



人が倒れていたら

救急隊に引き継ぐか、なんらかの応答があるまで胸骨圧迫・人工呼吸・AED使用を継続

まず、意識があるか確認

- 肩を軽く叩きながら呼びかける

周囲を確認し、安全な場所へ運ぶ

大出血があれば、すぐに止血



意識がない (何らかの応答やしぐさがない) 場合

- むやみに起こしたり、揺すったりしない。
- 大声で周囲の人を呼び、119番通報とAEDを依頼
- 呼吸を確認する
- 胸と胸部の動きをみる

AEDの使い方

- 1 AEDの電源を入れる。
- 2 電極パッドを胸に貼る。
※体が濡れていたら拭く。



応急手当

ゴム手袋やビニール袋などを使用し、血液には直接触れない。
ひどいケガやヤケドは病院で見てもらう。

切り傷の場合

- 清潔なガーゼやハンカチ等で傷口を完全に覆う。
- やや強く圧迫して止血。
- 包帯を巻き、患部を清潔に保つ。



骨折の場合

- 骨折した所をしっかり固定する。
- 骨が飛び出している場合は元に戻さない。
- 傷口を洗わない。
- 出血している場合は、まず止血の手当。
- 副子(そえこ)を当て、痛くない位置で固定。
- 副子は骨折部分の上下の関節より長くする。
- 骨が出ている場合は清潔な布を当て、シーツなどでくるむ。
- 固定しすぎると血液の流れが悪くなり、危険な場合もあるので注意。
- 観察のために、指先や足先が見えるようにする。

呼吸がない場合

直ちに胸骨圧迫もしくは人工呼吸

- 30回胸骨圧迫後、人工呼吸を2回行い、一定間隔で繰り返す。

胸骨圧迫の手順

- 1 胸の真ん中に手を重ね、垂直に体重をかける。
- 2 胸骨が4~5 cm 下方に圧縮されるよう1分間100回の早さで30回圧迫。

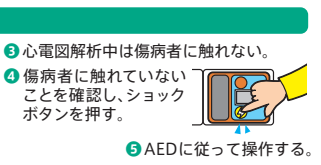
人工呼吸の手順

口の中に何か詰まっていたら取り除き、血液やだ液は拭き取る。

- 1 親指と人差し指で鼻をつまみ鼻の孔を塞ぐ。
- 2 大きく口を開けて2秒かけて静かに息を吹き込む。
- 3 抵抗なく息が入ればもう一度繰り返す。



感染予防の観点から人工呼吸用マウスピース等を使用したほうがより安全です。



5 AEDに従って操作する。

ヤケドの場合

- 流水で患部を冷やす。流水が困難な時は、水で濡らした清潔な布を頻繁に変える。
- 水ぶくれは破らない。
- 消毒ガーゼやキレイな布を当てて包帯を巻く。



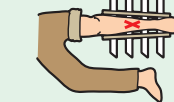
腕

1. 骨折している所に副子を当て、上下を固定。
2. 三角巾でつったあと、さらに胸部に固定。



足

1. 骨折している所の両側から副子を当てる。
2. 骨折部分の上部、下部、ひざ下、足首下の順で固定。



副子(そえこ)とは、骨折部分を固定できるもの

棒・板・傘・段ボール・新聞紙・雑誌(硬く折り曲げる)毛布など



キャンパスマップ

六甲台地区

六甲台第1キャンパス

- ① 法学研究科・法学部
- ② 経済経営研究所
- ③ 国際協力研究科
- ④ 経済学研究科・経済学部、経営学研究科・経営学部



六甲台第2キャンパス

- ⑤ 本部(事務局、保健管理センター)
- ⑥ 工学研究科・工学部
- ⑦ システム情報学研究科・システム情報学部
- ⑧ 科学技術イノベーション研究科
- ⑨ 農学研究科・農学部
- ⑩ 人文学研究科・文学部
- ⑪ 情報基盤センター
- ⑫ 理学研究科・理学部

鶴甲第1キャンパス

- ⑬ 国際文化学研究科・国際人間科学部

鶴甲第2キャンパス

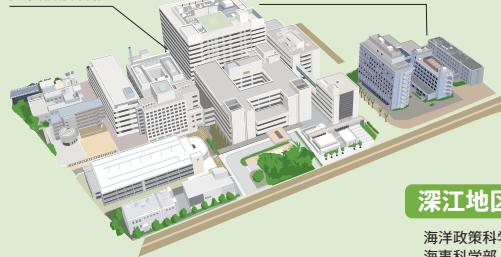
- ⑭ 人間発達環境学研究科・国際人間科学部

●: 災害発生時屋外避難場所
各地区の避難場所の詳細については、
<https://www.kobe-u.ac.jp/ja/about/action/crisis-management/>を参照

楠地区

楠地区の避難場所は大倉山公園

医学部附属医院



医学部医学科 医学研究科
医学部医療創成工学科

深江地区

海洋政策科学部
海事科学部
海事科学研究所

名谷地区

医学部保健学科
保健学研究科



(津波発生時は本山第三小学校)

防災 ポケット ガイド



神戸大学

緊急時情報

記入しておきましょう

① 氏名

② 学籍番号

④ 緊急連絡先(学内)

※各自、所属部署における緊急連絡先を確認のうえ、記入してください

学部・部署等	固定電話	携帯電話
	()	()

④ 緊急連絡先(家族・友人)

名前	関係	住所	固定電話	携帯電話
			()	()

名前	関係	住所	固定電話	携帯電話
			()	()

⑤ パーソナルメモ

生年月日	血液型

持病・アレルギー	常用薬

家族と共有しておきましょう
家族との待ち合せ場所(自宅近くの避難所)



地震が発生したら

1 まず、自分の安全確保!

- 危険な物(ガラス、棚等)から離れ、机の下等に身を寄せ頭と手足を守る。
- 慌てて外に出ない。
- エレベーターでは、揺れがおさまるまで待機。



2 揺れがおさまったら、冷静な行動!

- 火の元(コンセントやガスの元栓等)確認と火の始末。
- 戸や窓を開け、脱出口を確保。
- 余震に注意する。
- ものの落下、倒壊の危険がない場合、その場で待機。危険と判断した場合、安全な場所へ移動。
- 火が出たら周りに知らせ、火災報知器ボタンを押し、可能であれば初期消火。消火困難の場合は、すみやかに離れる。



地震発生時、屋外にいたら

海岸付近の場合

- 津波警報・注意報を確認。
- 警報や注意報の解除まで、海岸に近づかない。

急いで
高台に
避難



電車内の場合

- つり革や手すりを両手でしっかり握る。
- 停車しても車外へ出たり、飛び降りたりしない。
- 乗務員の指示に従い、冷静に行動。



運転中の場合

- ハンドルをしっかり握り、ゆっくりと減速。
- 道路の左側に停車し、エンジンを停止。
- 周囲の安全確認後、車内ラジオで情報収集。
- 鍵をつけたままドアロックをせず、徒歩で避難。



3 教職員の指示に従い、落ち着いて行動!

- 安全が確保されている場合、指示があるまで、その場で待機。
- 避難時は、「おさない、かけない、しゃべらない、もどらない」。
- 身の周りのものは身につけるが、大きな荷物は置いていく。
- 避難時は、エレベーターは使用せず、階段で移動。
- 危険と思われる場所には近づかない。
- 火災がある場合は、濡れたタオル等で口を覆い、煙を吸わないようにする。

4 家族の安全確認!余震に注意!

- 自分の安全が確保できたら家族・親戚への安全確認を行う。余裕があれば救急・救命活動や消火活動に参加する。
- 無理に帰宅せず、大学や避難場所などになるべくとどまる(各地区の避難場所 <https://www.kobe-u.ac.jp/ja/about/action/crisis-management/>参照)。

災害
伝言板
171
ダイヤル



火災が発生したら

まず、知らせる

- まわりの人に大声で火事を知らせる。
- 声が出ない時は、ものを叩いて音を出す。
- 火災報知機や非常ベルがあればボタンを押す。



煙に注意し、素早く避難!

- できるだけ低い姿勢で避難する。
- 濡れたタオル等で口を覆い、煙を吸わないようにする。
- 服装や持ち物はそのままに、とにかく早く逃げる。
- シャツや毛布を水に浸してかぶるのも身を守る方法のひとつ。
- 小さい子供や高齢者、病氣の人をかばいながら避難する。



消火器の使い方

- ①安全ピンを抜く。
- ②左手でホースの先をつかんで火に向ける。
- ③右手で上のレバーと下のレバーを強く握り、火元に向けて放出する。



消火器や水がない場合

火がつく条件は、「空気(酸素)」「燃えるもの」「高い温度」。燃えにくいものをかぶせて空気を遮断したり、燃えるものを取り去ることで燃え上がりを防げます。

5 大学への安否連絡

- 安否確認システム(ANPIC)等により、大学へ安否を連絡。



「大学への連絡方法」を確認しておこう!

6 情報収集

- デマに注意し、テレビ・ラジオ・インターネット等で正しい情報収集に努める。



7 復旧への備え

- 安全確認ができ次第帰宅し、避難生活用品・防災用品を準備して復旧に備える。



171
ダイヤル

災害用伝言ダイヤル

大規模災害時に利用できるようになるNTTのサービス

伝言の録音 → 171+1+電話番号(市外局番から)

伝言の再生 → 171+2+電話番号(市外局番から)

メッセージ登録内容: 音声

携帯
電話

携帯各社「災害用伝言板」

大規模災害時に携帯電話から安否確認(安否情報の登録)ができるサービス

利用している各携帯電話通信会社のサイトを確認の上、事前に必要な登録を。

SNS SNS

X、フェイスブック、LINE等、SNSに自身の状況(「無事」等)を投稿することで、家族や知人に安否連絡。



事前の確認と準備!

地震発生時は、余震が落ち着き、帰宅手段等の安全が確認できるまで、原則、大学や避難場所等にとどまります。また、交通機関が動いていない場合は、徒歩で帰宅することになるため、以下を確認しておきましょう。

- 避難場所
- 家族との連絡方法および待ち合わせ場所
- 大学から自宅まで徒歩で帰宅する場合の距離および経路
- なお、徒歩で帰宅する目安の距離は10km以内とされています。



防災チェックリスト

準備・携行しておく便利なもの

- ☐現金(小銭も)
- ☐共済組合員証・その他保険証等
- ☐タオル・ばんそうこう・包帯
- ☐手回し充電ラジオ・ライト
- ☐ティッシュ・ウエットティッシュ
- ☐非常用保温アルミシート
- ☐チョコレート・乾パンなど非常食
- ☐身分証明(学生証・免許証等)
- ☐家族・友人の連絡先を記入したメモ
- ☐雨具(カッパなど)
- ☐携帯充電器
- ☐ポリエチレン製ゴミ袋
- ☐油性マジックペン
- ☐水またはお茶のペットボトル
- ☐常備薬とその処方箋
- ☐コンタクト用品
- ☐生理用品

その他必要なアイテム

- ☐預金通帳
- ☐運動靴
- ☐卓上コンロ
- ☐ひも・ロープ
- ☐予備電池
- ☐スリッパ
- ☐使い捨てカイロ
- ☐印鑑
- ☐上着・下着・靴下
- ☐リュック
- ☐懐中電灯
- ☐ろうそく
- ☐缶切り・栓抜き
- ☐洗面用具
- ☐非常食用料・水
- ☐軍手
- ☐ライター



災害発生時の安否状況報告

安否確認システム(ANPIC)について

- 神戸大学では安否確認システム(以下ANPIC)(※1)を導入しています。
- 地震等の大規模災害が発生した場合、あらかじめ登録されたメールアドレスにANPICからメールが送信(※2)されます。

※1 詳細情報については、
<https://www.kobe-u.ac.jp/ja/about/action/crisis-management/>を参照



神戸大学 ANPIC で検索

※2 兵庫県、大阪府、京都府、和歌山県、徳島県、香川県、岡山県、鳥取県において震度5弱以上の地震が発生した場合は、ANPICからメールを自動送信
その他の災害等については、管理者の判断により手動送信

安否状況の報告方法

ANPICから送られてくるメール文中のURLにアクセスする

安否状況【無事/軽傷/重傷/その他】、
現在地【自宅/学内・その他】を選択する
コメント事項があればコメント欄にも入力する

「安否状況を報告する」ボタンをクリック