

1 ステレオタイプ脅威

固定観念は時に現実をむしろむしばむ。「女性は数学に弱い」という偏見を意識しながら数学試験に臨んだ女性は点数が低くなるという実験結果がある。能力の発揮を妨げる「ステレオタイプ脅威」という現象だ。固定観念や偏見は災害時、適切な判断の妨げになるので気を付けましょう。

2 災害に関わる情報を知ろう

(1) 地震が起こった場合

①登下校時 (徒歩)

1. 頭にバッグ等のクッションとなるものをかぶる。
2. 周囲に電柱、看板、ブロック塀等の倒壊の危険がある場所を避け、一時的に広い空間に移動する。
(その場にうづくまることは、かえって危険)
3. 余震が落ち着いたら、一次避難場所に移動する。
(平時に避難場所の確認を！)



②登下校時 (自転車)

1. 道路の安全に気をつけながら、道路脇にゆっくり自転車を停める。
2. 余震が落ち着くまで、頭にバッグ等のクッションとなるものをかぶり様子を見る。
3. 周囲に電柱、看板、ブロック塀等の倒壊の危険がある場所を避け、一時的に広い空間に移動する。
(その場にうづくまることは、かえって危険)
4. 余震が落ち着いたら、一次避難場所に移動する。

③部活動時 (在校時)

1. 机の下部へ避難する。(落ちてこない、倒れてこない、移動してこない) 【一次避難】
2. 避難経路の安全確認
3. 余震が落ち着いたら、頭部を保護し、グラウンドに移動する。(この時、天井、照明の落下や窓ガラスの破片に注意) 【二次避難】

④家屋内

1. ドアや窓を開ける。(逃げ道の確保)
2. テーブル等の下に隠れその足をしっかり握る。
(椅子用座布団等を頭にかぶる)
3. 余震が落ち着いたら、ガス、ストーブ等の火気スイッチを切る。(この時、元栓もしめる。)
4. 電気のブレーカーも遮断する。
5. 防災頭巾や、座布団を頭にかぶり、外に出て一時避難場所に移動する。(この時、屋根瓦の落下やブロック塀の倒壊に注意)
☆夜間時の発災に備え、枕元には運動靴や厚手のスリッパ、懐中電灯等を常備しておく

(2) 津波が起こった場合

◆津波による緊急避難の場合は、安全な場所に避難する以外に方法はありません。避難の際は「より遠くへ」ではなく「より高くへ」逃げるのが重要です。「鉄筋コンクリート造りの2階以上に避難する」ことです。

◆西条市防災マップより、南海トラフ大地震発生の場合、津波の高さの予測を以下に示します(震度7、マグニチュード9と想定)。

※東予港における第一波の到達予想時間は約11分後。1mの高さの津波到達時間は235分後。最大津波高は3.4m。ただし、津波3.4mという高さは「最大津波高1.5m+満潮時の潮位1.9m」です。

(3) 不審者が侵入した場合

- ア 不審者に対する心構えとして、次の項目に留意すること。
 - (ア) 不用心に近づかない。
 - (イ) 所持品(刃物・拳銃・劇薬等)及び動向に注意を払う。
 - (ウ) 相手を挑発しない。
- イ 危険な状況と判断される場合は、距離を保ちながら、机やいすを使って身を守ること。
(不審者に背中を見せない)
- ウ すべての先生の指示に従い(連呼の声、緊急放送等に注意)、危険を避けながら、速やかに避難場所に避難すること。
- エ 避難場所に全校集会の隊形に整列し、指示を待つこと。
- オ 各クラスのホームルーム委員長は人員点呼を行い、速やかに本部及び担任に報告すること。

報告例・・・「101〇〇名、欠席〇名、全員集合しました。異常ありません。」

(4) 弾道ミサイルが発射された場合

- ア Jアラート(全国瞬時警報システム)が作動
「ミサイル発射。ミサイル発射。〇〇からミサイルが発射された模様です。建物の中、または地下に避難してください。」
- イ 避難行動
 - (ア) 校舎内にいる場合は、一番近くにある教室(できれば窓のない部屋)に避難をして待機する。
できるだけ窓から離れる。床に伏せて頭部を守る。
 - (イ) 校舎外にいる場合は、口と鼻をハンカチなどで覆い、一番近い校舎(頑丈な建物又は地下施設)の中へ避難して待機する。できるだけ窓や入り口の扉から離れる。床に伏せて頭部を守る。
 - (ウ) 近くに校舎のような建物がない場合は、物陰に身を隠すか地面に伏せ、頭部を守り待機する。
- ウ 追加情報の確認
落下場所等についての追加情報があるまで、引き続き避難を継続する。
- エ クラスごとに点呼
緊急放送や先生の指示に従い、危険を避けながらホームルーム教室へ移動し、点呼を受ける。
不審な物を発見した場合は、決して近寄らず、直ちに警察や消防などに連絡する。

避難のとき守ること

- ① お……押さない(転倒の危険あり)
- ② は……走らない(校舎内は速歩、校舎外は駆け足)
- ③ し……しゃべらない(私語・無駄話をしない)
- ④ も……戻らない(忘れ物があっても校舎内には立ち入らない)
- ⑤ ち……近づかない(がれき・火災・洪水からできるだけ離れる)

何が危険で何が安全かを冷静かつ的確に判断することが大切。