険地域や歩行困難な老人や病人のいる家庭など、どうしても車を使わなければならぬ場合以外は、徒歩で避難しましょう</li> </ul> <p>シーン20</p>	<p><b>自動車に乗っている時</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●急ブレーキを踏めば予想外の事故を引き起こすことにつながります。</li> <li>●揺れを感じたら       <ol style="list-style-type: none"> <li>1:急ブレーキは禁物です。ハンドルをしっかりと握り、前後の車に注意しながら徐々にスピードを落とし、道路の左側に停車します。</li> <li>2:エンジンを持ち、揺れがおさまるまでは車外に出ず、カーラジオから情報を入手します。</li> <li>3:避難の必要がある場合は、車のキーはつけたままにし、ドアをロックしないで、窓を閉めます。</li> <li>4:連絡先を見えるところに書き、車検証などの貴重品を持ち、徒歩で避難します。</li> </ol> </li> <li>●車での避難は、緊急自動車などの妨げになりますのでやめましょう。</li> </ul> <p>シーン19</p>	<p><b>映画館・劇場にいます時</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●バックなどで頭を保護し、座席の間に身を隠して、揺れが収まるのを待ちましょう。</li> <li>●天井からの落下物や窓ガラス等に注意しながら、安全な場所へ避難しましょう。</li> <li>●停電しても誘導灯や非常灯がつかますので、慌てずに、係員の指示に従いましょう。</li> <li>●慌てて出口や階段に殺到しないようにしましょう。</li> <li>●事前に避難口を確認しておきましょう。</li> </ul> <p>シーン18</p>	<p><b>スーパー・デパートにいます時</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●バックや買い物かごなどで頭を保護し、ショーケースなど倒れやすいものから離れましょう。</li> <li>●エレベーターホールや比較的商品の少ない場所、柱付近に身を寄せましましょう。</li> <li>●ガラス製品や瀬戸物、その他、陳列棚の商品などの落下・転倒に注意しましょう。</li> <li>●慌てて出口に殺到せず、係員の指示に従いましょう。</li> <li>●エレベーターが動いていたら、そのまま、エレベーターによる避難はしないようにしましょう。</li> </ul> <p>シーン17</p>	<p><b>崖付近にいます時</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●落石に注意し、急傾斜地など危険な場所から遠ざかりましょう。</li> <li>●登山やハイキングで山にいます時に強い揺れに襲われた場合には、まず落石から身を守りましょう。</li> <li>●地震で地盤がゆるみ、崩れやすくなっている可能性がありますので、ガケや急傾斜地など危険な場所には近づかないようにしましょう。</li> <li>●ガケを背にした家屋では、普段からガケから離れた部屋を生活の中心にしましょう。</li> <li>●とっさに外に逃げ出せるよう室内の避難通路を確保することも忘れずに。</li> </ul> <p>シーン16</p>

バスに乗って  
いたら



シーン21

電車に乗って  
いたら



シーン22

地下鉄に乗っ  
ていたら



シーン23

新幹線に乗っ  
ていたら



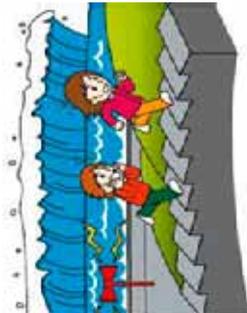
シーン24

【実践編】  
津波編



シーン25

津波の  
スピード



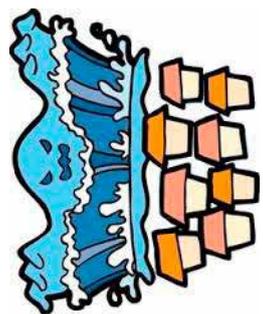
シーン26

繰り返し  
襲ってくる



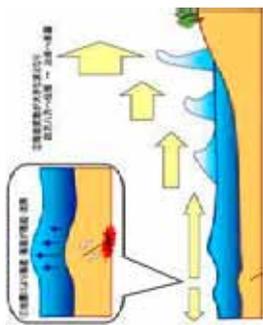
シーン27

津波の高さ



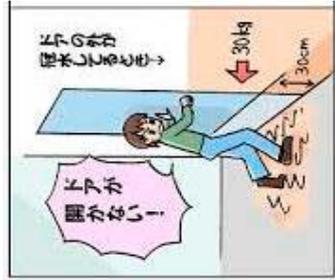
シーン28

引き潮の後  
津波？



シーン29

浸水高



シーン30

## 津波編

津波は地震発生後、あつという間にやってくる場合があります。海岸にいるときに強い地震や長い時間の揺れを感じたら、津波警報の有無にかかわらず、一刻も早くその場を離れて、高台などの安全な場所に避難しましょう。

シーン25

## 新幹線に乗っていたら

- 新幹線は早期地震検知警戒システム(ユレダス)が作動して緊急停車します。
- 高速走行している場合が多いので、座席に座っている場合には、前に飛び出さないように座席の間に体を隠し、立っている場合には手すりをしっかりと握って転倒しないようにしましょう。
- 停車後は、乗務員の指示に従いましょう。

シーン24

## 地下鉄に乗っていたら

- 震度5弱程度の揺れを観測した場合に運転を停止し、線路途中なら安全を確認し、低速で最寄りの駅に向かいます。
- 地下鉄の運行速度は時速40～50km程度です。
- 座席に座っている場合には、低い姿勢をとって頭部を鞆などで保護し、立っている場合には手すりやつり革をしっかりと握って転倒しないようにしましょう。
- 停車になっても非常灯が1時間程度は点灯するので、慌てずに行動しましょう。
- 地下鉄によっては高圧電線が線路脇に設置されているので、勝手に線路に飛び降りると大変危険です。
- 停車後は、乗務員の指示に従いましょう。

シーン23

## 電車に乗っていたら

- 強い揺れを感知すると電車は緊急停車します。
- 座席に座っている場合には、低い姿勢をとって頭部を鞆などで保護し、立っている場合には手すりやつり革をしっかりと握って転倒しないようにしましょう。
- 停車後は、乗務員の指示に従いましょう。

シーン22

## バスに乗っていたら

- 強い揺れを感じた場合に、危険を回避するために急ブレーキが踏まれる場合もあります。ケガをしないように姿勢を低くしたり、手すりやつり革をしっかりと握りましょう。
- 座席に座っている場合には、低い姿勢をとって頭部を鞆などで保護し、立っている場合には手すりやつり革をしっかりと握って転倒しないようにしましょう。
- 停車後は、乗務員の指示に従いましょう。

シーン21

## 浸水高

・浸水による水位毎にドアに掛かる水圧は以下の通りである。

水位	重さ(水圧)
40cm	60kg
30cm	30kg
20cm	10kg
10cm	5kg

シーン30

## 引き潮の後津波?

- ・津波の前触れとして必ず引き潮があるとは限りません。
- ・また、津波による建物被害は上げ潮より引き潮の方が大きいことがあります。

シーン29

## 津波の高さ

- ・地形によっては津波の高さは想像以上です
- ・50cmの津波が遡上すると人間は立っていられず泳げない人は流されて命の危険に襲われます
- ・5mの津波が遡上すると木造2階建ての家も流されてしまいます

シーン28

## 繰り返し襲ってくる

- ・津波は繰り返し襲ってきます。
- ・警報・注意報が解除されるまでは海岸に近づかないように。

シーン27

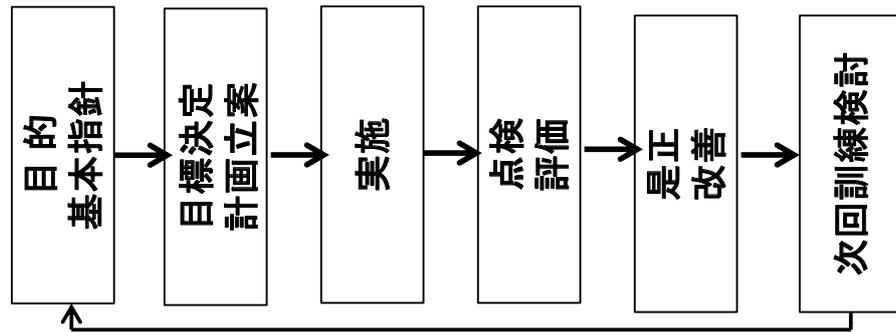
## 津波のスピード

- ・深海での津波の速さはジェット機並み。
- ・沿岸部でも短距離選手なみのスピード。

シーン26

## 継続的な訓練の実施

訓練を実施するに当たり、計画的に行うことが求められます。一人でも多くの社員が参加できる日時を設定するのはもちろん、場所についても地域の人がよく知っており、かつ十分な広さと安全性が確保された場所を選びましょう。路地裏等で実施する場合には、車両が通行しない路地を選び、交通事故等の未然防止に努めましょう。また、訓練を行うに当たって、動きやすい服装や資機材の事前点検、訓練内容によっては天候にも注意が必要です、参加者の体調管理も含め、事故防止に努め、けがのないように行いましょう。



正しい知識、技術を習得することを心がける。  
どのような目的で訓練を行うのかで、訓練種別は異なってくる。

予め防災に関する知識や地域の危険状況について学習する機会を設け、防災の知識等を深めながら、実際の活動を通じて段階的に活動レベルを上げていく。

訓練に当たっては、事故防止に努め、災害時要援護者にも配慮した効果的な訓練内容とする。また、地域の実情に即した訓練内容とする。

訓練に使用した災害救助工具等の用品を点検し、参加者の要望、意見を集約する。  
訓練終了後に、検討会を行う。

参加者からの意見や役員会において出された提案等を参考に、短時間でも行える訓練の実施方法や近隣の組織との連携等、改善策を検討する。

改善した内容で、改めて訓練を実施するため、実施計画を立て次回の訓練に向けて準備する。



## 防災備蓄の薦め

災害時に必要と思われる物【記入シート】 地震・津波編

	直後	1～2分後	3分後	5分後	10分後	30分後
退避						
避難						
消火						
救助						
救護						
情報						
連絡						
飲料						
食料						
便所						
寝具						
照明						
その他						

災害時に必要と思われる物【記入シート】

地震・津波編

	2時間後	4時間後	12時間後	当日の夜	2～3日後	4～7日後
退避						
避難						
消火						
救助						
救護						
情報						
連絡						
飲料						
食料						
便所						
寝具						
照明						
その他						

災害時に必要と思われる物【ヒント集】

地震・津波編

	直後	1～2分後	3分後	5分後	10分後	30分後
退避						
避難		ライフジャケット、浮くリュック、高い場所、靴、非常持出品			服、靴、避難誘導旗、地図、ハザードマップ	
消火		消火器、消火栓、バケツ、				
救助			笛、バール、ジャッキ、丸太、軍手			
救護			ガーゼ、タオル、消毒綿、ビニール袋・手袋、添木、三角巾、			
情報		家族の連絡先	近隣の住民情報 社員の情報 災害時要介護者情報	ラジオ、防災無線、パソコン、携帯電話	避難場所情報、 避難場所情報、 避難判断結果情報	地震情報、被災情報、 火災情報、余震情報
連絡				防災無線、携帯電話、 公衆電話、紙、筆記具、 中継地点、小銭	安否情報、小銭	
飲料						
食料						
便所						
寝具						
照明						
その他						

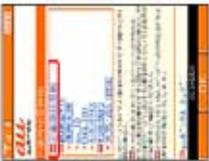
災害時に必要と思われる物【ヒント集】

地震・津波編

	2時間後	4時間後	12時間後	当日の夜	2～3日後	4～7日後
退避						
避難				現金	プライバシー保護用品、女性用品、乳児用品、現金	洗淨用品、簡易浴場、現金
消火						
救助						
救護	包帯、布	カイロ、毛布、アルミシート	経口補水塩、スポーツドリンク、砂糖・塩・飲料水			
情報	透析医所在地情報	災害時指定病院情報		避難所支援情報	避難所支援情報	避難所支援情報
連絡	負傷者			収容人数	安否確認情報	転入出人数
飲料				水道水のペットボトル	給水車用ポリタンク、ポリバケツ、粉末飲料	
食料				乾パン、缶詰、レトルトパウチ食品	お握り(救済・炊出し) カップ麺・味噌汁 (加熱が可能なら)	新ローリングストック (日常食材)
便所				簡易トイレ、携帯トイレ	仮設トイレ	仮設トイレ
寝具				車、アルミシート、毛布	車、アウトドアベッド、エアーマット	車、アウトドアベッド、エアーマット
照明				懐中電灯、LEDライト、LEDランタン、乾電池	ガス発電機、カセットボンベ	ガス発電機、カセットボンベ
その他				ビニール袋、紙食器、サランラップ、箸、紙コップ	プロパンガスコンロ、パトロール用品、医薬品(慢性疾患用含む)	娯楽品(TV・ゲーム機等) 嗜好品(アルコール含む) ペット

経過時間	品名	写真・イラスト	参考価格
1～2分後 避難	ライフジャケット		¥6, 264
	浮くリュックサック		¥6, 804
	非常持出袋		¥3, 801
	消火器		¥3, 200
	笛		¥419
3分後 救助	バール		¥4, 454

経過時間	品名	写真・イラスト	参考価格
3分後 救助	ジャッキ		¥62, 500 (4個セット)
	軍手		¥2, 916
3分後 救護	災害組織用救急箱		¥27, 712 (20人分)
	ラジオ		¥1, 000
5分後 連絡	小銭		時価
	防水メモ		¥270 (100均あり)

経過時間	品名	写真・イラスト	参考価格
5分後 連絡	筆記具 キヤップ付き 携帯用えんぴつ 10本組		¥108
10分後 避難	避難誘導旗		¥1,500
	地図		¥864
10分後 情報	乾電池 (単3×3本) 水を入れて使用 20年保存可能		¥400
10分後 連絡	災害時伝言板 携帯版 スマートフォン版		無料
30分後 情報	モバイル バッテリー		¥3,999

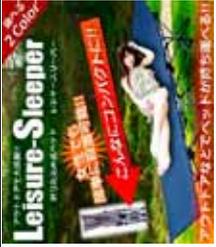
経過時間	品名	写真・イラスト	参考価格
2時間後 救護	ストレッチャー		¥106,920
	ストレッチャー		¥30,096
4時間後 救護	カイロ		¥443 (100均あり)
	アルミシート		¥449 (100均あり)
12時間後 救護	毛布		¥2,980
	経口補水液		¥3,888

経過時間	品名	写真・イラスト	参考価格
当日の夜 避難	現金		時価
当日の夜 飲料	水 ペットボトル		¥947
	缶詰パン		¥399
当日の夜 食料	缶詰おかず		¥2,268
	レトルト食品		¥10,400
当日の夜 便所	携帯トイレ (男性用)		¥346 (100均あり)

経過時間	品名	写真・イラスト	参考価格
当日の夜 便所	簡易トイレ 水なし 30回分		¥2,800
当日の夜 寝具	寝袋 冬季用 1人用		¥2,980
当日の夜 照明	ランタン LED 乾電池使用 連続6日間使用可		¥2,300 (100均あり)
	ロールポリ袋 230X340 2,800枚		¥1,084 (100均あり)
当日の夜 その他	紙皿 特用どんぶり 50枚入り		¥929 (100均あり)
	紙コップ 容量:205ml 30個入り		¥200

経過時間	品名	写真・イラスト	参考価格
1～2分後 避難	ライフジャケット		¥6,264
	浮くリュックサック		¥6,804
	非常持出袋		¥3,801
3分後 救助	消火器		¥3,200
	笛		¥419
	バール		¥4,454

経過時間	品名	写真・イラスト	参考価格
3分後 救助	ジャッキ		¥62,500 (4個セット)
	軍手		¥2,916
3分後 救助	災害組織用救急箱		¥27,712 (20人分)
	ラジオ		¥1,000
5分後 連絡	小銭		時価
	防水メモ		¥270 (100均あり)

経過時間	品名	写真・イラスト	参考価格
	アウトドアベッド		¥4,980
2～3日後 寝具	エアースト		¥1,350
	エアーマット		¥1,260
2～3日後 照明	インバーター エンジン ガス発電機 (カセットボンベ)		82,285
	カセットボンベ 3本		¥3,020 (100均あり)
2～3日 その他	カセットボンベ コンロ		¥2,743

経過時間	品名	写真・イラスト	参考価格
2～3日 その他	パトロール用品 防犯腕章		¥918
	お薬手帳 (スマホ用)		無料
4～7日 避難	お尻洗浄 (お尻ウォッシュャー)		¥555
	簡易浴場		¥1,234,286
4～7日 食料	ローリングストック 缶詰(保存期間5年以 上) 日常食品(冷蔵庫)		無料
4～7日 その他	嗜好品 アルコール (依存症に注意、 避難所は禁酒)		¥350

## 防災備蓄の基本的な要素

企業の防災備蓄は、

1. 帰宅が困難な従業員が一定期間事業所内にとどまれるようにするための物資
2. 帰宅ルートが安全が確認できた社員を帰宅させる際の配布物
3. 建物や備品の損傷、倒壊、転倒に備えた救助、救護用品などが対象となります。

備蓄物品や備蓄量は、

1. 貴社のオフィスの状態や従業員の就業状況
2. 会社として災害時の初期初動対応、帰宅困難者対策をどのような方針とするかによって、備蓄すべき物品が決まります。

また、備蓄量の目安としては、

3日分を設定することが一般的になっていますが、災害のレベル(規模・範囲)によっては7日とか14日とか30日の備蓄が必要となる場合が考えられますので、よく検討する必要があります。

## 防災備蓄時の注意事項

### ・ 選定時の注意事項

配布方法、配布量の方針を予め決めること：備蓄品目、備蓄量を決めないと、配布時に混乱をきたすこととなります。

消費期限を揃えて調達すること：個別に消費期限を迎えて、品目ごとに調達する必要が生じ、手間もコストもかかります。

複数社から見積を取得すること：備蓄品は、金額、内容共に妥当性が低くなる可能性があります。

### ・ 保管時の注意事項

保管環境を適切に保つこと：備蓄品の多くは保存用に密閉されていますが、温度、湿度、粉塵などの対応が必要です。

荷崩れしにくくしておくこと：地震の際に散乱して、持ち出しに時間がかかったり、保管場所の入口をふさいでしまったりしますので、丈夫な箱に入れて適切な積み上げ方をしたり、棚に整理するなどしておきましょう。

地震の際に個人で持ち出すようにすること：事業所等の建物が新耐震基準を満たしていない場合、強い揺れで倒壊したり、立ち入りが規制されたりするおそれがあるため、備蓄品は予め配布することを推奨します。

現物で確認すること：備蓄品の使用期限は、購入時からではなく、工場出荷時からの期間で設定されている物が多いため、購入記録などで管理するのは望ましくありません。

定期的に保管状態の確認をすること：使用期限まで放置するのは望ましくありません。

### ・ 更新時の注意事項

配布して消費すること：備蓄期限切れの備蓄品は、廃棄してしまうのではなく、災害発生時の訓練も兼ねて使用することが望ましいです。

消費期限切れの食品を配布しないこと：備蓄品を更新する場合は、余裕を持った日程で実施することが望ましいです。

新しい備蓄品が納品された後で廃棄・配布すること：備蓄期限切れになる備蓄品を廃棄、配布する場合は、備蓄品の在庫が途切れる期間が生じないようにしましょう。

## 防災検討委員会委員からのメッセージ（発行にあたって）

### 焼津市魚仲水産加工業協同組合 服部 敏之 委員

近年、さまざまな大規模自然災害が多発しており、それは、いつ、どこで発生するか予測できません。

しかし、常日頃からの備え、すなわち「災害に関する正しい知識を持ち、いざという時に落ち着いてあらかじめ決められた行動をできるようにしておく」ことにより、被害を小さくすることが可能です。この企業防災チェックリストが少しでも、そのお役に立つことができれば幸いです。

### 青島ポンプ工業株式会社 青島 直久 委員

災害と一口に言っても多種多様で、台風のように事前に準備ができるものもあれば、地震のように突然のものもあります。

私達は災害が起こった時には非常に危機感を感じますが、「喉元過ぎれば熱さを忘れる」でつい忘れがちになってしまいます。

これからは、企業防災チェックリストを大いに活用し「忘災」から「防災」へお役立ていただければ幸いです。

### 株式会社焼津水産振興センター 村松 正直 委員

「東海地震説」以来、40年近くが経過しようとしている現在でも、企業として、何をどのように、いつまでに備えたらよいか、未だ悩んでいる企業も多いのではないのでしょうか。

今回、企業防災チェックリストの作成に携わらせて頂き、企業防災の重要性を再認識し、改めて当社においても、この企業防災チェックリストを参考として、背伸びをせずにできることをコツコツと進めていきたいと考えています。

### アステラスファーマテック株式会社 藤田 正隆 委員

企業は地域に存在し地域の従業員が働く場所であり、防災の中心的役割を果たすことを再認識しました。その機能を発揮するために、今回、職場で活用できる冊子にすべく工夫しました。

企業の防災活動の高質化は、地域の防災を高めることに繋がります。

共にいいものを作っていきます！

### 有限会社塩川新聞舗 塩川 彰 委員

もはや大地震や津波のみならず、異常気象がもたらすゲリラ豪雨による水害や台風・竜巻、また今後予想される火山噴火や原子力災害等、この企業防災チェックリストが会員事業所のあらゆる防災の取り組みの参考になればと思います。

### 有限会社佐藤塗装工業 古谷 光子 委員

災害に対する備えで大切な事は「こういう時にはこうする！」という具体的な行動指標です。

私達事業者は、従業員とその家族の安全を確保し会社を守り、また周辺住民の救護・救援といった社会的責任があります。その為に必要な企業防災チェックリストができたと自負しています。

いつ来るかわからない災害のことです。真摯に受け止めてこの冊子をご精読頂きたいと思います。

## 防災対策研究委員会

平成 24 年 7 月 25 日～平成 25 年 10 月 31 日

	委員氏名	事業所名	備考
1	北村 幸男	焼津信用金庫 顧問	委員長・副会頭
2	齋田 久人	(株)サイダUMS 代表取締役会長CEO	常議員
3	橋本 勝策	(株)橋本組 代表取締役	常議員
4	服部 敏之	焼津市魚仲水産加工業協同組合 代表理事組合長	常議員
5	山田 昌宏	焼津漁業協同組合 常務理事	常議員
6	青島 直久	青島ポンプ工業(株) 代表取締役	議員
7	岩邊 勝俊 植松 章司	東海造船運輸(株) 代表取締役社長	議員 ~H25. 3. 31 議員 H25. 3. 31~
8	塩川 彰	(有)塩川新聞舗 代表取締役	議員
9	大井 基明	焼津運送(株) 代表取締役社長	議員
10	市川 保	協同組合焼津水産加工センター 事務局長	議員(代理)
11	松田 敏孝	(株)サンロフト 代表取締役社長	会員

## 防災検討委員会

平成 26 年 4 月 1 日～平成 28 年 10 月 31 日

	委員氏名	事業所名	備考
1	北村 幸男 小原 照光	焼津信用金庫 顧問 (株)コハラ 代表取締役	委員長・副会頭 ~H27. 9. 9 委員長・副会頭 H27. 9. 9~
2	服部 敏之	焼津市魚仲水産加工業協同組合 代表理事組合長	常議員
3	青島 直久	青島ポンプ工業(株) 代表取締役	議員
4	増田 洋 村松 正直	(株)焼津水産振興センター 代表取締役	議員 ~H26. 6. 4 議員 H26. 6. 5~
5	藤田 正隆	アステラスファーマテック(株)	議員(代理)
6	塩川 彰	(有)塩川新聞舗 代表取締役	議員
7	古谷 光子	(有)佐藤塗装工業	女性会

## オブザーバー参加者

	氏名	所 属	期間
1	岡本 康夫 岩谷 壽夫	焼津商工会議所 専務理事	H24. 7. 25~H27. 9. 9 H27. 9. 9~
2	奥山 良一	奥山事務所 代表	H27. 1. 20~

## 事務局

	氏名	所 属	期間
1	岡田 國治	中小企業相談所 所長	H24. 7. 25~
2	林 直弘	中小企業相談所 係長	H24. 7. 25~

## 引用元一覧表

(順不同)

引用元	資料名
中小企業庁	小規模企業基本法概要
	小規模企業支援法概要
内閣府	地区防災計画ガイドライン
	国土強靱化基本計画の概要
	国土強靱化アクションプラン2015の概要
消防庁	防災マニュアル
静岡県	東海地震企業防災実態調査結果の概要
長野県松川町	防災訓練実践マニュアル
千葉県浦安市	防災の手引き

平成27年11月発行



