

## 緊急時パーソナルメモ

男子部  期

学年	高1	高2	高3
クラス			
番号			

氏名

住所 〒

生年月日 年 月 日

性別 男 血液型

持病・アレルギー (負傷時に救助者に伝えたい事項)

自宅⇄学校間で利用できる広域避難場所  
名称

最寄り駅

電話

### 家族との集合場所

名称①

☎

名称②

☎

### 緊急連絡先

名前 ☎

名前 ☎

名前 ☎

油性ペンで記入してください。

## 災害時無料公衆電話

### 【緑色のアナログ公衆電話】

緊急ボタンを押すか、または10円玉を入れるれば、通話できます。通話が終わると、10円玉は戻ります。

### 【灰色のデジタル公衆電話】

テレホンカードや10円玉を使わず、受話器を取るだけで通話できるようになります。

※ピンク色の公衆電話は無料で使用できません。



## 日頃の準備

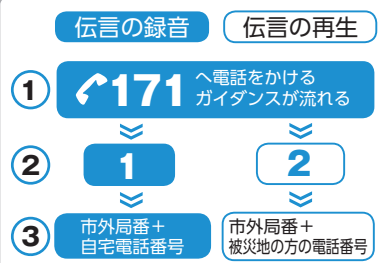
大地震の発生を防ぐことはできなくても、適切な準備を行うことで被害を軽減することができます。どんな備えが必要か考えておきましょう。

- 避難場所の確認 (学校、通学経路、自宅周辺など)
- 家族との連絡方法と待ち合せ場所の確認
- NTT災害用伝言ダイヤルサービス (左下段参照) や災害用伝言板サービス (下段参照) の使用方法の確認
- 緊急時パーソナルメモの記入
- 緊急時の対応 (裏面参照) や、緊急時携帯アイテムの確認

桐蔭学園高等学校男子部  
連絡先: 045-971-1411

## 家族への安否連絡

### 電話で確認 NTT災害用伝言ダイヤル



詳しいサービス概要や、ご利用方法はNTTのホームページをご覧ください。その他携帯各社で提供されているサービスについては、各ホームページをご参照ください。

体験利用について 災害発生に備えて利用方法を事前に覚えらるよう、体験利用提供日が設定されています。

【体験利用提供日】  
毎月1日、15日 (0:00~24:00)・正月三が日 (1月1日0:00~1月3日24:00)  
防災週間 (8月30日9:00~9月5日17:00)・防災とボランティア週間 (1月15日9:00~1月21日17:00)

地震など大災害発生時に、安否確認などの電話が爆発的に増加し、つながりにくい状況になった場合、提供されるサービスです。

### インターネットで確認 NTT災害用伝言板



もしもの時にあなたの身を守る

# 大地震対応 マニュアル

SAFETY GUIDE



桐蔭学園高等学校  
男子部



コンビニエンスストア・ファミレスなど

神奈川県内ガソリンスタンド

東京、大阪の石油商業組合加盟のガソリンスタンド

### 【災害時徒歩帰宅支援ステーション】

このステッカーを貼っているお店は、水道水やトイレの提供、通行可能箇所などの情報提供、一時的な休憩の場の提供をしています。

### 【学校安否情報】

災害時にラジオ (ニッポン放送 1242 kHz) で放送されます。

### 【携帯していると便利なもの】

- ・コンタクトレンズのケースと洗浄液
- ・小銭 (公衆電話をかけるときに必要)
- ・電池式携帯充電器

# 地震発生直後

# 揺れがおさまったら

# 落ち着いたら①

# 落ち着いたら②



**地震発生**  
身を守る

今いる場所は  
本当に安全？

**YES**  
その場所を動かない

**NO**  
安全な場所へ移動



家族との  
安否確認

※裏面参照

自宅が学校に  
歩いて帰れる？

**YES**  
自宅が学校へ

**NO**  
避難場所へ



学校へ  
安否連絡

※下段参照  
(なるべくEメールで  
連絡してください)

## POINT ▼

## POINT ▼

## POINT ▼

### 学校の外にいるとき

#### 命を守る行動を

南関東で想定される最大の地震動の強さは「震度7」です。これは2011年に起こった東日本大震災の揺れをはるかに上回ります。どんなことが起こるのか。最悪の事態を想像しましょう。

- 建物の中…古い建物の倒壊、損壊  
あわてて外に出ると、外壁や窓ガラスが落下してきます。頭を守るもの(カバンなど)で頭を覆い、落下物から頭と手足を守りましょう。
- 電車、バスの中…電車の脱線、急停止  
急ブレーキ・急ハンドルに備えて、普段からつり革や手すりにつかまる。停止後は係員の誘導に従って避難します。
- 路上…周囲の建物、ブロック塀の倒壊  
周囲をよく見て、落下してくるものや倒壊しそうなものから離れましょう。

#### 揺れがおさまったら

- 津波…相模湾や東京湾の海岸に襲来するかもしれません  
海の近くにいる場合は津波の襲来を意識しましょう。周囲の地形を見て、少しでも高いところがあればためらわずに移動しましょう。
- 近くで火災が発生した場合  
煙をなるべく吸わないように、タオルやハンカチがあれば口を覆って避難しましょう。
- 負傷者の救護  
負傷者が周囲にいる場合は、自分の身が安全な範囲でまわりの人の協力を得ながら救護しましょう。
- パニックを起こさないために  
出口に殺到して事故が起こります。まわりの人と声をかけあって行動することが大切です。
- 正しい情報を集める  
災害時にはデマが飛びかいます。震源地や津波の有無、電車の運休などの情報は、情報元をしっかりと確認しましょう。テレビ・ラジオ・行政の情報を利用しましょう。



#### 通学中・外出時に帰宅する？ 学校に来る？ 避難所へ行く？

- 1 学校に来る 家より学校の方が近い  
歩ける範囲である  
近くに避難する場所がない
- 2 家に戻る 学校より家に近い  
歩ける範囲である
- 3 最寄の避難所に行く 学校からも家からも遠い  
危険で家にも学校にも行けない  
自宅は壊れていられない  
保護者がだれもいない

ルート説明

鷺沼	約 5.5km
新百合ヶ丘	約 5.7km
長津田	約 5.8km
センター南	約 6.4km
町田	約 9.1km
登戸	約 9.1km
溝の口	約 10.0km
新横浜	約 12.7km
武蔵小杉	約 14.1km
相模原	約 16.3km
横浜	約 16.6km
厚木	約 21.4km

(距離は主要幹線道路を歩いた場合を示す)

- 多くの人が一斉に帰宅すると各所で混雑が発生するため、余裕を持つことも大切。周りの状況を確認してから帰宅すること。
- 災害時の歩行速度は約2.5km/時程度、10kmは4時間を要することになる。
- 日没後の行動は危険であり、夜間は犯罪に巻き込まれる可能性もあるため、1人での行動は避けるようにする。

(目安)

月日	日の出	日没
3月20日	05:46	17:53
6月20日	04:26	19:00
9月20日	05:27	17:42
12月20日	06:46	16:32

※悪天候は1時間早く暗くなる。



### 学校への安否連絡

#### 安否連絡について

地震発生時に外出していたり、登校していない場合は、連絡可能な状況になり次第、学校に連絡してください。

災害時安否連絡用Eメールアドレス  
**119-h@toin.ac.jp**

学校代表電話番号  
**045-971-1411**

※電話がつながりにくくなる可能性が高いのでなるべくEメールで連絡してください。

地震発生時、学園は校内で生徒諸君の生命・身体の安全確保を優先に行います。その後、被害状況を調査し安全下校が確認出来るまで、備蓄品を利用し学校内で保護します。