



防災だより

学校防災アドバイザー
中田敬司先生



<命の危険！3・3・3の法則>
呼吸停止してから3分間
水を断ってから 3日間
食事を断ってから3週間
※目安の時間

令和3年2月発行
制作 北摂三田高校



北摂三田高校 マスコットキャラクター

北摂三田高 防災マニュアル見直し

地震想定訓練 実践的に

避難、担架作り手順確認

より現実的に、より実践的に。三田市狭間が丘1の北摂三田高校が、学校独自の防災マニュアルを一新し、このほど教員と生徒が大地震を想定した防災訓練に臨んだ。グラウンドに集まるだけでなく、多様な事態を想定して煙の中を逃げたり、担架を組み立てて生徒を運んだりし、感染予防に気を付けながら避難や助け合いの手順を確認した。

(喜田美咲)



①煙の中から必死に逃げ出す生徒。いずれも北摂三田高校。毛布と棒で作った担架で傷病者を運ぶ訓練



県教委は昨年度、阪神・淡路大震災から25年のタイミングで学校防災マニュアルを改訂した。それに伴い同校も本年度、神戸学院大学の中田敬司教授（災害医療）をアドバイザーとして

神戸新聞に掲載されました！
(1月24日付)

迎え、防災マニュアルを大幅に見直しした。訓練は3回に分けて実施。昨年12月の1回目には、教員たちが災害本部を立ち上げ、情報を集める手順を確認した。2回目となる今回は、教員と1、2年生約480人が参加した。「校舎全体に激しい揺れを感じました。生徒は教職員の指示に従い、校舎内の安全な場所を待機してください」とサイレンとともに放送が流れる。中田さんは「大規模な火災でない場合はすぐに飛び出す必要はない」とし、まずは職員が校内を確認。その後、校庭が液化して教室から煙が出ている上、化学準備室では薬品が散乱したとの想定で、それらを避けるルートを決めて体育館に向かった。感染予防にも注意して3クラスずつが4回に分けて動いた。実際に煙が充満した教室を歩くとも見えないが、「壁沿いなら歩ける」と早々に要領をつかむ生徒も。体育館では毛布と鉄の棒だけで担架を作る方法を学び、実際に生徒を乗せて運ぶと、丸太淳貴さん(17)は「(前後で)声を掛け合って確認することが大切だと思った」と話した。松田大空さん(16)は「実践で学べたので有事に生かそう」と訓練に納得した様子だった。3月には3回目として、避難所を運営するための訓練をする予定。市内の県立高校4校は指定避難所だけでは収容できない場合に備える「補助避難所」に指定されており、コロナ禍では施設当たり収容人数を減らすため、開設する可能性が高まるという。同校で防災担当を務める稲角志乃教諭は「高校生は助ける側も担う必要がある。訓練で自分たちができることを身につけてほしい」と話した。

避難訓練 想定図

いざという時
最終的な避難所
は体育館？



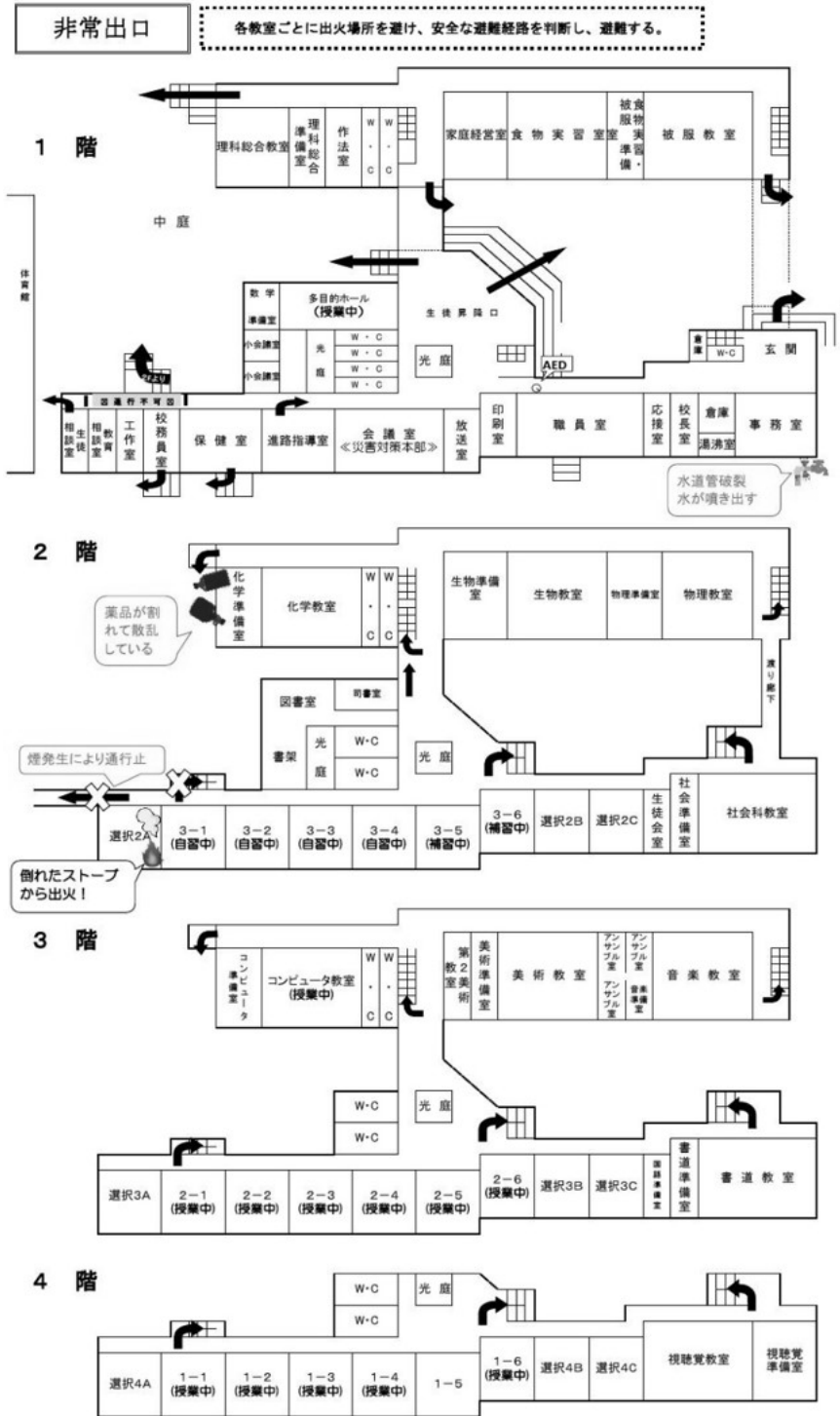
どのクラス
のストーブ
も怖いね



実際には、北三
のグラウンドは
液状化現象の
心配は無さそう



ほっ



体験者の声

思ったよりも
簡単で丈夫
だった!

運ばれている人
が怖くないように
声掛けが大切だ

Tシャツ3枚で
大人1人運べる
なんてすごい!

速く運ぶこと
より安全に運
ぶことが大事

担架に乗った
けど安定して
いてよかった!

簡易担架搬送 毛布と棒で作ったよ!

なんで落ちない
んだろう...

運ぶ時のきまり
などの理由
に納得した

もっと幅を狭く
して安定性を
高めた方がいい
のかな?

長い棒って
なかなか無いよ

運ぶのが大変
だった!誰でも
乗れるの?

いざというとき
のために覚えて
おきたい!

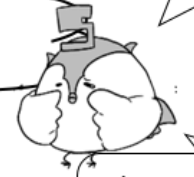
姿勢を低くし
ても全く見えな
くて戸惑った

想像していたよりも
全然周りが見えな
くて焦った...

目の前にいる人が
見えない恐怖と煙
による圧迫感

歩くのが怖
かった...

煙体験(暖房機器から出火) 教室でスモークマシンを焚いたよ!



もしあの煙が
有毒だったら
死んでいたかも

次は自分も
体験して
みたい!

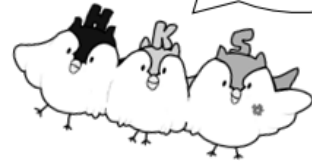
火災のときって
本当にあんなに
見えないの?

煙で前が見えなくて
伝う壁もないときは
どうしたらいいの?

声も通り
にくい...

学校防災アドバイザーの
神戸学院大学 中田敬司先生に
聞きたいことがありますか？

アンケートの
質問に答えて
もらったよ！



ほっくん

Q. 放送での待機が長くて、不安になりました。実際も避難開始までの時間は長いですか？

A. 火災の発生や建物の倒壊、津波の恐れ等がなければ、被害状況確認まで待機することをお勧めします。なぜならば、大人数がそれぞれ勝手な判断で一気に動くことのほうが危険だからです。

まずは速やかな被災状況の確認、そして安全な避難路確保が重要になります。ただ時間がもっと短縮できるよう確認ポイントを絞ったり、その確認方法を検討し、それらをマニュアルに反映すると思います。

また、逆に急ぎの場合はあらかじめ避難計画を作成し、その計画に基づいて速やかに避難して下さい。これには訓練が必要です。



くうちゃん

Q. 指示された避難経路や発災場所がどこか分からず困ったのですが、知らない場所ではどうしたらいいですか？

A. 各建物には非常口があります。事前に確認しておくことが大切です。



さっちゃん

Q. もし放送設備が使えなくなっていたらどうするのですか？

A. 拡声器や大声、笛等で連絡します。あらかじめ合図や一次集合場所を決めておくといいでしょう。例として、笛だと 緊急の場合 長音3回の連続・ピー ピー ピー・・・場所は掲揚台前・・・等ですね。



Q. 担架を作る際に長い棒がないときや、人手が足りないときはどうすればいいですか？

A. 机やいすでも代わりになります。人手が少ないときに徒手搬送という道具を使わない搬送方法もありますよ。



Q. けが人を見つけたとき、自分たちで運ぶか大人に知らせるか、どちらがよいですか？

A. その場所が危険な場所の場合は、安全な所へ搬送の必要があります。その際にまずは周りの人に助けをを求めることをお勧めします。人を集めることも大切な支援です。

ただ人が集まらない場合は、なんとか自分たちで頑張る必要があります。その場所が安全な場合は搬送せずにその場で応急手当をしてください。



Q. 煙体験をしましたが、実際の火災時もあんなに見えないのですか？前が見えないときはどうすればいいですか？

A. 実際は煙で真っ黒な状態で本当になにも見えません。身を低くし、床を伝う方法もあります。熱気や煙の吸い込みを極力避け、転倒しないように、あらかじめ確認している非常口の方向へ向かって進んでください。



Q. 被災時、ドアは開けますが、窓を開けるべきですか？カーテンは閉めるべきですか？

A. 災害の種類によって異なります。地震に限って言えば、避難路確保のため必要に応じてドアを開ける場合もあります。窓は火災の延焼拡大の抑制、カーテンは防犯上の観点から閉めておいたほうがよいように思います。





Q. 学校で1番安全な場所はどこですか。

A. なにもない広いグラウンドです。ただし液状化の可能性もありますので注意してください。



Q. もしものときに水はどの程度まで汚れていても、飲めますか。

A. 現実問題として、もしもの際に水の汚染度を測ることは検査キット等がない限り困難です。基本的には水道水のレベルを下回る不衛生な水は飲まないほうがいいと思います。

一般的には一見透明に見える水でもろ過、そして煮沸や塩素消毒が必要です。最近は高性能の携帯ろ過器なども市販されているようですので参考にしてください。しかし最も大切なことは日ごろから、備蓄として飲料水を用意しておくことです。



Q. 瓦礫に埋まってしまった際、効果的な生存方法を教えてほしい。

A. 条件によって異なりますが、大腿部が挟まれ、意識があると仮定した場合、少し難しいかもしれませんが、何かチャンスがあれば水分の補給、体温低下を避ける努力をしてください。そしてむやみに不必要なエネルギーを使わないことです。そして人の気配を感じたら、物をたたいたり、笛を吹いて自身がここでがれきに埋まって、救助を求めていることを知らせてください。さらに、クラッシュシンドロームの可能性もあることから救助者にどれくらいの時間挟まれていたかもお伝えください。



Q. 地震発生の後、自衛隊の出動は何日後くらいですか？

A. 自衛隊の派遣は被災地の県知事の要請が必要です。よって要請した日によって出動日は異なります。しかし自衛隊の判断で発災日に出勤する場合があります。



Q. コロナ禍における避難生活について教えてください。

A. コロナ禍の中での避難生活は、段ボールベッドや仕切り、避難者相互の距離、体温測定、手の消毒や換気が積極的に行われていました。



Q. これまでに先生が行った現場で、一番過酷だったのはどこですか。

A. 過酷な現場は、海外での活動です。寒暖差の激しい気象状況、大雨の降り続く現場等でした。



Q. 先生も子供の頃、学校で災害を受けたことはありますか。

A. 幸いなことにありません。



避難訓練の感想(一部抜粋)

- ・待機の時間が長く、時間がかかりすぎだと思った。指示が遅く不安だった。
- ・地震だったのに、机の下に隠れなかったことが疑問だった。
- ・机に隠れるのが小学生以来で自分の体が大きくなっていて簡単には入れなかった。
- ・校舎をきちんと把握しておらず、避難経路が分からなかった。
- ・どこで何が起きたかを把握し、どう逃げればいいのかを考える重要性を知った。
- ・素早さよりも安全性が大事ということを知れてよかった。
- ・実際に地震が起きたことを想定した体験だったので、良い経験になった。
- ・実際に起こった時のために、準備することは大切だなと思いました。
- ・緊急事態宣言が発生された今、すべきではなかった。
- ・コロナ時代の新しい避難について考えるきっかけになった。
- ・3・3・3の法則を初めて知り、覚えておこうと思った。
- ・とても興味深く話をきくことができ、楽しく学べた。
- ・勉強になった。災害があった時に活かせるようにしたい。
- ・防災減災についてより知ろうと思った。
- ・次は煙体験や簡易担架搬送体験を受けてみたい。
- ・次は全く予告無しでやる方が良い。