

携帯用

防災マニュアル

- ・まずは自分の身を守る「自助」
- ・大切なのは「状況把握」

財布や定期入れ等に入れて
常時携帯しましょう。

※当マニュアルは2026年3月1日時点の
情報に基づいて作成しています。

安否確認サービスの利用

獨協大学では、災害時に学生や教職員の安否を確認するため「安否確認サービス」を導入しています。

<利用者情報の登録方法>

①e-革新サイトへのログイン(スマートフォンの場合)

<https://www.e-kakushin.com/login/>

※ログイン時に必要な企業コード、ユーザーID、パスワードは獨協大学Webメール宛に個別に送信しています。



②利用者情報の登録

「メニュー」→「アカウント管理」→「本人情報」からメールアドレスや電話番号を登録し、テストメールを送信。

※LINE連携も可能です。

<安否報告の流れ(スマートフォンの場合)>

①受信した安否確認メール内のURLをクリック

②画面の表示に従って安否情報を入力し、「安否報告する」を選択。必要に応じてコメント欄から詳細情報を報告する。

※利用方法の詳細はPorTaⅡダウンロードセンターの防災フォルダ内の資料でご確認ください。

※安否確認メールは「～@pa.e-kakushin.com」から発信されます。受信できるよう設定してください。

地震発生時

身の安全確保とパニック防止

- 机の下に入るか、頭をかばんで守る。



- 落ち着く
- 窓ガラス・天井の蛍光灯・棚等から離れる。
- 頭上や周辺の状態に注意する。
- ドアを開けて、出入り口の確保をする。

- 落ち着く
- 自分の身を安全に守れるように心がける。
- 電柱・自動販売機・塀等から離れる。
- 頭上や周辺の状態に注意する。

状況・放送・指示の確認

- 放送や教職員の指示に従い、落ち着いて行動する。
- 周囲の状況を確認する。
- 周りに怪我人等がいる場合は教職員に伝える。

避難指示が出たら

- エレベーターを使わず、階段を使う。
- 落下物・倒壊物等に注意しながら屋外に避難する(建物内に再び入らない)。
- 放送等で避難場所を確認する。
- 混乱を防ぐため、分散帰宅の指示に従う。

避難場所へ避難

揺れが収まったら

大学外

- 噂に惑わされず、テレビ・ラジオ・自治体等からの情報に注意し、正しい状況の把握に努める。
- 自治体からの避難指示等がでたら、それに従う。
- 災害時帰宅支援ステーションを利用する。
<水・トイレ・情報・休憩場所の提供>
主にコンビニエンスストア・ファストフード店・ファミリーレストラン・ガソリンスタンド等が登録されています。



災害時帰宅支援ステーションステッカー

※指示がなくても身の危険が迫っている場合は、自身の判断で避難する。

NTT災害用伝言ダイヤル171

NTTでは、地震等の災害により電話が繋がりにくい状況になった際に、安否等の情報を音声で録音・再生できる災害用伝言ダイヤルを提供しています。
※事前に災害時の連絡方法について家族と確認しておきましょう。

<利用方法>

伝言の録音方法 伝言の再生方法

① **1 7 1** にダイヤルする

ガイダンスが流れます

② **録音する場合は 1**

② **再生する場合は 2**

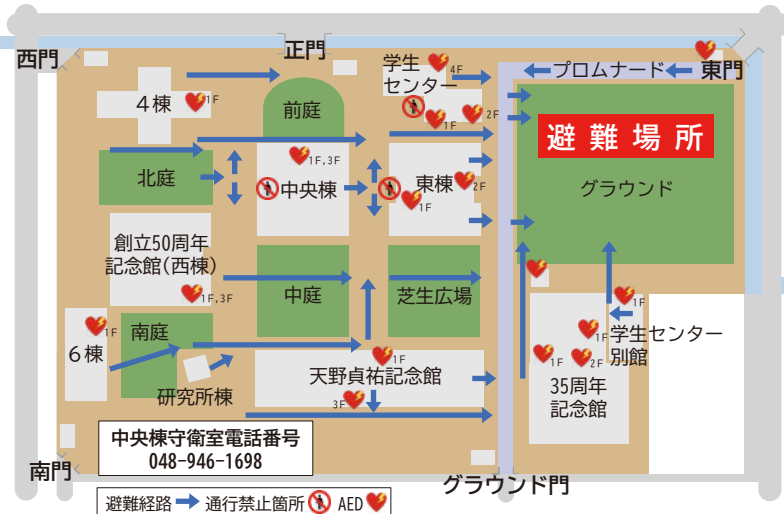
ガイダンスが流れます

③被災地の固定電話(自宅や親戚等)・携帯電話・IP電話の電話番号をダイヤル
※固定電話は市外局番からダイヤル

※携帯電話は利用できない端末もあります。

NTT災害用伝言ダイヤルとは別に各携帯電話会社も災害用伝言サービスを提供しています(詳しくは各社へ)。

学内避難経路図(大規模地震が起きたら…)



※状況により避難場所が変更になる場合がありますので、放送等の指示に従ってください。
 ※AEDの設置場所の詳細は次ページでご確認ください。

AEDの設置場所

AEDは、突然の心肺停止の救命措置に使用する機器です。(隣ページの経路図内 〡 参照)



建物	設置場所
4棟	1階エレベーター前
創立50周年記念館(西棟)	1階防災センター前壁面 3階 312 教室前壁面
6棟	1階エレベーター前
中央棟	1階守衛室前 3階エレベーター前
天野貞祐記念館	1階正面入口 3階エレベーター前
東棟	1階西側入口付近 2階東側エレベーター前
グラウンド管理施設	管理室利用者スペース
35周年記念館	1階トレーニングルーム 2階学生食堂入口付近
学生センター別館	1階エレベーター前
学生センター	1階証明書自動発行機横 2階トレーニングルーム 4階部室406向かい
東門	守衛室
その他	コミュニティスクエア 管理人室前 越谷グラウンド クラブハウス管理室 敬和館 1階ラウンジ どく太くんバス バス内

簡単な応急処置

止血方法

- ①患部に布やガーゼを当てて強く圧迫する。
- ②手足なら心臓より高い位置にあげる。
※血液が付着しないようにポリ袋等で手を覆いながらやりましょう。



パニック等による過呼吸

- 吸う:吐くの割合を1:2にし、吐くことを意識させるようにゆっくりと呼吸させる。
 ※紙袋等を口に当てる処置はやめましょう。



骨折・ねんざ

- ①患部を冷やし、布等で圧迫する。
- ②患部が動かないように、丸めて筒状にした新聞紙や傘等を布で結び固定する。
- ③足首の場合はテープ等で固定し、腕の場合はタオル等で吊る。



やけど

- ①きれいな冷水をかけ15分以上冷やす。
- ②冷やしたら、清潔な布やガーゼで覆い、水ぶくれが破れないようにする。



緊急避難アイテム

- 避難時に持ち出せるよう、事前にリュックにつめるなど用意しておきましょう。

【日頃から準備・携帯しておく便利なもの】

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 現金(小銭も) | <input type="checkbox"/> レジ袋 |
| <input type="checkbox"/> 学生証 | <input type="checkbox"/> 軍手 |
| <input type="checkbox"/> マイナンバーカード | <input type="checkbox"/> 常備薬とお薬手帳 |
| <input type="checkbox"/> 身分証明書 | <input type="checkbox"/> マスク |
| <input type="checkbox"/> スマートフォン | <input type="checkbox"/> ウェットティッシュ |
| <input type="checkbox"/> モバイルバッテリー | <input type="checkbox"/> 手指消毒用アルコール |
| <input type="checkbox"/> 筆記用具 | <input type="checkbox"/> 歯磨きセット |
| <input type="checkbox"/> 非常食
(ビスケット、チョコなど) | <input type="checkbox"/> ハンカチ、タオル |
| <input type="checkbox"/> 飲料水 | <input type="checkbox"/> 生理用品 |
| <input type="checkbox"/> ホイッスル | <input type="checkbox"/> レインウェア(折り畳み傘) |

【日頃から自宅に準備しておく便利なもの】

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> 主食
(アルファ米、ビスケット等3日分) | <input type="checkbox"/> 手袋 |
| <input type="checkbox"/> 缶詰(サバや焼鳥、果物など) | <input type="checkbox"/> 救急セット |
| <input type="checkbox"/> 飲料水(1日3L/人×3日分) | <input type="checkbox"/> 携帯トイレ |
| <input type="checkbox"/> 加熱せずに食べられる保存食 | <input type="checkbox"/> 万能ナイフ |
| <input type="checkbox"/> 菓子類 | <input type="checkbox"/> 体を拭く用のノンアルコールウェットタオル |
| <input type="checkbox"/> 野菜ジュース | <input type="checkbox"/> ビニールシート |
| <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ(乾電池式) | <input type="checkbox"/> 保温シートや毛布 |
| <input type="checkbox"/> 充電器(乾電池式) | <input type="checkbox"/> ティッシュペーパー |
| <input type="checkbox"/> 懐中電灯、ランタン | |
| <input type="checkbox"/> 大型のポリ袋 | |

情報の収集



獨協大学
ホームページ



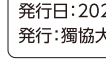
気象庁
ホームページ



草加市
ホームページ



草加市
ハザードマップ



東武鉄道
運行情報

東京電力
停電情報

Safety tips for travelers
(観光庁 災害時外国人向け情報提供)

発行日:2026年4月1日

発行:獨協大学防災対策委員会(事務局:総務課)