

災害時に身を守る

とっさの判断力

反復自己学習

突然**グラッ**ときた！

あなたは**どうする？**



とっさに体が動き、「危険を回避！」

1. 窓を開き、すぐに壁よりに移動する
2. スリッパや靴を履いて逃げる準備をする
3. テーブルや机の下に頭を隠す
4. 太い柱の側に寄る
5. 歩行中ならブロック塀から離れる
6. 列車や電車の中では、つり革を掴んだり、鉄の支柱を握る
7. 自動車を運転中は徐行して路側帯に停車する

火災時のとっさの判断力

朝日新聞
2020.12.16

火災を知ったら

- 排煙のため、外気に面した窓をすぐに開ける
- タオルや服などで口や鼻を覆う
- 避難の際は走らない
- 貴重品などは取りに戻らない

階段が煙で使えない

- 窓やベランダなど外気に触れる所へ逃げる
- 助けを求める
- 一時避難スペースへの避難・待機、救助を求める

階段もフロア全体が煙に覆われたとき

- 身を低くして移動する
- 光や壁を頼りに直近の避難スペースを探す
- 窓やベランダから「ぶら下がり避難」（2階のみ）

シエイクアウト訓練(地震を振り払え)

(米国、2008年カリフォルニアで始めて実施された)

基本は3つの動作

1. まず低く



まず低く

2. 頭を守り



頭を守り

3. 動かない



動かない

とつさの判断力

1. 地震発生直後の対応

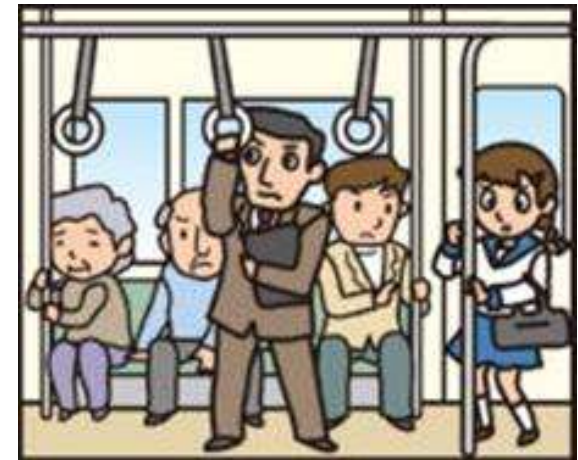
NHKアナウンサーの話す言葉の重要性を知ってください。

- 揺れが終わるまで安全な場所に居てください
- 倒れやすい家具から離れてください！
- 上から落ちてくるものに注意してください！
- ケガをしないように身の安全を確保してください！

アナウンサーの声は、瞬間的に行動が出来る「とっさの判断力」に役立ちます。

緊急地震速報は、最大震度5弱以上の揺れが予想されるときに、**震度4以上の揺れが予想される地域に対して発表されます。**

緊急地震速報が流れたら、すぐに自分はどこに逃げるか、何をするかを決めておけば、「とっさの判断」につながる。



2. 救急対応の手順

安全確認

ケガ人を見たら皆に知らせる

119番

負傷者の反応は！

反応あり

応急手当
けが人の希望する体位
血止め・移動

反応なし

気道確保

呼吸確認
気道確保

心肺蘇生/
AED

救急車
搬送



医師 永田 礼路氏

- ①手を重ねる
- ②みぞおちの上にある硬い骨(胸骨)を押す
大体ちくびの間でOK
- ③胸をつばって体重をのせ真下へ押す
- ④1分間に100回押す(アンパンマンのテンポ)
- ⑤胸が5cmはへこむ強さで、かなり力が必要!

3. 止血法

素手は危険
ゴム手袋やラップを使う



直接圧迫止血法

腕や足の付け根を圧迫する

間接圧迫止血法

腕や足の中間を圧迫する。

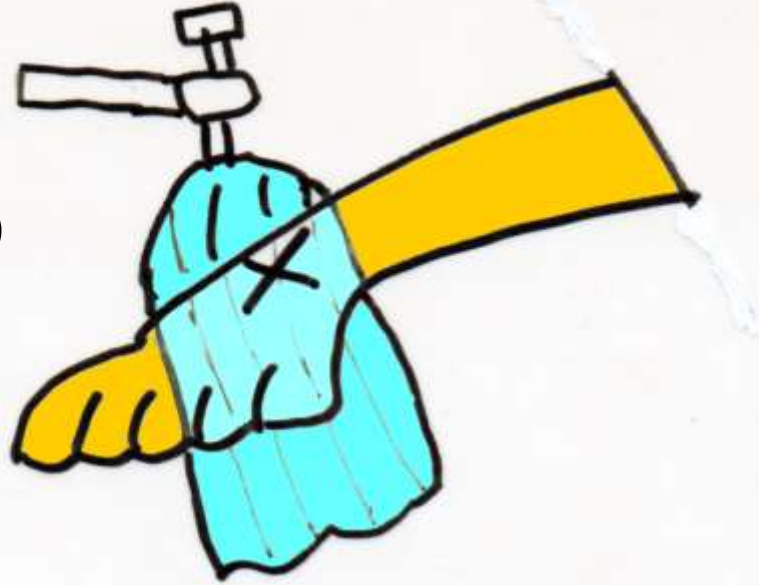
**血液には手を
直接接触れない！
(ポリ袋など利用)**



生駒市消防署
1分44秒

4. 擦り傷

水道水で洗う

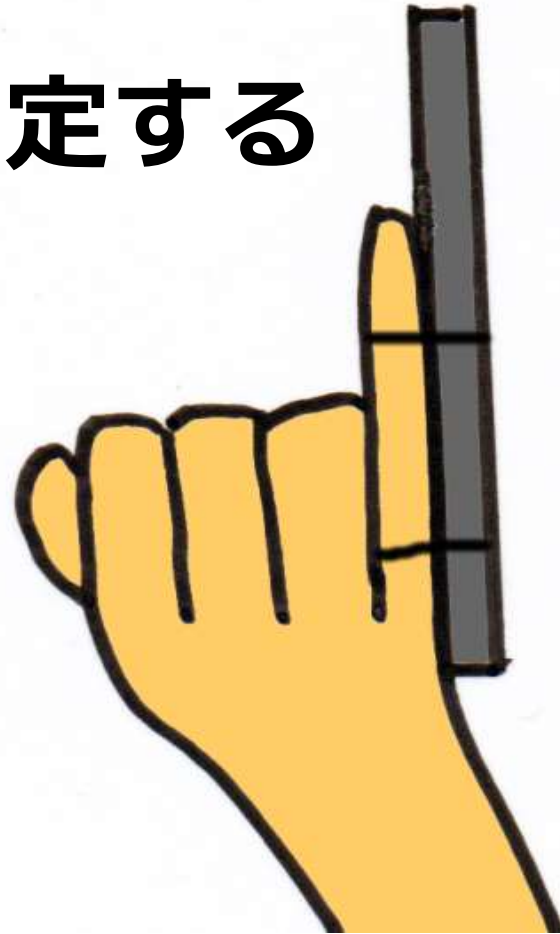


ラップで巻く



5. 指の骨折

鉛筆や箸、棒で固定する



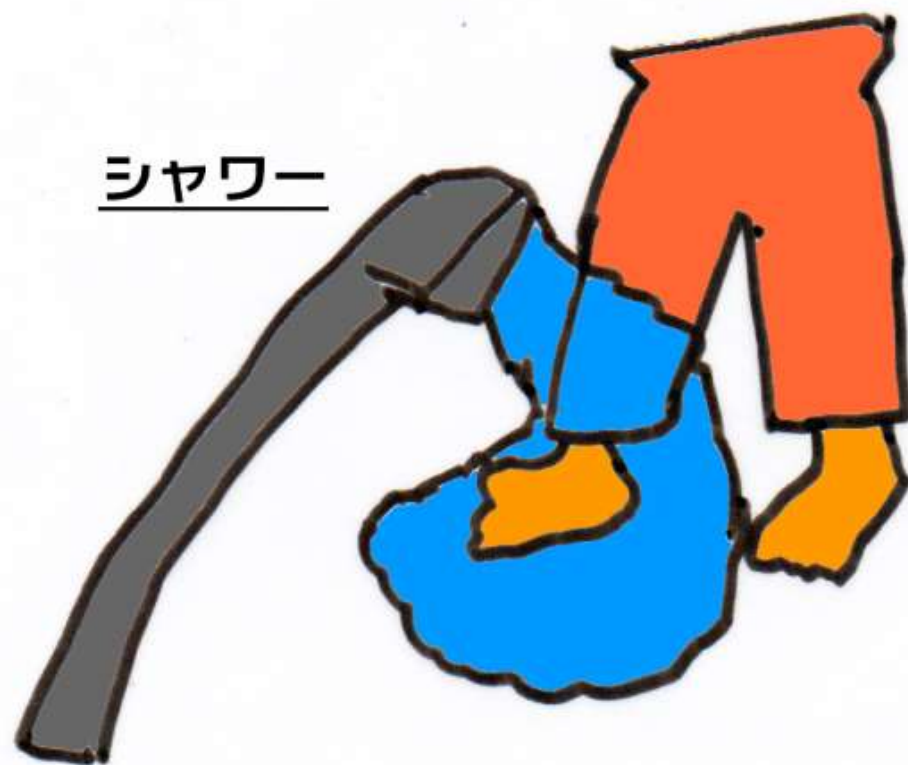
6. 足の骨折

傘などを当て、
ネクタイなどで固定する



7. やけどの対処法

ズボンの上に**熱湯**をかけてしまった時、すぐにズボンの上から水のシャワーをかける！



そのまま
医療機関へ

8. 初期消火の基本

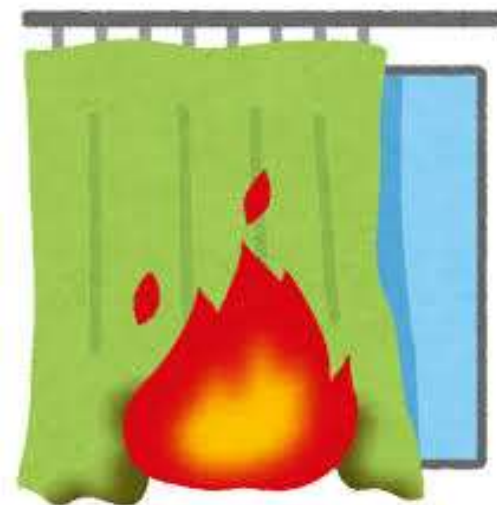
1. 油火災



2. 電気火災



3. カーテン火災



水をかけてはいけないものは
どれでしょうか？

住宅用



適応火災の種別が
絵で表示

普通火災
てんぷら火災
ストーブ火災
電気火災

業務用



適応火災が、
ABCで表示

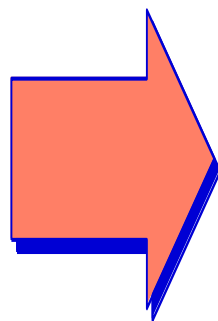
普通火災(A)
油火災(B)
電気火災(C)

人が燃えている！とっさに**ペット** **ボトル**を持ちして消火



9. 炎・煙から逃れる！

炎と煙から逃れる



狭い空間から脱出

どちらの「ほふく」も
瓦礫やガラス・金属に注意！

10. 急な階段は後ろ向きに降りる



大ホール・劇場
地下鉄や建物の外
階段などを降りる
ときは後ろ向きに
おりる。

1 1.住宅の中の安全な場所

- 特に寝室は腰より
低い家具に統一する。
- 通路を塞ぐ家具などを置かない
- 古い建物では寝室を2階にする
阪神淡路大震災では、
 - ・瓦屋根の古い住宅は全壊！
 - ・トタン葺き2階建ての2階は安全





神戸 三宮の商店街



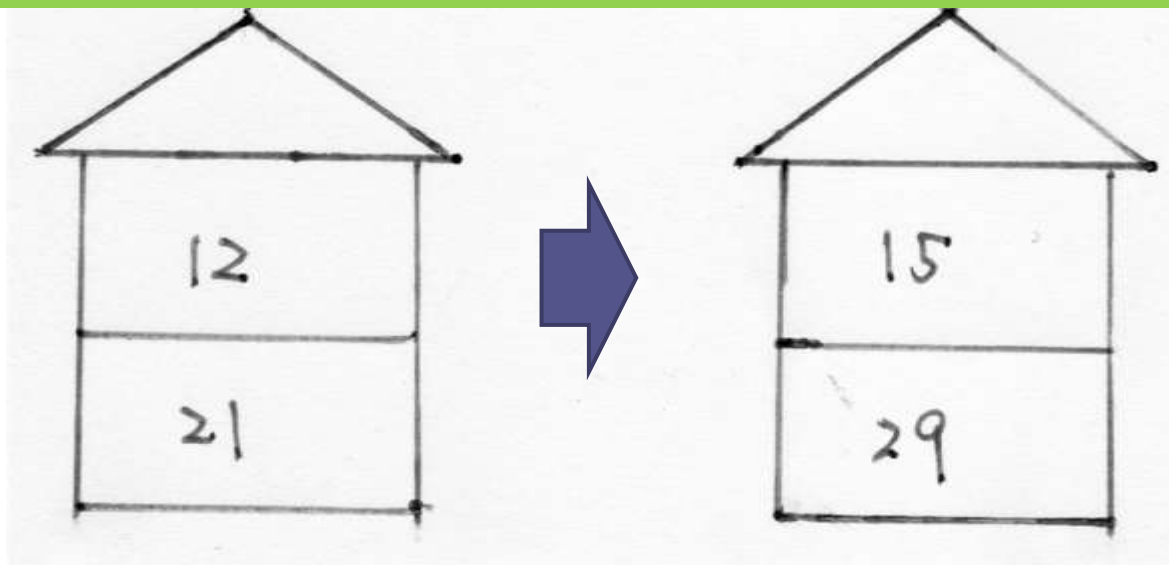


阪神淡路大震災

芦屋市

地震は2階が安全 (忘れないで)

1981年(昭和56年)6月1日
に建築基準法が改正されました。
(宮城県沖地震3年後)



2階は25%アップ
(15/12)

1階は38%アップ
(29/21)

1959年(昭和34年)

1981年(昭和56年)

12. 睡眠中の安全

寝室に準備しておくもの

1. スリッパ
2. 懐中電灯
3. 携帯電話

とっさの行動

1. 窓またはドアを開く
2. 外へ出る場合は懐中電灯と携帯電話をもつて出る

13. 料理中だったら

- 落ち着いて火を消す

- 食器棚はいつも開閉防止器具をセット。
設置してみると意外と使いやすい。

食器棚



- 冷蔵庫の転倒対策を！
倒れて逃げ道をふさぐので危険
- 消火器を出入口の側に倒れないように設置

14. 食器棚の転倒防止



居間の食器棚の前で孫が遊ぶので
転倒防止金具と
ラッチェット
(留めがね)
を付けた。

15. 入浴中だったら

- 風呂場の出口は1ヶ所。
窓は防犯対策に格子等が設置されている。
閉じ込められないように！
入浴中は、出口を少し開き逃げ道を確保する。
- 衣類はスリッパと共に風呂の出入口のそばに。冬でも安心！

16.風呂の水は空にしな

○2～3日不在のときも、そのままです！
風呂を使う時に流す。

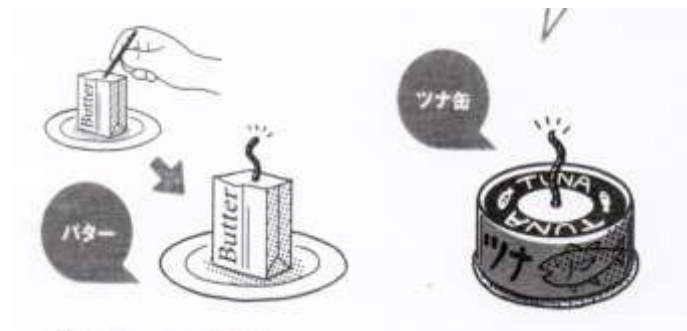
○地震などで断水した
時、トイレなどに利
用できる！



○風呂の容量は約200リットル
利用価値大

17. 懐中電灯やローソク が切れてしまった

バターやツナ缶が
ローソク代わりとなる



頭の中にインプット(いざという時)

- 材料
- ・ サラダ油・空き缶・紐
 - ・ アルミホイル

18. チョコレートを保存食！

冷蔵庫に保管しながら 1年に2回は更新！



19.缶詰の蓋を開ける方法！

自衛隊防災BOOK他

○いざと云う時に缶切り以外で開ける方法は

- コンクリートにぎりぎり押し付ける
- スプーンで押し付ける
- 石などを用いてマイナスドライバーで叩く
- ハサミなども利用できる



20. 自動車に閉じ込められた!



脱出用ハンマー、シートベルトカッターの使い方
(JAF ホームページより)

21.マイカー防災品セット

1. 長期保存食料(缶詰類)
2. 非常用飲料水
3. 懐中電灯
4. 携帯ミニトイレ
5. 医薬品(オキシドール、絆創膏等)
6. 緊急脱出用ハンマー
7. スマートフォンの充電ケーブルと
シュガーソケットUSB
8. ガンコンロなど(キャンプ用品)
9. アルミブランケット
10. ビニールカッパ

22. ポリ袋2重でバケツ代用！

ポリ袋は大中小と多めに保管、
2重で使用すると強化抜群！

「災害時のポリ袋活用法」東京ガス

1. 骨折したときの三角巾に代用
2. 手袋にして感染予防(他人の血液に直接触れない)
3. ポリ袋と新聞紙で簡易トイレ
4. 非常用おむつに
5. 段ボールにポリ袋を入れてバケツ代わり
6. バッグにポリ袋を入れて水を運搬

ビニールカツパの活用

○100円シヨップ

カツパ(上下)のメリット

- ・小さくて軽くしまい易い
- ・**緊急の防寒対策役立つ(中に着込む)**
- ・車の中に入れておくと
急な降雨に役立つ!

23.エレベーターに乗っている時

スマホから**緊急地震速報**が流れたら、
全ての階のボタンを押す。

エレベーターに
乗らない習慣を！
エスカレーターへ



24. 上方の危険、 出入口危険！

ホームセンター
コンビニ、スーパー
デパート等の壁や歩道側
の袖看板、
工事現場の足場等



まず、
上を見る！
落下物は？

出入口付近、地下道、劇場、
店舗等の地下出入口は
かえって危険！



出入口の
安全確認！

25. 上方の落下物から頭を守る

○近くにあったイスや机で頭を守る

○自分の椅子の座布団

○衣類

○バック

○厚い本など



いらすとや

26.大雨時のマイカー運転中！

10cm以上の浸水道路に入ったら、パワーウィンドウを**いつでも**開ける準備をしながら運転する。

- ① 10cm以下、走行に支障なし
- ② 10～30cm、ブレーキ性能が低下、
パワーウィンドウ開く！
- ③ 30～50cm、**エンジン停止**、車から脱出する！
- ④ **50cm～**、車が浮き、パワーウィンドウが作動せず、
車内に閉じ込められ、**水死リスク大！**

27.土砂災害等泥水から抜け出す

①流砂（りゅうさ）

地盤を構成する土、泥、砂などが、海や川、池や沼、マンホールからの溢水（きっすい）、地下の湧水（ゆうすい）などによって水分が飽和状態になってできる。

②大地震の際、埋め立て地などの地下水に圧力が加わってわって起こる液状化現象が発生しやすいエリアで流砂と同じような現象になるため注意が必要

一般社団法人日本防災教育訓練センター／代表理事 サニー カミヤ

平泳ぎで脱出する！

28.無差別襲撃への対応

2007年	12月	長崎県佐世保市のスポーツクラブに男が侵入、散弾銃を乱射。2人死亡、6人重軽傷。男はその後自殺
2008年	3月	茨城県土浦市のJR荒川沖駅前で、別の殺人事件で指名手配中の男が通行人と警察官を刃物で刺し、1人死亡、7人重軽傷
	6月	東京・秋葉原の歩行者天国に男が車で突入した後、通行人らをナイフで襲撃。7人死亡、10人重軽傷
	9月	石川県白山市の神社の祭り会場に男が車で突入。人をはねた後、鎌で切り付け、1人死亡、6人重軽傷
2010年	6月	広島県内のマツダ工場に男が車で侵入。従業員らをはね1人死亡、11人重軽傷
2012年	6月	大阪・ミナミの路上で男が通行人の男女2人を刺殺
2016年	6月	北海道釧路市の商業施設で男が客らに切り付け、1人死亡、3人重軽傷
	7月	相模原市の障害者施設を元職員の男が襲撃。19人が死亡、24人重軽傷
2018年	6月	神奈川県内を走行中の新幹線車内で男が乗客に切り付け、1人死亡、2人重軽傷

2019.7 京アニメ放火 死者36名

2021.6 東海道新幹線
なたで 死者1名

2021.8 小田急 無差別殺人
10名負傷

2021.10 京王線 刺傷事件

2021.12 大阪のクリニック放火
死者24名

2022.1 訪問診療医師-散弾銃殺害

新幹線の座席を外す方法

東京モ/レールの犯罪対応訓練

無差別殺傷犯行の動機とその対応

法務総合研究所(法務省)

- ①自己の境遇への不満
- ②特定の人への不満
- ③刑務所への逃避
- ④自殺・死刑願望
- ⑤殺人への興味・欲求



家族内・職場内で対策を！

とっさの判断

1. 逃げる(どこへ)
2. 知らせる
(非常ベル)
3. 守る(鞆など)
4. 消火器噴霧
5. 催涙スプレー

31. 5S運動/とっさの判断力

5Sとは掃除や片付けによる職場環境をきれいにする美化活動ばかりでなく、

職場の抱える課題を解決するための改善活動です。

5(3)S運動

整理

整頓

清掃

清潔

しつけ
ルール

日頃の改善

東本大震災で福島の内電が
数か月で製造現場を再開！
世界が驚嘆した。
従業員の現場力のお陰！

(職長を中心とした、従業員の持ち場の自主的な判断で職場を迅速に再開した)

現場力

自律的問題解決能力
(とっさの判断力)

32. とっさの判断力を醸成！

1. 本やニュースなどで**様々な知識を増やす！**
2. 様々な事に興味を持って**チャレンジ！**
3. 職場で5S運動！
4. 職場・通勤経路で実際に地震が起きた時の対応を考えください！
5. そして、自宅の居間と寝室で地震等が発生した時の対応を考えて下さい！

その結果、身体知と過去の経験から臨機応変な行動が可能となります。

まとめ

とっさの判断力の醸成！

1. 様々な事に興味を持って**挑戦！**
2. 本やニュースなどで**様々な知識を増やす！**
3. 日常生活でこんな時どうするとか、実際に地震が起きた時にすぐに対応を考える。
4. 職場では、5S運動が「いざと言う時のとっさの判断力」を醸成します。

自然災害と法的責任

3つの法律が根拠

1. 安全配慮義務 労働契約法第5条

1. 労働契約法第5条(安全配慮義務)
- ・管理者は、従業員や自社(店舗、学校等)内の顧客や生徒・園児に対しても安全配慮義務がある。
 - ・安全配慮義務のポイント
 - 1.企業側が予見できた可能性があったかどうか
 - 2.企業側が回避できた可能性があったかどうか

2. 善管注意義務 民法第664条 会社法330条

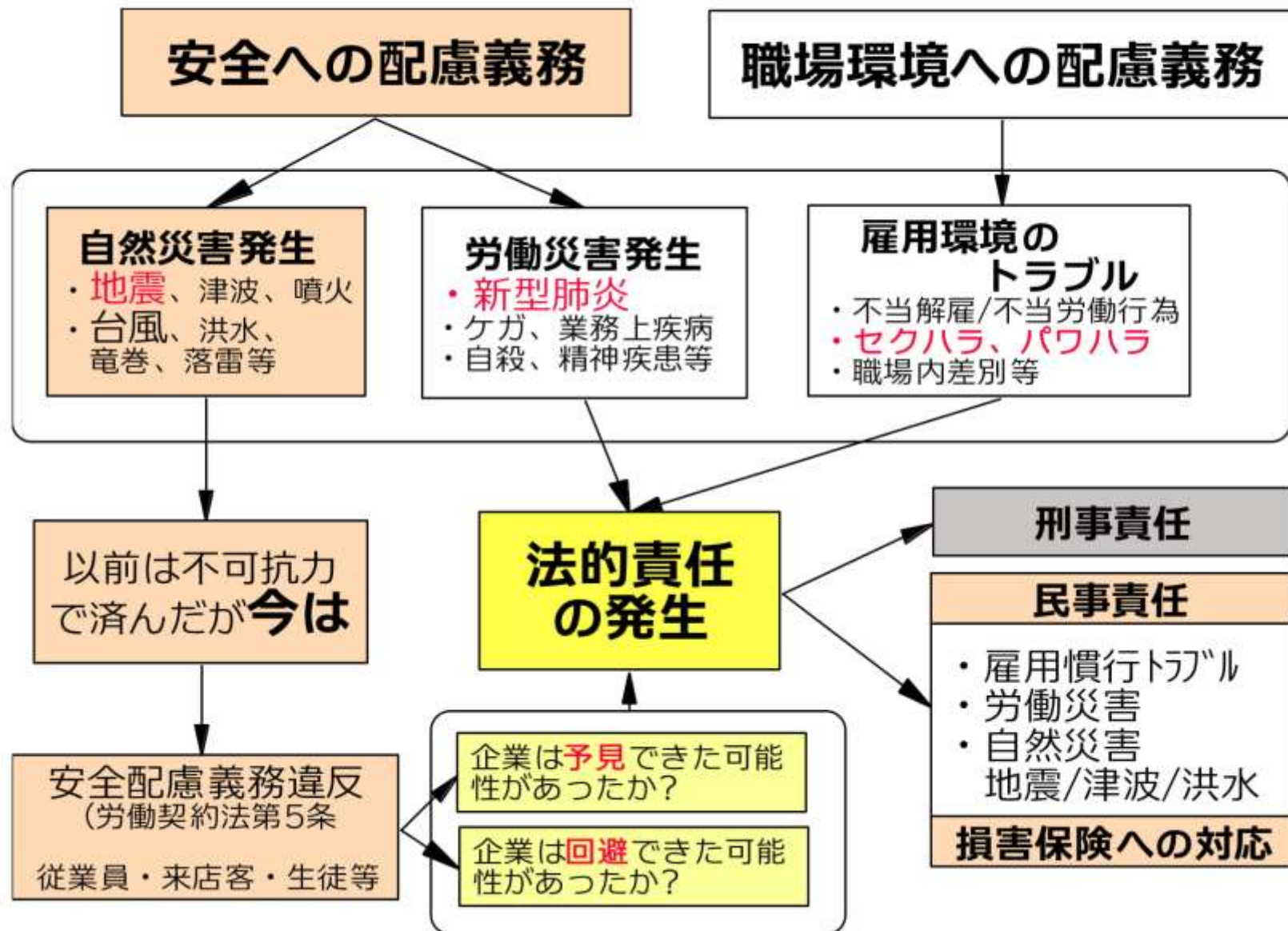
2. 民法第664条(受任者の注意義務)、会社法330条
- ・いわゆる"善管注意義務"
善良なる管理者の注意をもって株主、取引先、顧客を善良なる管理者の注意をもって危機から守る義務がある。

3. 内部統制システム 会社法第362条

3. 会社法第362条(内部統制システム)
- ・会社役員は、社内の内部統制と共に自然災害の損失についても回避する義務がある。
 - ・内部統制としてBCP(事業継続計画)の整備は会社を守るために重要なシステムである。

参考事例 東日本大震災の判例(大川小学校、七十七銀行、日和幼稚園)

1. 安全配慮義務(労働契約法第5条)



労働者への安全配慮義務とは

2008年施行

使用者は、労働契約に伴い、労働者がその生命、身体等の安全を確保しつつ労働することができるよう、必要な配慮をするものとする。（労働契約法 第5条 2008年施行）

趣旨

通常の場合、労働者は、使用者の指定した場所に配置され、使用者の供給する設備、器具等を用いて労働に従事するものであることから、判例において、労働契約の内容として具体的に定めずとも、労働契約に伴い信義則上当然に、使用者は、労働者を危険から保護するよう配慮すべき安全配慮義務を負っているものとされていますが、これは、民法等の規定からは明らかになっていないところです。このため、法第5条において、使用者は当然に安全配慮義務を負うことを規定したものです。

【裁判例】

○陸上自衛隊事件（最高裁昭和50年2月25日第三小法廷判決。

最高裁判所民事判例集29巻2号143頁）

○川義事件（最高裁昭和59年4月10日第三小法廷判決。

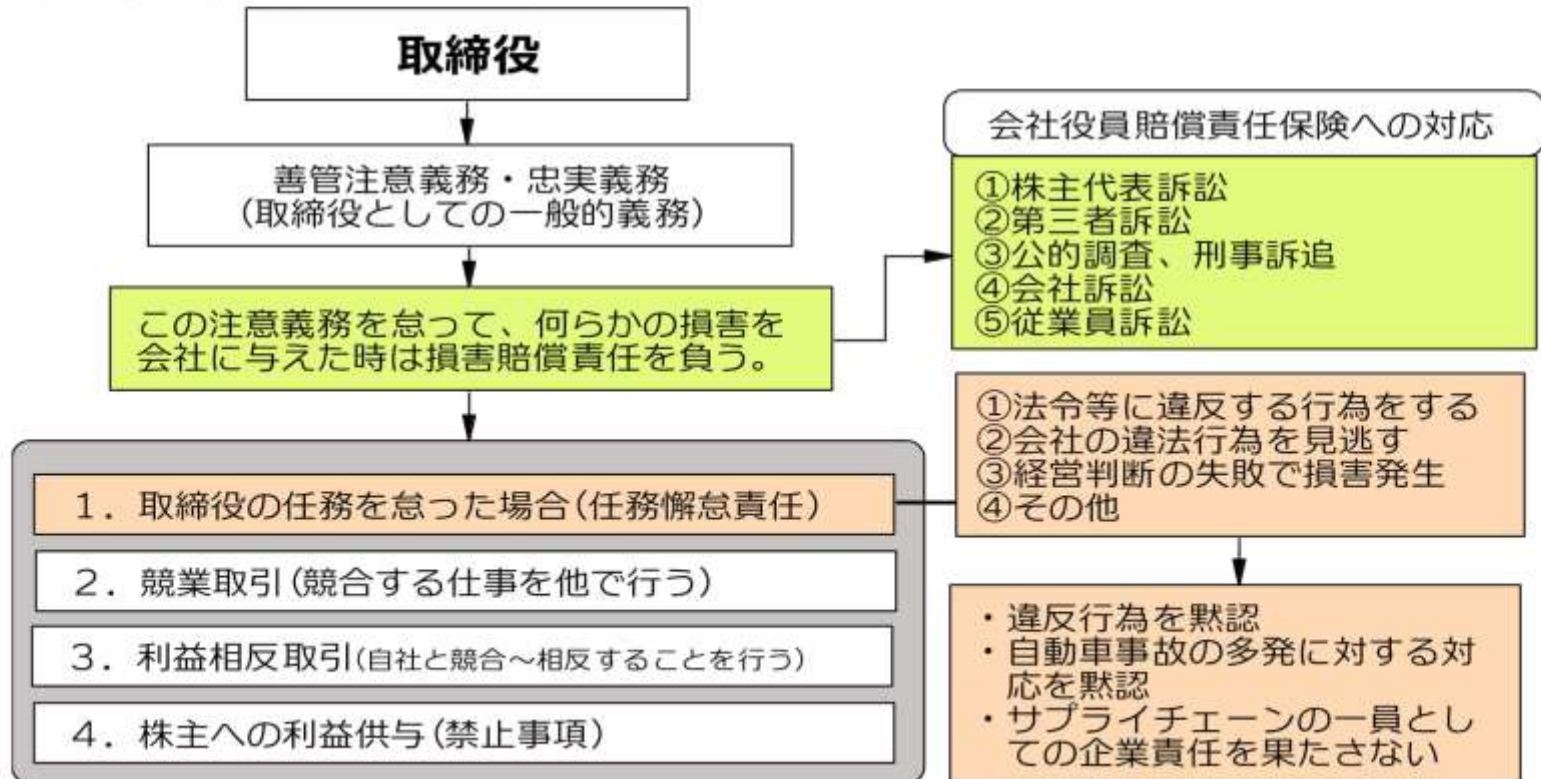
最高裁判所民事判例集38巻6号557頁）

（厚生労働書 ホームページより）

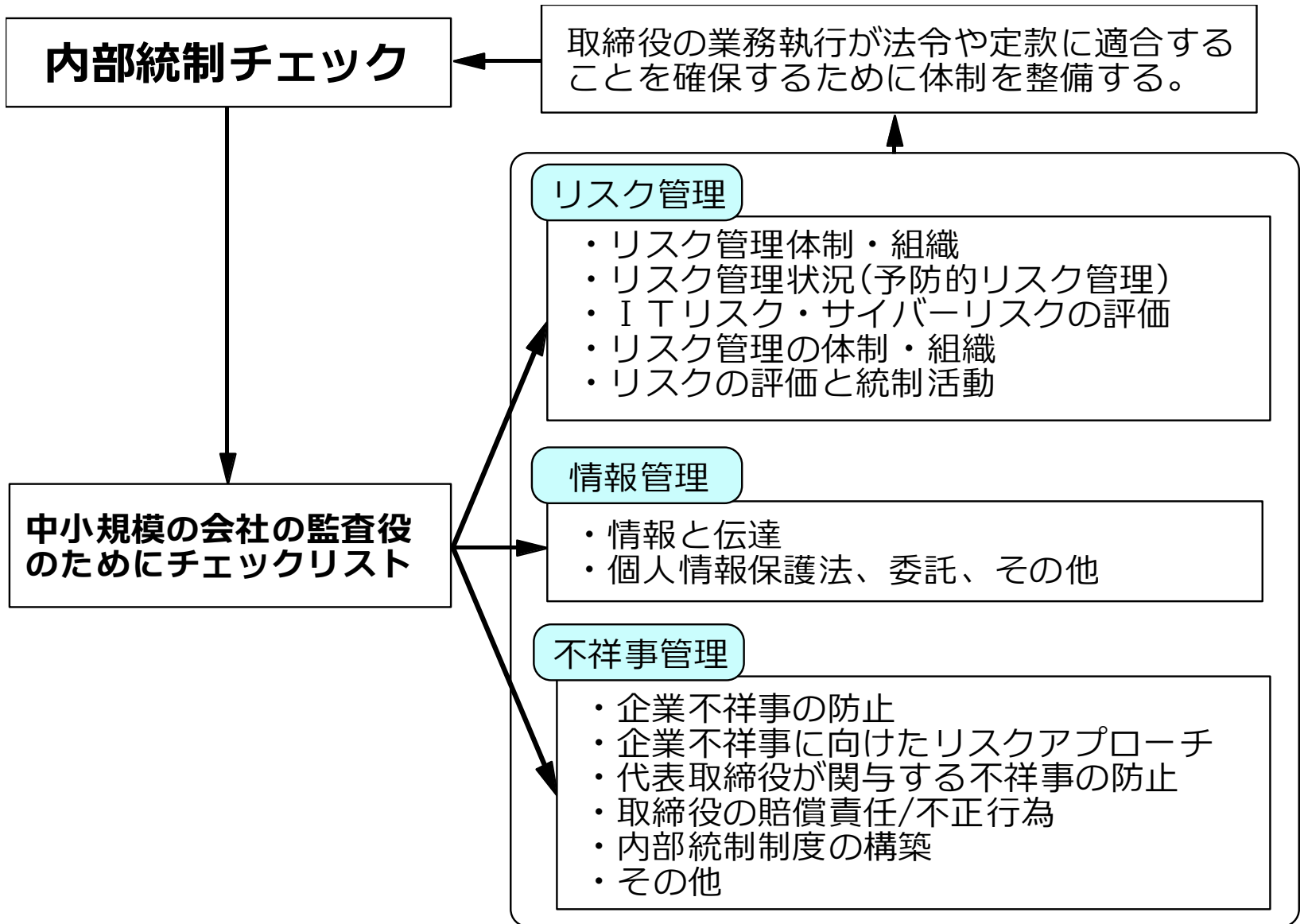
2. 善感注意義務(民法644条)

取締役は会社に対して、善管注意義務・忠実義務を負っています。
即ち、ある業務を委任された者は、その分野の専門家として一般に期待される注意義務を負うこととなります。

その注意義務を怠った場合は、会社に対して損害賠償責任を負います。
(その責任を任務懈怠責任と言い、会社法第423条 役員等の会社に対する損害賠償責任が根拠となります)



3. 内部統制システム(会社法362条4項6号)



内部統制におけるリスク管理

内部統制リスク管理 目標



BCP策定の策定



事業継続力強化計画 策定



事業継続力強化計画の目指す姿

- ①自然災害時の脅威発生時の甚大被害発生減少
- ②被害発生時の迅速な行動の実現
- ③甚大被害発生時にも復旧可能な財務体質や支援体制の確保
- ④現実的な継続的改善プロセスの定着

BCPは

- ①重要業務と目標復旧時間の決定
- ②重要継続戦略(復旧、代替、お互い様)
- ③業務復旧・再開対応体制の明確化
- ④継続的改善プロセスの明確化と訓練計画策定

事業継続力強化計画認定

- ①事業継続力強化の必要性認識
- ②脅威と発生時の被害発生認識
- ③必要な事前対策(防災+事業継続+訓練の実施を含む)の抽出と実行計画策定
- ④初動対応体制と行動プロセスの明確化
(人命安全確保～被害状況把握～顧客報告)