

佐伯市あまべ商工会事業継続計画

資料番号	資料名	備考
(1) 事業継続計画		
資料①	役職員携行カード	
資料②	緊急時連絡先一覧	
資料③	避難ルートマップ	
資料④	災害対策本部メンバーリスト	
資料⑤	災害時業務リスト	
資料⑥	救護用品一覧表	
資料⑦	備蓄品リスト	
資料⑧	立ち入り判断基準	
資料⑨	帰宅判断基準	
資料⑩	感染症対策	
(2) 参考資料		
参考①	消火器の使用方法	
参考②	応急処置の方法	
参考③	負傷者情報一覧表	
参考④	職員安否情報等確認用リスト（帰宅・滞在・勤務可否含む）	
参考⑤	役員連絡先リスト（安否・事業所状況確認用）	
参考⑥	事務所被害報告シート	
参考⑦	被害情報確認シート	
参考⑧	社外被災者受け入れリスト	
参考⑨	訓練の種類	
参考⑩	地域のリスクの認識	
参考⑪	オフィスの固定対策要領	
参考⑫	水災における事前対策	
参考⑬	国土交通省出典：大規模水災害に関するタイムラインの流れ	

【資料①】役員携行カード

初期動作のポイント

自身/家族の安全確保

↓

1 自身/家族の安全確保
2 避難場所

家族の安否確認

↓

3 家族との連絡手段
商工会への安否報告

↓

4 安否報告ルール
5 会社への安否報告

商工会からの指示を待つ

↓

6 指示があるまで原簿待機

2020年版

1 自身/家族の安全確保①

●**屋内にいる時**
1.机やテーブルの下に隠れる
2.慌てて外に飛び出さない

●**屋外にいる時**
1.カバン、着衣等で頭を保護する
2.安全な建物へ避難、街路樹も活用
ガラス飛散範囲≒建物高さの1/2
3.ブロック塀、門柱等に近寄らない

●**電車・地下鉄に乗りしている時**
1.吊革等につかりつかまる
2.乗務員に従い冷静に行動(勝手に)ドアを開けたり線路に降りたりしない

●**車に乗っている時**
1.徐々に速度を落とし左側に車を寄せ停止、エンジンを切る。
2.揺れがおさまるまで車外に出ない。
3.車から離れるときは、キーをつけたままにし、ロックはしない。

1 自身/家族の安全確保②

●**揺れがおさまったら**
1.初期消火
※火が天井に届いていたらあきらめて逃げる
2.救助活動
※周囲と協力し、無理のない所から
3.ドアや窓を開けて避難ルートを確保

●**避難する場合は？**
※避難前・避難後に人数確認を行う
※備蓄品を持って避難場所へ

2 避難場所

●**跡留地を基点とした避難場所**

避難場所	
広域避難場所	

●**自宅を基点とした避難場所**

避難場所	
広域避難場所	

※通勤途中の場合は各交通機関、警察、消防署の指示に従い、その地域の避難場所等に一旦避難する。

(参考)リスクの整理

リスクの種類	リスクの有無	被災想定	備考
南海トラフ地震			30年以内の発生確率:70~80%
首都直下型地震			30年以内の発生確率:70~80%
その他地震			30年以内の発生確率: 9%
津波		mmの浸水	
洪水		mmの浸水	想定河川: 川
土砂災害		区域に指定	参考資料: 山
火山噴火		噴火 cm/噴石有・集	想定活火山: 山

(参考)リスクを調べる際に有用なホームページ

- ◆内閣府ホームページ(南海トラフ・首都直下型地震)
- ◆各都道府県・市町村のホームページで公表されるハザードマップ
- ◆J-SHS地震ハザードステーション(国立研究開発法人防災科学研究所)地震リスク
- ◆重ねるハザードマップ(国土交通省):洪水・土砂災害・津波リスク

(参考)リスクの整理

(参考)リスクを調べる際に有用なホームページ

- ◆内閣府ホームページ(南海トラフ・首都直下型地震)
- ◆各都道府県・市町村のホームページで公表されるハザードマップ
- ◆J-SHS地震ハザードステーション(国立研究開発法人防災科学研究所)地震リスク
- ◆重ねるハザードマップ(国土交通省):洪水・土砂災害・津波リスク

3 家族との連絡手段

電話、携帯メールがつかない場合、下記の電話会社サービスも利用する。
※震度6弱以上の地震等の災害発生時に開設される。

携帯用災害用伝言板の使い方

【伝言板登録】
各携帯会社のウェブ画面(MENU, EZweb, Yahoo!ケータイなどのトップメニュー)にある「災害用伝言板」を開き、「登録」を選択して伝言を登録。

【伝言板確認】
同じく各携帯会社のトップメニューから「災害用伝言板」を開き、「確認」を選択して被災地の人の携帯電話番号を入力して伝言を見る。
災害用伝言ダイヤルの使い方

【伝言録音・再生】
「171」にダイヤル
録音「1」: 市外局番+自宅電話番号
再生「2」: 市外局番+自宅電話番号
※音声ガイダンスに沿って操作

(参考)家族避難場所・連絡先

避難場所: _____
電話番号: _____
市・区役所
電話番号: _____
病院
電話番号: _____
会社連絡先:
電話番号: _____
親戚連絡先:
電話番号: _____
親戚連絡先:
電話番号: _____

・日頃から家族で話し合い、自宅から避難しなければならぬ時の避難先や連絡先を決めておくこと。

(参考)災害伝言板利用方法①

●**NTTドコモの場合**

1.サービスの開始
震度6弱以上の地震等の災害が発生すると「iMenu」のトップに「災害用伝言板」が追加される。

2.メッセージの登録
【メッセージの登録内容】
「無事です」「被害があります」「自宅に居ます」「避難所に居ます」の4つの中から選択。その他、全角100文字以内のコメントを登録可能。
【メッセージ登録可能件数】
1携帯電話番号で10件
10件を超えるメッセージは古いものから順次上書きされる。

(参考)災害伝言板利用方法②

3.メッセージの確認
「災害用伝言板」から安否情報を確認したい人の携帯番号を入力し、メッセージを確認する。
インターネット経由で全国から確認可能。
【メッセージ保存期間】
登録から最大72時間

●**auの場合**
EZwebのトップメニューから「災害用伝言板」を選択し、同様の操作を実施。

●**softbankの場合**
Yahoo!ケータイのトップメニューから「災害用伝言板」を選択し、同様の操作を実施。

(参考)災害用伝言ダイヤルの利用方法

●**NTT災害用伝言ダイヤル(171) 伝言の登録 再生方法**

【伝言の登録】 (伝言の再生)

171にダイヤル 171にダイヤル
プッシュ ガイダンス プッシュ ガイダンス

1をダイヤル 2をダイヤル
プッシュ ガイダンス プッシュ ガイダンス

電話番号を入力 連絡を取りたい方の電話番号を市外局番から入力
プッシュ ガイダンス プッシュ ガイダンス

メッセージ録音 メッセージ再生

(参考)

4 安否報告ルール<例>

●安否確認システムで、必ず会社へ自身の安否を報告する。

●安否確認システムを利用できない場合は、緊急連絡網により安否報告を行う。
※報告内容
=「会社への安否報告」参照

●会社にいる従業員は、避難後に点呼を実施の上、点呼結果をとりまとめて隊長に報告する。

5 安否報告内容

安否報告内容:

- ・自己(及び家族)の安否(現在の居場所、負傷の有無/程度)
- ・その他(他の社員の安否情報、周辺の火災発生状況・公共交通機関に関する情報など)

6 従業員行動指針

●商工会からの指示があるまでは、安全な場所で待機し、自らの判断で勝手に動かない。

●自分自身、及び家族の人命の安全確保を第一として行動する。

(参考)帰宅指示・判断基準

●**帰宅経路の安全が確認できるまで帰宅しない**

- ・明るうちに自宅到着できる者は、帰宅経路の安全が確認できたら帰宅可とする。(徒歩毎時2.5kmで計算すると10kmは4時間を要する)
- ・明るうちに自宅到着不可の者は本社または避難場所で宿泊させ、翌朝帰宅する。
- ・帰宅者は飲食料等を携行する。
- ・余震が収まってから帰宅する。
- ・同一方向はできるだけ集団帰宅する。
- ・幹線道路を使い帰宅する。
- ・帰宅したら会社に無事帰宅した旨、報告する

<夜間の行動は避けること!>

(参考)地震発生時の被災想定

被災項目	震度等	震度				津波浸水
		5強	6弱	6強	7以上	
スタッフ	—	無人出社です		出勤数出社です		
建物	1991年5月以前耐震設計	欠付けに数日		使用不可		
建物内蔵	上記以外	片付けに数日		使用不可		
電力		使用不能		使用不可		
水		使用不能		使用不可		
ガス	プロパン 都市ガス	使用不能		使用不可		
一話電話	電話交換機を使用し 上記以外	離線により繋がりにくい状態		使用不可		
携帯電話		電力に準じる		使用不可		
備忘		電力に準じる		使用不可		
ネットワーク		電力に準じる		使用不可		
交通	鉄道	点検のため数日間停止		使用不可		
	道路	通行制限により一部使用不可		使用不可		

(参考)地震発生時の被災想定

【資料②】緊急時連絡先一覧

■ 社会インフラ

項目	名称	担当	連絡先	所在地	URL	備考
電気	九州電力(株)佐伯営業所					
水道	(本所・米水津) 佐伯市鶴見振興局					
	(上浦) 佐伯市上下水道部水道課					
	(蒲江) 佐伯市蒲江振興局					
ガス	(米水津) JA大分佐伯LPガスセンター					
	(蒲江) (株)かまぶろライフ					
	(上浦) 河村商店					
電話	NTT西日本大分支店 (フリーダイヤル)					
IT/通信	NTT西日本大分支店 (フリーダイヤル)					
	大分県商工会連合会					

■ 交通機関、道路

項目	名称	担当	連絡先	所在地	URL	備考
鉄道 (JR)	JR佐伯駅					
バス	大分バス佐伯営業所					
道路	(本所) 佐伯市鶴見振興局					
	(米水津) 佐伯市米水津振興局					
	(蒲江) 佐伯市蒲江振興局					
	(上浦) 佐伯市上浦振興局					

■ 消防、警察、自治体

項目	名称	担当	連絡先	所在地	URL	備考
消防	(本所・米水津) 佐伯市消防本部東部分署		[Redacted]	[Redacted]		
	(蒲江) 佐伯市消防本部蒲江分署					
	(上浦) 佐伯市消防本部上浦派出所					
警察	(本所) 鶴見警察官駐在所					
	(米水津) 米水津警察官駐在所					
	(蒲江) 蒲江警察官駐在所					
	(上浦) 上浦警察官駐在所					
役所・役場	(本所) 佐伯市鶴見振興局					
	(米水津) 佐伯市米水津振興局					
	(蒲江) 佐伯市蒲江振興局					
	(上浦) 佐伯市上浦振興局					

■ 近隣医療機関

項目	名称	診療科	連絡先	所在地	URL	備考
	(本所) 国民健康保険鶴見診療所		[Redacted]	[Redacted]		
	(米水津) 国民健康保険米水津診療所					
	(蒲江) 御手洗病院					
	(上浦) 小手川医院	内科				

■ 業務関連

項目	名称	担当	連絡先	所在地	URL	備考
全国連	全国商工会連合会		[Redacted]	[Redacted]		
都道府県連	大分県商工会連合会					

近隣商工会等	佐伯市番匠商工会				
	佐伯商工会議所				
	津久見商工会議所				
	延岡市三北商工会				

■ 金融機関

項目	名称	担当	連絡先	所在地	URL	備考
銀行等	日本政策金融公庫大分支店					
	大分銀行佐伯支店					
	大分銀行蒲江支店					
	豊和銀行佐伯支店					
	大分県信用組合佐伯支店					

■ 各種連絡先（設備、システム、物流、損害保険など）

項目	名称	担当	連絡先	所在地	URL	備考
郵便局	（本所）鶴見郵便局					
	（米水津）米水津郵便局					
	（蒲江）蒲江郵便局					
	（上浦）上浦郵便局					

■ 近隣の避難所

項目	連絡先	所在地	備考
（本所）佐伯市鶴見振興局（風水害）			地震津波は高台へ避難
（米水津）米水津振興局（風水害）			地震津波は高台へ避難
（蒲江）蒲江振興局（風水害地震津波）			
（上浦）上浦振興局（風水害）			地震津波は高台へ避難

【資料③】避難ルートマップ

避難場所 (集合場所)

鶴見本所

※ 風水害の場合は佐伯市鶴見振興局へ避難



蒲江支所



米水津支所

※ 風水害の場合は隣接の佐伯市米水津振興局へ避



上浦支所

※ 風水害の場合は佐伯市上浦振興局へ



【資料④】災害対策本部メンバーリスト

災害対策本部長	事務局長 脇田 文明
---------	------------

※ 不在時の災害対策本部長代行者

代行順位1位	広域指導課長 竹津 浩二
代行順位2位	経営支援員 井上 真紀

災害対策本部メンバー

氏名	部署・役職	災害発生時の担当業務
	上浦支所 経営指導員	上浦支所管理監督
	蒲江支所 経営指導員	蒲江支所管理監督
	米水津支所 経営指導員	米水津支所管理監督
	鶴見支所 経営指導員	鶴見支所管理監督



氏名	部署・役職	電話番号(自宅・携帯)
	事務局長	
	広域指導課長	
	経営支援員	
	上浦支所 経営指導員	
	蒲江支所 経営指導員	
	米水津支所 経営指導員	
	鶴見支所 経営指導員	

【資料⑥】救護用品一覧表

No.	品目	備蓄量	配置場所	更新		備考
				更新日	次期更新予定日	
1	ガーゼ	各1	本所支所事務所			
2	包帯	各1	本所支所事務所			
3	バンソウコウ	各1	本所支所事務所			
4	止血帯	各1	本所支所事務所			
5	三角巾	各1	本所支所事務所			
6	タオル	各1	本所支所事務所			
7	はさみ	各1	本所支所事務所			
8	ピンセット	各1	本所支所事務所			
9	消毒薬	各1	本所支所事務所			
10	傷薬	各1	本所支所事務所			
11	かぜ薬	各1	本所支所事務所			
12	湿布薬	各1	本所支所事務所			
13	体温計	各1	本所支所事務所			
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						

【資料⑧】 立ち入り判断基準

<判断基準> 原則、建物の外観を目視で確認し、以下事象が見られた場合は立ち入り不可とする

■立ち入り不可のケース

No.	確認事項	チェック結果
1	火災が発生している	
2	不均等に沈下している	
3	×状の亀裂が壁面に多数入っている	
4	外観上、明らかに建物が傾いている	
5		
6		
7		

【資料⑨】 帰宅判断基準

＜判断基準＞ 原則、下表のチェック結果をもとに危険がないと考えられる場合に帰宅を認める

■ 収集すべき情報

- 行政の指針
- 警報の発生状況
- 自宅までの経路の状況（道路や橋梁の通行可否、火災発生エリア、建物崩壊エリア等）
- 自宅までの距離
- 日没までの時間
- 天候

■ 徒歩で帰宅する場合

No.	確認事項	チェック結果
1	＜帰宅先までの距離＞ <input type="checkbox"/> 帰宅先までの距離が20km以内か。（2.5km/時で歩行時間約8時間）	
2	＜日没時刻＞ <input type="checkbox"/> 日没までに帰宅できるか。 （参考）震災時の徒歩帰宅の場合の速度の目安は約2.5km/時。	
3	＜気候＞ <input type="checkbox"/> 数時間先の気候（天気・気温）について、警報等は出ていないか。	
4	＜帰路の状況＞ <input type="checkbox"/> 帰路に大規模な火災が発生していないか。 <input type="checkbox"/> 帰路の道路状況（通行禁止区域、落橋、混雑等）の情報はどうか。 <input type="checkbox"/> 帰路の治安悪化に関する情報はないか。	
5	＜帰宅時の装備＞ <input type="checkbox"/> ヘルメット（あるとベター） <input type="checkbox"/> 携帯電話等の通信機器 <input type="checkbox"/> 小銭、テレホンカード（公衆電話用） <input type="checkbox"/> 歩きやすい靴 <input type="checkbox"/> 地図 <input type="checkbox"/> その他（水、食糧等）	
6		
7		
8		

■ 車で帰宅する場合

No.	確認事項	チェック結果
1	＜帰路の状況＞ <input type="checkbox"/> 帰路に大規模な火災が発生していないか。 <input type="checkbox"/> 帰路の道路状況（通行禁止区域、落橋、混雑等）の情報はどうか。	
2	＜停電＞ <input type="checkbox"/> 停電していないか。	
3	＜帰宅時の装備＞ <input type="checkbox"/> 車に燃料は十分にあるか。 <input type="checkbox"/> 携帯電話等の通信機器 <input type="checkbox"/> 小銭、テレホンカード（公衆電話用） <input type="checkbox"/> 地図 <input type="checkbox"/> その他（水、食糧等）	
4		
5		

【資料⑩】感染症対策

1. 感染症の拡大防止策

手洗いの徹底 マスクの着用	<input type="checkbox"/> 利用者・職員にマスク着用の徹底を周知し、着用していない場合は配布等に努めている。 <input type="checkbox"/> 消毒備品等を各所に設置し、利用者・職員に手洗いや手指消毒の徹底を周知している。 <input type="checkbox"/> 共用タオル等を使用しない、衣類をこまめに洗濯するなど、衛生管理を徹底している。
ソーシャル ディスタンス	<input type="checkbox"/> 行列整理や床の目印表示等により、混雑を回避している。 <input type="checkbox"/> 座席の工夫など従業員も含めて対人間隔を確保し、大声で会話しないよう周知している。 <input type="checkbox"/> 対面が想定される場所への遮蔽物の設置等で接触機会を低減している。
3密※を 避けた行動 <small>※密閉、密集、密接</small>	<input type="checkbox"/> 3密が予想される場合、入場者数・滞在時間の制限等を行っている。 <input type="checkbox"/> 扉や窓を開け、扇風機を外部に向けて使用するなど、定期的な換気を行っている。 <input type="checkbox"/> 職員の休憩室等ではできる限り換気を行い、対面で食事・会話をしないようにしている。
施設の 清掃・消毒	<input type="checkbox"/> 複数の人が触れる場所や物品を極力減らし、難しい場合はこまめに清掃・消毒している。 <input type="checkbox"/> 使用済みマスク等は、ビニール袋に入れて縛るなど密閉して捨てるよう表示している。 <input type="checkbox"/> 清掃・消毒・ごみ回収は手袋・マスクを着用し、事後に手洗い・手指消毒を徹底している。
利用者・職員の 体調管理	<input type="checkbox"/> 利用者で熱がある者は入場をご遠慮いただくようお願いするなどの取組を行っている。 <input type="checkbox"/> 職員に出勤前に検温や体調確認をさせ、毎日報告させている。 <input type="checkbox"/> 体調不良の職員に休養を促し、勤務中に体調不良になった者はただちに帰宅させている。 <input type="checkbox"/> 所轄の保健所の確認や来場者の把握など、感染者等の発生に備えた取組を行っている。

【留意点】

新型インフルエンザや新型コロナウイルス感染症等については、平時より拡大防止を図ることが重要であり、事業を実施していくためには、商工会館・事業所等での感染防止対策の徹底を図る必要がある。適宜各自治体が定めるガイドライン等も参考にしつつ、上記のような基本動作については予め徹底しておく。

2. 感染症発生時の対応

時間	優先業務とすべき事項	職員の対応	
発生前 (海外発生フェーズ)	<ul style="list-style-type: none"> 社内における感染防止策の周知徹底 感染流行国への出張禁止 安否確認システムによる連絡先の整備・確認および職員の家族に要介護者がいるか等の属性情報の整理 危機対策本部の設置準備 必要備品（マスク・消毒薬等）の調達 優先業務のランク付け 在宅勤務可能業務の選定 人手不足に備えた業務体制の構築（ジョブローテーション等） 	《勤務中》 <ul style="list-style-type: none"> ■ マスク着用、手洗いの励行等感染予防対策 ■ 安否確認システムの確認への返信 	《勤務外（通勤中含む）》 <ul style="list-style-type: none"> ■ マスク着用、手洗いの励行等感染予防対策 ■ 安否確認システムの確認への返信 ■ 子供・要介護者等、感染が拡大した際の対応の検討
		《勤務中》 <ul style="list-style-type: none"> ■ 感染防止対策の徹底 ■ 公共交通機関を利用しない方法の検討・時差出勤の検討 ■ 安否確認システムへ必ず返信及び家族に留意事項がある場合の報告 <p>※感染拡大防止を第一に考え、体調に不安がある場合は無理せず自宅待機とする。</p>	《勤務外（通勤中含む）》 <ul style="list-style-type: none"> ■ 感染防止策の徹底 ■ 公共交通機関をなるべく避ける ■ 安否確認システムへ必ず返信及び家族に留意事項がある場合の報告 ■ 不要不急の外出を避ける <p>※感染拡大防止を第一に考え、体調に不安がある場合は無理せず自宅待機とする。</p>
発生 当日	<ul style="list-style-type: none"> 安否確認システムの発動（役職員の出社体制を指示・確認） 通勤手段の確保（徒歩・自転車・自家用車を使用可能な場合優先する） 危機対策本部の設置（正副会長や役員と連絡をとり、事務局長や経営指導員責任者は参集） 削減候補業務を段階的に縮小、テレワークの指示 レイアウトの変更、時差出勤の指示 	《勤務中》 <ul style="list-style-type: none"> ■ 感染防止対策の徹底 ■ 公共交通機関を利用しない方法の検討・時差出勤の検討 ■ 安否確認システムへ必ず返信及び家族に留意事項がある場合の報告 <p>※感染拡大防止を第一に考え、体調に不安がある場合は無理せず自宅待機とする。</p>	《勤務外（通勤中含む）》 <ul style="list-style-type: none"> ■ 感染防止策の徹底 ■ 公共交通機関をなるべく避ける ■ 安否確認システムへ必ず返信及び家族に留意事項がある場合の報告 ■ 不要不急の外出を避ける <p>※感染拡大防止を第一に考え、体調に不安がある場合は無理せず自宅待機とする。</p>

【参考①】 消火設備の使用方法

(1) 大きな声で周囲の人に火災を知らせ、消火器を火災場所まで運ぶ。

(2) 消火器の安全栓を抜く。



(3) ホースをはずし火元に向ける。
消火器は、2F事務所入り口にあります。



(4) レバーを強く握る。



(5) 放射する。



<参考：横浜市消防局資料から抜粋>

【注意】

天井に炎が到達または天井に燃え移った時点で、消火器による消火活動はできないと判断する。
その場合、速やかに初期消火を中止し避難をはじめめる。

第2章

おぼえておこう! 応急手当

身につけよう!

大きな災害が発生して、けがをしてしまった場合、または自分は無事でも家族やまわりの人がけがをしている場合、どうすればよいのでしょうか。災害時は、ふだんのように救急車がかけつけられないことも考えられます。こうした場合にそなえて、少しでも役立つ応急手当の知識を身につけておきましょう。

ケガの
応急手当

やってみよう!

1. 切りキズなどによる出血

キズの手当てでは、1.出血を止める(止血)、2.細菌の侵入を防ぐ、3.痛みをやわらげる、という3つのことを意識しながら行う。



応急手当

- 1.出血しているところを完全におおえる大きさの清潔なガーゼや布でやや強く押さえ、止血する。
- 2.患部を清潔に保ち、包帯などを巻く。
- 3.じかに血液にふれないようにビニール・ゴム手袋を利用する(スニーパーの袋などでもよい)。

応急手当

- 1.流水で患部を冷やすのがいちばんよいが、水が出ないときは、水でぬらした清潔なガーゼやタオルをひんぱんにかえて冷やす。
- 2.水ぶくれは破らないようにする。
- 3.消毒ガーゼがきれいな布を当て、包帯をする。



2. やけど

- ※キズ、やけどの場合、やたらに医薬品を使うのはやめよう。
- ※キズ口に直接、わたやチリ紙を当てないようにしよう。
- ※キズややけどがひどい場合は、病院でみてもらおう。

3. 骨折

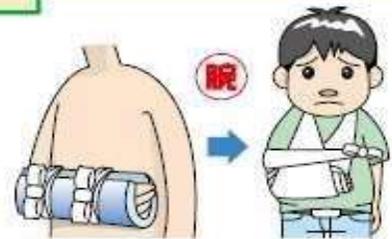
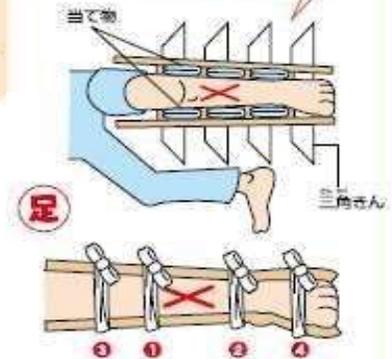
応急手当

- 1.出血している場合は、その手当てをする。
- 2.梶子を当て、痛くない位置で固定する。梶子は骨折部分の上下の関節より長くする。
- 3.骨が突き出しているときは、その上に清潔なガーゼか布を当て、シーツなどでくるむ。

★骨折のみかた

- 激しい痛み ●はれたり変形している
- 冷や汗がでたり、寒気がする ●さわってみると骨がずれている
- キズ口から骨のはしが出ている

固定のみかた

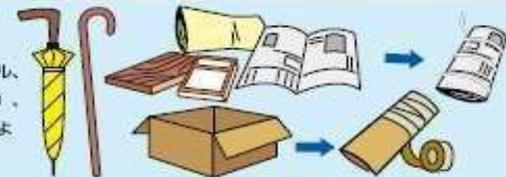


- 1.骨折しているところに梶子を当て、その上下を固定する。
- 2.三角せんですつたあと、さらに腕部に固定する。

- 1.骨折しているところの両側から、梶子を当てる。
- 2.関節が動かないよう、1~4の順番に固定する。

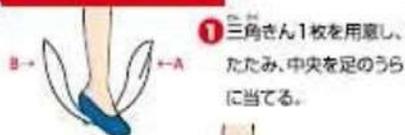
★梶子とは?

棒や板、かさ、ステッキ、段ボール、新聞紙・雑誌(かたく折り曲げる)、毛布などで、骨折部分を動かさないように固定できるもの。



- ※骨折したところはしっかり固定して動かさないようにする。
- ※骨がとび出している場合でも、元に戻さない。また、キズ口は洗わないこと。
- ※固定が強すぎると血の流れが悪くなり、危険な場合もあるので注意する。その観察のためにも、指先や足先が見えるようにしておく。

4. ねんざ

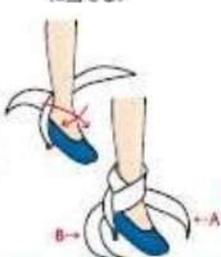


1 三角さん1枚を用意し、たたみ、中央を足のうらに当てる。



2 三角さんの両はしを足首のうしろに引き上げて交差させる。

3 三角さんの両はしを足の甲の方に回し、足首で交差させ、両はしをかかととなめぬにまいた三角さんの内側に通す。



4 三角さんの両はしを足首の前で結ぶ。

応急手当

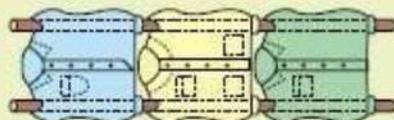
1. 患部は冷やす。
2. くつはそえ木のかわりになるので、ぬがなくてその上から三角さんや布などで固定する。

知っていると便利! ★応急担架のつくり方

動けない人を運ぶときは、衣類や毛布を使って、応急担架をつくれます。

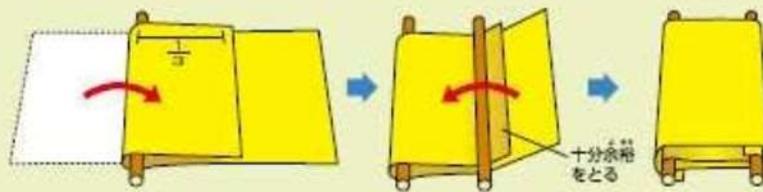
1 上着を活用

図のように2本の棒に上着を通します。



2 毛布を活用

毛布の1/3のところを棒に置いて、毛布をおり返してつくります。



十分余裕をとる

救急箱の中身

★救急箱の中身の例

- ※ 救急箱はいつも同じ場所に置こう。
- ※ 薬やガーゼは使ったらすぐに補充しよう。
- ※ 年1回は点検をして、古くなった薬やガーゼはすてよう。
- ※ 救急箱の中身は必要最低限のものだけにしよう。



三角さん
包帯(4号・6号が便利)



消毒ガーゼ
きれいなタオル



ばんそうこう(大・小)



体温計



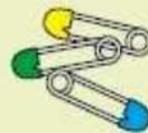
はさみ・ピンセット



キズ口用の消毒液



常備薬
(かぜ薬、胃腸薬、痛みどめなど)



安全ピン

読みのもの

病院がいっぱいになってしまうと...

災害が発生して多くのけが人ができると、みんな病院でみてもらおうと考えます。しかし、病院やお医者さんも被害を受け、満足な手当ができないことも考えられます。ただでさえけが人がいっぱい、しかも施設が使えない。そのとき問題になるのが、本当に手当を必要としている人と、そうでない人の区別です。災害時に、けがの程度に応じて患者を区分していくことを「トリアージ」といいます。トリアージはフランス語で、もともとはコーヒー豆を選別するときに使われた語だと言われており、現場ではトリアージ・タグという色のついたラベル(黒、赤、黄、緑)を使って患者の区分をします。わたしたちも本の知識ばかりでなく、講習会などで体験することによって、応急手当や救出救護の知識を身につけ、いざというときに役立てたいものです。



トリアージ・タグ

どうする?!

人がたおれていたら

① 意識があるか調べる

意識を確認する方法

- ★よびかけて返事をするか。★話はできるか。
- ★手足を動かしているか。★痛みに対して反応はあるか。

② 協力してくれる人を求める

★意識の障害があった場合は、すぐその場で救急車をよんでもらったり、大声でまわりの人をよびます。

③ 5つの観察と応急手当

1. 周囲の安全の確認

たおれている場所が安全かどうかを確認し、危険な場所ならば安全な場所に移動する。

3. 救急車をよぶ

まず、意識の有無を確認し意識がなければ近くの人に協力を求め、救急車をよぶ。

4. 気道の確保

意識がないときは呼吸がしやすいよう空気の通り道を確保する。

5. 呼吸の確認

呼吸が止まっていたら、すぐに人工呼吸を行う。

2. 出血の確認

大出血があったらすぐ止血する。

- ※救急車のよびかたは、P8-9をみてください。
- ※口の中になにかつまっていたら取りのぞき、血液や唾液はひきとる。
- ※よびかけても反応がないときは、わやみにおこしたり、ゆすったりしない。
- ※気道を確保するときは、顔をムリに後ろにそらせないようにしよう。
- ※正しい方法を身につけるために、応急手当の講習会を受けよう。

人工呼吸

① 救急と大声し声で、鼻をつまみ鼻の孔をふさぎます。



② 大きく口をあけて鼻の間に1回2秒かけて息を吹き込みます。



③ 気管の深く息が入れば、もう一回息を吹き込みます。



胸骨圧迫

① 胸の真ん中に手を重ね、両腕に体重をかけ、胸骨が4cm~5cm下方に圧迫されるように1分間100回/分以上で30回以上繰り返します。(30回/分が0.1)



② 30回圧迫後、人工呼吸を2回行います。この操作を一定間隔で繰り返します。



AEDが到着したら

① 電源を入れる



② 電極パッドを胸に貼る
体が汗や水で濡れていたらタオルで拭きます。



③ 電流ショックの必要性をAEDが判断した場合は必ずしも電流ショックをしないようにします。



④ ショックボタンを押す
誰も電極板に触れていないことを確認したら、目撃しているショックボタンを押します。



⑤ 以降は、AEDの音声メッセージに従います。

※心臓発作(人工呼吸・胸骨圧迫)とAEDの手順は、緊急隊に到着するか、自らかの応急や目的のある仕事(例えば、寝るなどの休養)が中断したり、休憩などの場が出現するまで続けます。

★夏は暑さによる脱水症状に注意

夏場、注意しなければならないのは、暑さによる脱水症状です。暑いと人間は汗をかきますが、このとき水分や塩分は体の外へ出てしまいます。すると、血液が流れにくくなってしまい、その分血液を送り出すために心臓に負担がかかります。脱水症状をおこすと、頭痛、ほてり、めまい、体温上昇、だるさなどの症状があらわれ、意識がなくなり危険な状態になることもあります。ムリをして長い時間炎天下で運動をしないことがいちばんですが、次のことに注意しましょう。

予防法

- ★外ではぼうしをかぶり、長い時間炎天下で過ごさない。
- ★ごまめに水分をとる。スポーツドリンクは糖分や塩分、ミネラルも同時に補給できます。
- ★寝不足やつがついているときにムリをしない。

応急手当

- ★休息 楽な状態に安静をさせ、衣服をゆるめたりぬがせたりして、体を冷やす。
- ★冷却 エアコンの入っているところ、風通しの良い日かげなどすずしいところで休ませる。
- ★水分補給 水が飲めるようであれば、少しずつ水を飲ませる。
- ※はき気がある、意識がはっきりしないなど、危険な状態であれば救急車をよぼう。

【参考③】負傷者情報一覧表

月 日 時 分 (24時制) 時点

№	受付日時	所属	負傷者氏名	救護所受付者	負傷箇所	症状	処置	ステータス			備考
								症状	病院への搬送状況	家族への連絡状況	
1								軽・重・死	不要・未・済(/、 :)	不要・未・済(/、 :)	
2								軽・重・死	不要・未・済(/、 :)	不要・未・済(/、 :)	
3								軽・重・死	不要・未・済(/、 :)	不要・未・済(/、 :)	
4								軽・重・死	不要・未・済(/、 :)	不要・未・済(/、 :)	
5								軽・重・死	不要・未・済(/、 :)	不要・未・済(/、 :)	
6								軽・重・死	不要・未・済(/、 :)	不要・未・済(/、 :)	
7								軽・重・死	不要・未・済(/、 :)	不要・未・済(/、 :)	
8								軽・重・死	不要・未・済(/、 :)	不要・未・済(/、 :)	
9								軽・重・死	不要・未・済(/、 :)	不要・未・済(/、 :)	
10								軽・重・死	不要・未・済(/、 :)	不要・未・済(/、 :)	

【参考⑤】役員連絡先リスト【安否・事業所状況確認用】

- ※ 役員のア否、事業所の状況を確認するリストです。
- ※ 改選や役職の変更の都度本リストを更新し、緊急時に対応できるようにしてください。

安否	商工会役職	氏名	住所	電話番号	事業所・家族の状況	
	会 長					
	副会長					
	副会長					
	理 事					
	理 事					
	理 事					
	理 事					
	理 事					
	理 事					
	理 事					
	理 事					
	理 事					
	理 事					
	理 事					
	理 事					
	理 事					
	理 事					
	理 事					
	理 事					
	監 事					
	監 事					

【参考⑥】事務所被害報告シート

確認場所		確認日時	
確認者			

確認項目		確認内容	確認結果	備考
火災		火災発生の有無		
執務室内	床	陥没		
	壁・扉	亀裂、破損		
	天井パネル	亀裂、落下		
	PC端末	破損、落下、転倒		
	その他			
廊下	床	陥没		
	壁	亀裂、破損		
	天井パネル	亀裂、落下		
給湯室	ガス	漏れ、ガス臭		
	水道	漏水、水が出るか		
	その他	棚、食器の破損		
トイレ	水道	漏水、水が出るか		
	便器など	破損		
	窓・鏡	ガラス割れ		
建物全体	建物躯体	倒壊の恐れ		
	電力	停電		
	空調	停止		
その他				

【参考⑦-2】被害情報確認シート（第 報）

作成日時	令和 年 月 日	作成者 (所属・役職・氏名)	()
	AM・PM 時 分		

【水害関連情報】

警報等の状況	<input type="checkbox"/> 大雨特別警報 <input type="checkbox"/> 土砂災害警戒情報 <input type="checkbox"/> その他気象情報()		
浸水被害の状況	<input type="checkbox"/> 被害あり	状況(地区・事業者の有無 等)	
	<input type="checkbox"/> 被害なし		
河川氾濫発生状況	状況		
避難勧告等々の発令状況	状況(地区・発令内容)		
天候情報	天候: 晴れ・くもり・雨・() 気温: °C 降水確率: % 日没時間: PM 時 分		
その他	状況(その他特記事項等)		

【金館の周辺状況】

分類	項目	周辺状況	備考/その他地域状況
周辺火災	周辺での火災発生	<input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有 (発生地域:) (消火状況:)	
周辺建物	周辺建物の損壊状況	<input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有 (発生地域:) (被害状況:)	
ライフライン	電力	<input type="checkbox"/> 通電 <input type="checkbox"/> 停電 (復旧見込時期:)	
	上水道	<input type="checkbox"/> 正常 <input type="checkbox"/> 断水 (復旧見込時期:)	
	下水道	<input type="checkbox"/> 正常 <input type="checkbox"/> 異常 (復旧見込時期:)	
	ガス	<input type="checkbox"/> 正常 <input type="checkbox"/> 停止 (復旧見込時期:)	
通信	固定電話	<input type="checkbox"/> 正常 <input type="checkbox"/> 困難 <input type="checkbox"/> 不通	
	携帯電話	<input type="checkbox"/> 正常 <input type="checkbox"/> 困難 <input type="checkbox"/> 不通	
	インターネット	<input type="checkbox"/> 正常 <input type="checkbox"/> 困難 <input type="checkbox"/> 不通	
	その他通信	<input type="checkbox"/> 正常 <input type="checkbox"/> 困難 <input type="checkbox"/> 不通	
交通(鉄道)	線	<input type="checkbox"/> 稼動 <input type="checkbox"/> 運休 <input type="checkbox"/> 他	
	線	<input type="checkbox"/> 稼動 <input type="checkbox"/> 運休 <input type="checkbox"/> 他	
	線	<input type="checkbox"/> 稼動 <input type="checkbox"/> 運休 <input type="checkbox"/> 他	
交通(道路)		<input type="checkbox"/> 正常 <input type="checkbox"/> 渋滞 <input type="checkbox"/> 交通規制	
		<input type="checkbox"/> 正常 <input type="checkbox"/> 渋滞 <input type="checkbox"/> 交通規制	
		<input type="checkbox"/> 正常 <input type="checkbox"/> 渋滞 <input type="checkbox"/> 交通規制	
		<input type="checkbox"/> 正常 <input type="checkbox"/> 渋滞 <input type="checkbox"/> 交通規制	
その他	原発状況	<input type="checkbox"/> 稼動 <input type="checkbox"/> 停止 <input type="checkbox"/> 損壊等	
	避難所状況	<input type="checkbox"/> 受け入れ可 <input type="checkbox"/> 受け入れ不可	
	政府・自治体発表		

【参考⑨】訓練の種類

訓練名称	概要	実施目安	実施予定日	実施日
避難訓練	実際に定められた避難経路に沿って避難行動を実施する。 ※ 留意点1 津波想定区域については、津波避難訓練も併せて実施する。 ※ 留意点2 大規模水害の場合は、垂直避難(2階避難、階上避難)と水平避難(避難所避難、高台避難等)の2種類の避難が想定されることに留意する。	年1~2回	()月()日 ()月()日	()月()日 ()月()日
消火訓練	事務所内にある消火器の扱い方や消火方法等について訓練を実施する。	年1回	()月()日	()月()日
水防訓練	大規模水害に備えた止水版・土嚢設置等の訓練を実施する。	年1回	()月()日	()月()日
応急救護訓練	応急手当の方法等について訓練を実施する。	年1回	()月()日	()月()日
救助訓練	下敷きになった人の救助方法や搬送方法等について訓練を実施する。	年1回	()月()日	()月()日
安否確認訓練	導入している安否確認システムの扱い方について訓練を実施する。	年1~2回	()月()日	()月()日
帰宅訓練(徒歩)	交通機関が遮断していることを想定し、徒歩での帰宅を実施する。	年1回	()月()日 ()月()日	()月()日 ()月()日
災害対策本部設置訓練	災害対策本部のレイアウト等を確認し、スムーズに本部が設置できるか訓練を実施する。	年1回	()月()日	()月()日
災害対策本部参集訓練	災害対策本部メンバーの参集ルールに従い、参集できるかどうか訓練を実施する。	年1回	()月()日	()月()日
通信機器操作訓練	導入している通信機器(衛星電話、IP無線等)の作動状況、操作方法等を確認する。	年1回	()月()日	()月()日
バックアップデータに関する訓練	バックアップしているデータや書類が利用できるか、バックアップ場所から取り出す訓練を実施する。	年1回	()月()日	()月()日
図上シミュレーション訓練	ある災害シナリオを想定し、決められたルールに従って災害対応ができるか、シミュレーションにて訓練を実施する。	年1回	()月()日	()月()日

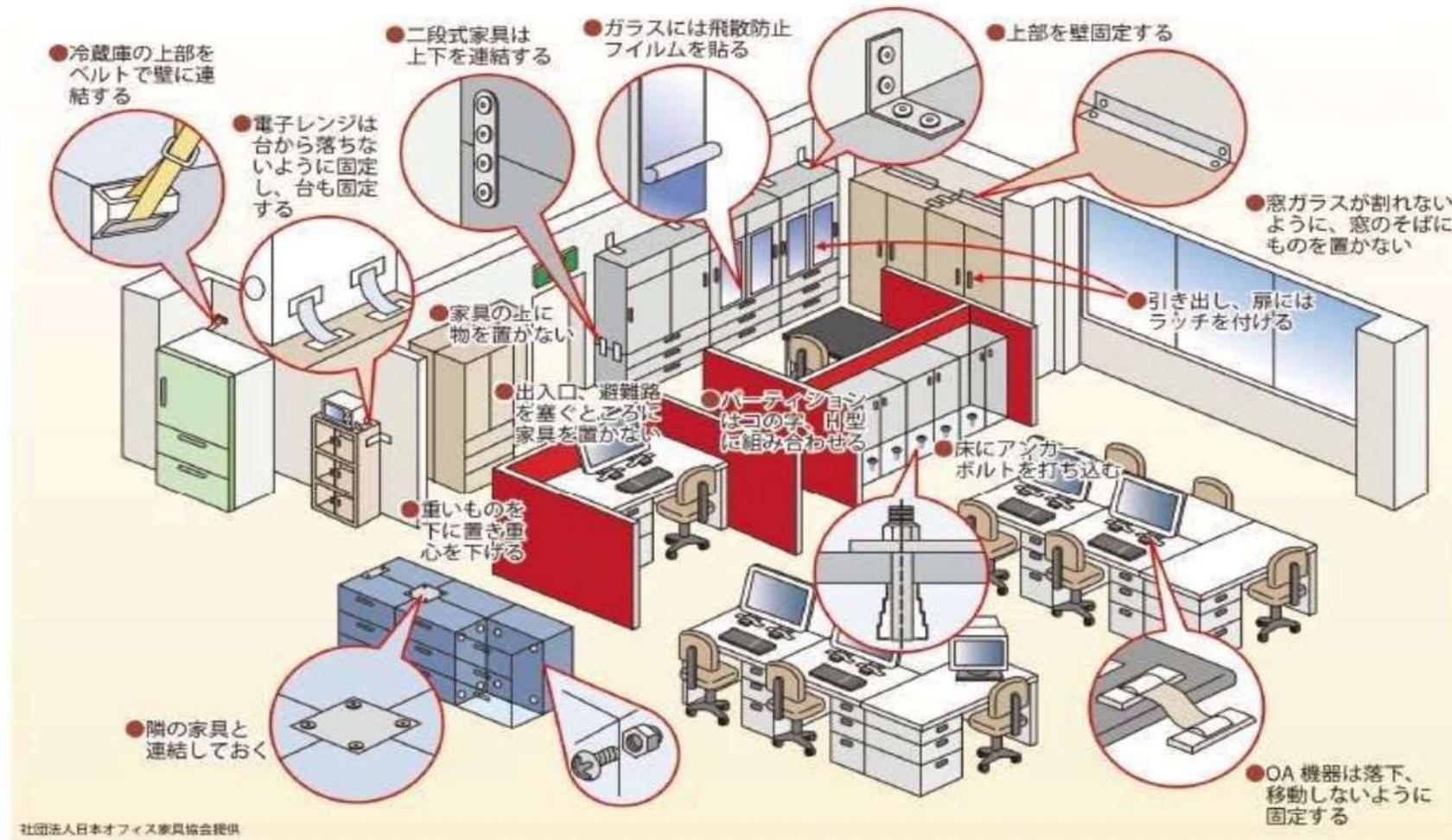
【参考⑩】地域のリスクの認識

下記URLのほか、国及び各市町村等が発表しているハザードマップ等を参考に、事前に自所を取り巻くリスクを認識しておきましょう

災害	調査項目	発行元	コンテンツ	URL	備考
地震	主要地震を調べる (規模・発生確率)	地震本部 (政府地震調査 研究推進本部)	長期評価	http://www.iishin.go.jp/evaluation/long_term_evaluation/ltsummary/	
		防災科学技術 研究所	J-SHIS 地震ハザードステーション	http://www.j-shis.bosai.go.jp/map/	アプリあり 住所情報の活用
	震度分布を調べる (海溝型地震)	国土交通省	わがまちハザードマップ	https://disaportal.gsi.go.jp/hazardmap/	
	震度分布を調べる (活断層型地震)	同上	同上	同上	
		防災科学技術 研究所	J-SHIS 地震ハザードステーション	http://www.j-shis.bosai.go.jp/map/	アプリあり 住所情報の活用
	津波浸水深を調べる	国土交通省	重ねるハザードマップ	https://disaportal.gsi.go.jp/maps/?ll=38.479395,135.703125&z=3&base=pale&vs=c1j0I0u0	住所情報の活用
		同上	わがまちハザードマップ	https://disaportal.gsi.go.jp/hazardmap/	
国土地理院		2万5千分の1 浸水範囲概況図	http://www.gsi.go.jp/kikaku/kikaku40014.html	東日本大震災の津波 浸水範囲	
水災	主要河川を調べる	国土交通省	川の防災情報	http://www.river.go.jp/kawabou/ipKozuiMap.do?areaCd=82&gameId=01-0401&fldCtlParty=no	スマホ版は位置情報 活用
	想定浸水深を調べる	同上	同上	同上	同上
		同上	重ねるハザードマップ	https://disaportal.gsi.go.jp/maps/?ll=38.479395,135.703125&z=3&base=pale&vs=c1j0I0u0	住所情報の活用
		同上	わがまちハザードマップ	https://disaportal.gsi.go.jp/hazardmap/	
火山	火山の危険エリア等を 調べる	国土交通省	わがまちハザードマップ	https://disaportal.gsi.go.jp/hazardmap/	
土砂災害	土砂災害の危険エリア を調べる	同上	重ねるハザードマップ	https://disaportal.gsi.go.jp/maps/?ll=38.479395,135.703125&z=3&base=pale&vs=c1j0I0u0	住所情報の活用
		同上	わがまちハザードマップ	https://disaportal.gsi.go.jp/hazardmap/	

オフィスの固定対策要領

オフィス家具等の転倒防止対策の例



※ 東京消防庁「家具類の転倒・落下・移動防止対策ハンドブック—室内の地震対策—平成24年7月」より

水災における事前対策

平常時の対策																															
施設管理	<input type="checkbox"/> 建物の修繕計画を策定し、適用している。 ・ 建物全体としての健全状態を維持するためには、部材の適切な修繕・更新周期に基づいて計画的に工事を行うことが重要である。スレートや波状鉄板の更新周期は概ね30年が目安とされている。 ・ 劣化が顕著になる前の予防保全、修繕費用の把握、工事時期の調整などが可能になる。 ・ 部材の劣化状況によっては、計画より前倒しでの対応が必要となることも想定されるため、予定の前年などに専門業者による点検を行った上で、工事実施時期を判断することが望ましい。	<input type="checkbox"/> 建物の定期点検項目を明確にし、劣化や損傷、不具合の箇所を修繕・解消している。 <input type="checkbox"/> 外装材のひび割れや穴 <input type="checkbox"/> 外装材や壁外設置物の留め金具の錆や緩み <input type="checkbox"/> 窓やシャッターのがたつき <input type="checkbox"/> 雨漏り箇所 <input type="checkbox"/> 壁と防水の劣化 <input type="checkbox"/> 排水系統の詰まり <input type="checkbox"/> 非常用発電機、排水ポンプの燃料補給・試運転 <input type="checkbox"/> リスクが大きいと考えられる箇所に対策を施している。 <input type="checkbox"/> 間柱・小梁による窓枠周りの補強 <input type="checkbox"/> 窓ガラスへの飛散防止フィルムの貼り付け、あるいは強化ガラス・網入りガラスの採用、あるいは雨戸の設置 <input type="checkbox"/> 中柱設置によるシャッターの二面化、あるいは重量のあるシャッターへの取換え <input type="checkbox"/> スレート、鉄板などの外装材の留め金具の増設 <input type="checkbox"/> 倒れそうな樹木の補強、あるいは除去 <input type="checkbox"/> 浸水危険の小さい場所へのデータサーバーや重要書類の保管庫の設置 <input type="checkbox"/> 重要データの複製 <input type="checkbox"/> 受変電設備の嵩上げ <input type="checkbox"/> 浸水センサー、漏れ計の設置	・ 被害を最小限に食い止めるためには、ハード面の対策が重要である。 ・ ハードの対策には時間・コストを要するものが多いため、平常時から計画的に取り組んでおくことが望まれる。																												
	施設・収容品防護用 <input type="checkbox"/> 土のう <input type="checkbox"/> 止水板 <input type="checkbox"/> 防水シート <input type="checkbox"/> バケツ <input type="checkbox"/> パレット（保管品の嵩上げ用） <input type="checkbox"/> はしご <input type="checkbox"/> 針金 <input type="checkbox"/> ロープ <input type="checkbox"/> ガムテープ <input type="checkbox"/> 排水ポンプ 人命安全確保用 <input type="checkbox"/> ヘルメット <input type="checkbox"/> 長靴 <input type="checkbox"/> 手袋 <input type="checkbox"/> 雨合羽 <input type="checkbox"/> 懐中電灯 <input type="checkbox"/> ゴムボート <input type="checkbox"/> 担架 <input type="checkbox"/> 拡声器 <input type="checkbox"/> トランシーバー <input type="checkbox"/> 従業員名簿 事業継続・帰宅困難対応 <input type="checkbox"/> 非常用発電機 <input type="checkbox"/> 非常食 <input type="checkbox"/> 飲料水 <input type="checkbox"/> 非常用トイレ <input type="checkbox"/> 毛布 <input type="checkbox"/> 簡易間仕切り（プライベート空間の確保） その他 <input type="checkbox"/> 配置図（建物や設備、保管品の設置場所が示されたもの） <input type="checkbox"/> 危険箇所図（危険箇所が図面に示されたもの）	<input type="checkbox"/> 事前防災行動計画（タイムライン）を策定している。 <input type="checkbox"/> 災害のピークから逆算した時間軸での対策 例：台風最接近時を基準に、-48時間、-24時間、-12時間、-6時間、...、+3時間の実施事項の明確化 <input type="checkbox"/> 対策実行のきっかけの設定 例：気象庁の各種注意報・警報が発表された際の実施事項の明確化  例を <table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2">例を</th> <th colspan="4">誰が</th> </tr> <tr> <th>A班</th> <th>B班</th> <th>C班</th> <th>...</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>...</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>対策3</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td></td> </tr> <tr> <td>対策2</td> <td>○</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>対策1</td> <td>○</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> タイムラインのイメージ <input type="checkbox"/> 緊急時の行動基準・対応マニュアルを策定している。 <input type="checkbox"/> 避難場所の設定 <input type="checkbox"/> 安否連絡・確認方法 <input type="checkbox"/> 設備の安全な停止方法 <input type="checkbox"/> 事業継続計画（BCP）を策定している。 <input type="checkbox"/> 中核事業の特定 <input type="checkbox"/> 目標復旧時間の設定 <input type="checkbox"/> 取引先との協議 <input type="checkbox"/> 代替策の用意	例を	誰が				A班	B班	C班					対策3	○	○	○		対策2	○				対策1	○			
例を	誰が																														
	A班	B班	C班	...																											
...																															
対策3	○	○	○																												
対策2	○																														
対策1	○																														
資機材・備蓄品																															
訓練																															

※ MS&ADインターリスク総研発行レポート(2015年8月)より抜粋

【対策例】

<止水版の設置>



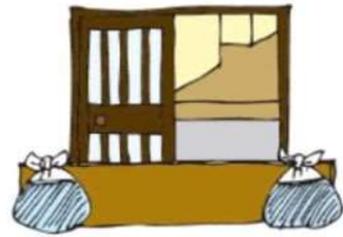
出典：国土交通省「浸水被害防止に向けた取組事例集」より引用

<土嚢の設置>



出典：国土交通省「家庭で役立つ防災」より引用

<水嚢と板による簡易止水版>



出典：国土交通省「家庭で役立つ防災」より引用

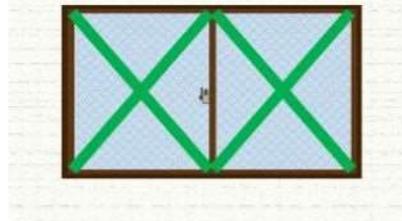
<排水路の確保>



落ち葉やごみを取り除き、排水路を確保する。

出典：国土交通省「家庭で役立つ防災」より引用

<窓の養生>



出典：天災インフォ.comより引用

<排水ポンプの稼働>



出典：国土交通省「浸水被害防止に向けた取組事例集」より引用

大規模水災害に関するタイムライン（防災行動計画）の流れ



※タイムラインに関わる関係機関、防災行動は多岐にわたりますが、本イメージ図は国土交通省の対応や広域避難と交通サービスに着目して整理したものであり、時間軸の設定、対応の実施などにあたっては、今後の検討、調整が必要になります。また、赤字は特に対応強化の必要と考えられる項目です。