

1 震災に備えての事前計画

1-1 防災についての任務分担

- 地震は、地震動そのものによる被害のほか、二次的に起こる火災でも大きな被害をもたらします。このため、地震に備えた事前チェックをするために、あらかじめ任務分担しておきます。
- 事業所における点検整備は、一般の家庭に比較して点検箇所が多く、一人ですべてを行うことは非常に困難です。
- 職場で働く人の中から点検班を編成し、任務分担に応じて組織的に点検を行うことが必要です。

チェック事項

- 任務分担が定められているか。
 - ・点検実施区分ごとに担当者を定め、点検整備を行います。

点検責任者		●● ●●	
日常の火災予防			
防火担当責任者		火元責任者	
○ ○ 課	○○課長	○○係	○○係長
		□□係	□□係長
		△△係	△△係長
□ □ 課	□□課長	○○係	○○係長
		□□係	□□係長
		△△係	△△係長

定期に実施する点検・検査		
種別	区 分	担 当
自主検査	建物（構造等）関係	○○ ○○
自主検査	防火・避難施設関係	□□ □□
自主検査	電気設備関係	電気主任技術者 △△ △△
自主検査	火気使用設備器具	各火元責任者
自主検査	危険物施設関係	危険物取扱者 ☆☆ ☆☆
自主検査	消防用設備等	◇◇ ◇◇

ポイント

- 消防計画の自主検査チェック表（日常）や（定期）を活用しましょう。
- 責任者は、事業所のリーダーとなって対策を進めていかなければならない立場にあることから、次の者を指定します。
 - ・（例）防災管理者、防火管理者
 - ・従業員に指示命令ができ、点検整備についての権限及び責任を有している者
- 火元責任者は、各室、セクションごとに定め、日常の点検を担当します。
- 点検班の編成は、仕事上の責任区分や配置状況などを考慮して指定することが必要です。
- 従業員が少ない事業所では、一人で何役かを担当するなどします。
- 専門的知識や技術を必要とする点検整備については、専門業者に依頼したり、資格を有する従業員を点検担当者として指定します。

1-2 建築物、工作物の点検と補強

- 首都直下地震が発生すると、揺れや地盤の液状化により東京都で多数の建物が全壊又は半壊になると想定されています。
- 建物が全壊しなくても、外壁のモルタルやタイルのはく離、窓ガラスや看板などの落下、ブロック塀や門柱などの倒壊の危険は、いたる所にあります。
- コンクリート造の建物においては、低層階に比べ高層階に大きな被害が発生します。また、大型量販店のように大規模空間を有する建物では、吊天井の落下被害が多く確認されています。
- 建築物や工作物の点検を行い、不備があった場所は補強修繕をしておくことが大切です。
- 一定規模の地震による被害を想定し事業所防災計画を作成することが必要です。

チェック事項

- 周辺の危険性（地盤の軟弱性、液状化、津波等）をハザードマップ等で把握しているか。
- 建築物の土台、柱、壁などの老朽度や変形、亀裂などを点検する体制があり、補強手段について定めているか。
- ガラス窓の状況を確認し、割れやすいガラスに対して飛散防止措置をしているか。
- 看板や照明器具などが落下しないようにしっかり取り付けているか。
- 建築基準法上の新耐震基準以前（昭和56年（1981年））の建物は、建築物の耐震改修の促進に関する法律（平成7年法律第123号）に基づき耐震診断を行っているか。

ポイント

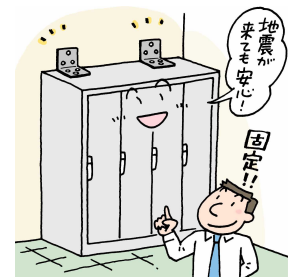
- いつ地震がきても被害が大きならないように危害防止の観点から建物等の点検及び補強を行い、職場ぐるみで平素から対策を立てます。
- 看板や照明器具は、数か所余分に固定するなど、安全性について十分余裕をもった補強を施します。
- 従業員が仕事をしている場所や業務継続のために重要な場所などから耐震補強を図り、安全空間を確保することが必要です。
- 耐震診断を実施した場合は、診断結果に基づき必要な耐震補強等を実施します。
なお、耐震診断、耐震補強を実施する際は、高度な知識と技術を必要とすることから専門家に依頼するようにします。
- 事業所における危険性を客観的に把握し、対応することの出来る体制を整備するために、一定規模の地震の発生を想定し、被害態様をあらかじめ把握するようにします。

1-3 オフィス家具類の転倒・落下・移動防止対策

- 大きな地震では、オフィス家具類等の転倒、落下又は移動が発生します。
- 高層階（概ね 10 階以上）では、大きくゆっくりした揺れ（長周期地震動）により、オフィス家具類が転倒落下することに加え、コピー機や自動販売機のような重量物が大きく移動します。
- これら重量物の移動により従業員等が挟まれないようにすることが、身の安全を確保する上で大切です。

チェック事項

- 廊下、通路などに避難の障害となる物が置かれていないか。
- オフィス家具類等の転倒防止措置をしているか。
- コピー機や自動販売機のような重量物の移動防止措置がされているか。
- 家具類の転倒、落下、移動により窓ガラスが割れることはないか。



ポイント

- 廊下や通路には自動販売機やロッカー類を置かないようにします。
- 家具類の転倒・落下・移動により窓ガラスを割らないよう、窓ガラスの近くに配置しないようにします。
- 転倒防止器具が万が一外れても被害を受けにくい配置にします。
- 資料1のオフィス家具類の転倒・落下・移動防止対策（P30～）も参考に対策を実施します。

1-4 危険物の点検と安全措置

- 地震による被害は、地震の規模、発生場所などによって異なることから、危険物を貯蔵又は取り扱う事業所にあつては、危険物の種類、数量、施設の規模、形態等に応じた危険物施設の実態にあつた対策を立てておく必要があります。

チェック事項

- 揺れによって危険物があふれ出ることはないか。
- 高架タンク等の落下防止措置は完全か。
- 安全な場所で使用されているか。
- 送油管などの緩衝装置の機能はよいか。
- 物品の転倒、落下等による混合発火を防ぐ措置はしているか。



ポイント

- 危険物の貯蔵取扱量や施設形態を考慮して、土のうや油吸着材等を十分備えておきます。
- 緊急時の危険物の受け入れなど、近隣の危険物施設を持つ事業所との協力体制を作っておくことも有効です。
- 危険物施設から施設外への危険物の流出、拡散を防止するために設けられた防油堤、排水溝、油分離槽、流出油防止堤等が破損した場合の対応策も講じておきます。

1-5 火気設備等の点検と安全措置

- もっとも多く火気設備等を使用する「冬の夕方」に地震が発生すると、同時に数多くの火災が発生すると予想されています。
- 火気設備等からの出火を防ぐには、設備本体、周囲の状況などを点検し、不備事項を改善しておくことが大切です。

チェック事項

- 火気設備等の本体、燃料容器の転倒防止措置などを行っているか。
- 火気設備等の周囲に燃えやすいものを置いていないか。
- 火気設備等の周囲から転倒、落下する可燃物等がないか。
- 周囲が不燃材で区画された場所等、安全な場所で使用されているか。
- 自動消火装置及び燃料の自動停止装置が付いているか、また、正しく機能するか。



ポイント

- 火気設備等の転倒、落下防止措置は、地震動に十分耐えられる強度を持った施工をします。
- 燃料配管やコックなどは、機能や材質の点でより安全な機器を使用します。
- 火気設備等が設置されている場所からの出火を防ぐため、周囲の整理、整頓を実施します。

1-6 消火器等の準備と適正管理

- 地震時には火災が同時に多発することが予想されます。
- 火災発生時に消火器等を確実に使えるように日頃の点検と訓練を実施します。

チェック事項

- 消火器等が指定された場所に常備されているか。また、物品の転倒、落下などで消火器等が使用不能にならずに容易に持ち出せる位置にあるか。
- 消火器等に変形、腐食などがいないか。



ポイント

- 消防法等により、消火等の設置が義務付けられている事業所では、定期的に点検を実施する必要があります。
- 建物の規模、使用形態等により、消防設備士、消防設備点検資格者などの有資格者による点検が必要となる事業所があります。
- 自主的に消火等を設置した事業所でも定期的に点検を実施し、いつでも使用できるようにします。
- 消火器は粉末消火器、強化液消火器などの種類があり、対象物に適応した種類の消火器を配置します。



1-7 建物からの安全避難の確保

- 廊下や出入口周辺には物品を置かないよう日頃から点検しておきます。
- 仕事をしている場所から一時避難できる場所までの避難経路を複数考えておきます。
- 事業所周辺の地域の危険性を把握しておくことが必要です。
- 避難場所等の指定はおおむね5年ごとに見直され、令和4年9月1日から第9回指定の運用が開始されました。詳しくは東京都HPをご確認ください。

チェック事項

- 家具類の落下や移動で扉が開かなくなるようなことはないか。
- 避難する通路や階段に障害となるような物はないか。
- 都区市町村が作成する防災マップ(ハザードマップ)等を定期的に確認しているか。
- 避難場所まで避難する場合の一時集合場所、避難順路、誘導方法等が複数定められているか。

ポイント



- 避難する際は、エレベーターを使用せずに階段を使用します。
- 建物外壁の窓ガラスや看板などの落下、ブロック塀等の倒壊の危険性があることから慌てて外に飛び出さないようにします。
- 避難場所等へ避難する場合は、車両等を使用せずに徒歩とします。

避難所と避難場所の違い

〈避難所とは〉

災害により住宅を失った場合に一定の期間避難生活をする場所です。具体的な施設としては、小中学校や公民館など公共施設が多くあります。

〈避難場所とは〉

地震などによる火災が延焼拡大して地域全体が危険になったときに避難する場所で、大規模な公園や団地、大学などが指定されています。

1-8 資器材・非常用物品等の準備

- 初期消火や救助・救護活動に必要な資器材を準備しておく必要があります。
- 帰宅困難者（従業員、在館者等）が事業所内に待機できるよう、3日分の必要な水、食料、寝具等を準備しておく必要があります。

チェック事項

- 初期消火活動や救出・救護のために必要な資器材が用意されているか。
- ライフラインの途絶や従業員等の帰宅困難者に備え、必要な非常用物品等の保管数、使用期限等の点検方法や保管方法を定めているか。

ポイント

- 準備した資器材や非常用物品は、階層やゾーンごとに分散し、すぐ使える場所に保管します。
- 非常用物品は、帰宅困難者となる従業員等を含めて、一人あたり3日分を目安に準備します。
- 雑用水としても水を多く必要とするため、貯水槽などに常に水をためておきます。



非常用物品等として準備しておく便利なもの（例）

種 別	品 名
応急手当用品	①医薬品：殺菌消毒剤、やけど薬、止血剤等 ②救急用品：止血帯、包帯、ガーゼ、三角巾、ばんそうこう等
救助作業用資器材	ジャッキ、のこぎり、バール、スコップ、担架、毛布等
非常用物品	懐中電灯、拡声器、ラジオ、電池、ビニール袋、軍手、タオル、防水シート、毛布、ヘルメット等
生活必需品	①食料（缶詰、乾パン、インスタント食品等）3日分×従業員等数 ②飲料水（1人当たり1日3リットル）3日分×従業員等数 ③携帯燃料、カセットコンロ、カセットボンベ、鍋、やかん等 ④簡易トイレ ⑤寝具等（毛布、寝袋等）
非常持ち出し品	重要書類等



- ・非常用物品等は、持ち出しやすい場所に備蓄保管します。
- ・備蓄保管施設に損壊等の恐れがある場合は、分散して保管します。

1-9 教育、訓練

- 日頃から事業所防災計画の必要性や任務分担について、定例ミーティングなどの機会を捉えて、すべての従業員が確認、把握しておくことが大切です。
- 被害を最小限に抑えるためには、全員が的確に活動することが必要です。そのためには日頃の訓練により各自の任務、行動を覚えておくことが必要となります。

チェック事項

- 訓練を定期的に行うことについて定めているか。
- 地震による被害を想定した訓練を実施しているか。
- 帰宅困難者の一斉帰宅の抑制に関する訓練を実施しているか。
- 実施時期については、新入社員が入社する時期や防災の日（9月1日）等、事前に決めておきます。



ポイント

- 訓練は、新型コロナウイルス感染症等の感染拡大防止に配慮しながら実施します。
例：フロアや部署、係ごとに少人数で実施し、ソーシャルディスタンスを確保します。
出退勤時間を活用して、個人でそれぞれ避難経路を確認するようにします。
消防設備などの使い方などを動画等で確認し、また設置場所を把握しておきます。
※ 東京消防庁ホームページ→安全・安心情報→事業所アドバイス→自衛消防訓練～もしもの時に備えてやっていますか？～で動画を紹介しています。
- 適切な応急手当を行えるよう、教育、訓練を日頃から行っておくことが重要です。

1-10 周辺地域の事業所、住民等との連携と協力

- 震災時には、自らの事業所と隣接事業所や防災市民組織、住民等とが消火作業や救出活動、資器材の援助等を協力して行うことで被害の拡大を防ぐことができます。
- 防災市民組織、地域住民等との協定を事前に取り決めておくなど、地域における相互協力体制を構築しておくことが大切です。

チェック事項

＜協力体制の協定先の例＞ 協定内容を把握しているか。

- ・他事業所の自衛消防隊
- ・自主防災組織
- ・地域住民（町会・自治会等）
- ・その他の震災時に協力を得られる団体等

ポイント

- 自らの事業所だけでなく、周辺地域の消火活動及び救出・救護活動の相互支援を行う体制をつくるようにします。また、日頃から近隣の町会などが行う防災訓練には積極的に参加し、相互協力体制のきずなを築くことが大切です。

1-11 南海トラフ地震臨時情報

- 南海トラフ沿いで異常な現象が観測され、南海トラフ地震と関連する調査を開始した場合や観測された異常な現象の調査結果を発表する場合に南海トラフ地震臨時情報が気象庁より発表されます。
- 気象庁が発表する情報を早く正しく集め、従業員等に伝え、地震発生に備えることが必要です。
- 営業時間の内外を問わず、臨時情報等が発せられた場合の応急措置についてあらかじめ決めておき、速やかに行動できる体制を整備しておくことが大切です。

チェック事項

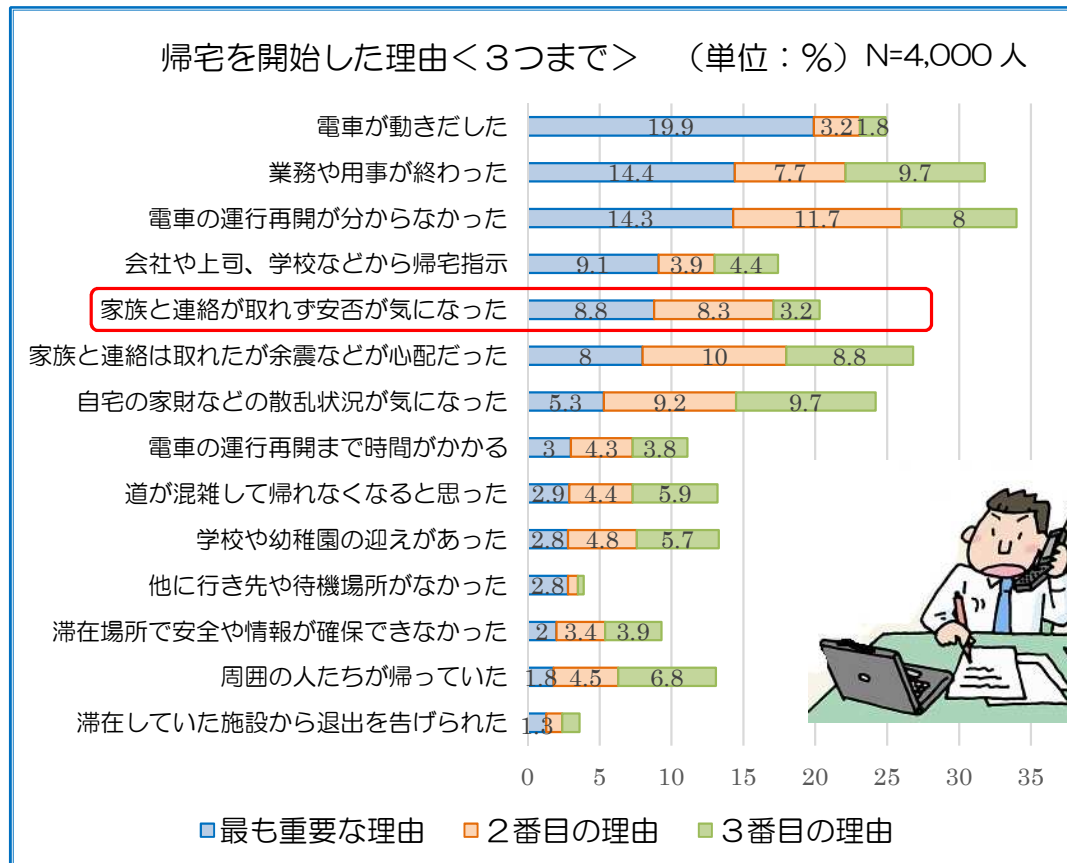
- 責任者等は、情報の事実を確認するとともに、その後の情報収集のため必要な指示を担当者に与えるようになっているか。
- 収集した情報は、必要に応じ、速やかに従業員等に伝達するようになっているか。

ポイント

- テレビ、ラジオ、区市町村の地域防災行政無線等から正確な情報をつかむようにします。
- 放送設備等により情報を伝える場合は、外部の人に動揺や混乱を与えないように、あらかじめ定めた放送文例により落ちついて放送します。

1-12 安否確認の周知

- 東日本大震災後に、東京都が行った、発災時に都内にいた外出者に対するアンケート調査結果によると、帰宅行動を開始した理由として、「家族と連絡が取れず、安否が気になったため」と回答した人が多く見られました。



チェック事項

- 従業員に対して、家族等との安否確認手段の周知・利用啓発をしているか。
- 従業員及び家族との安否確認の方法及び連絡手段を複数検討しているか。

ポイント

- 震災時は、固定電話や携帯電話が通話規制によりつながりにくくなることから、従業員に対して、家族等との安否確認の連絡手段を確保するよう周知します。
- 従業員及び家族との安否確認等の連絡手段については、携帯電話の災害用伝言板や災害用伝言ダイヤル 171、SNS（ソーシャル・ネットワーク・サービス）等を活用するとともに、複数の手段をあらかじめ決めておきます。

1-13 一斉帰宅の抑制

- 東日本大震災では地震の影響で東京都内の交通機関が停止したため、515万人を超える帰宅困難者が発生し首都圏を中心に大混乱が起きました。
- 地震発生直後の一斉帰宅行動は、多数の帰宅困難者の発生による混乱や二次災害につながるおそれがあります。
- 帰宅困難者等の発生による混乱を防止するためには、「むやみに移動を開始しない」ことを従業員等に徹底することが重要です。
- 一斉帰宅を抑制するために事前に計画を立てるとともに、会社で待機する従業員のために安全な待機場所や必要な水、食料、寝具等の備蓄品を準備しておく必要があります。



渋滞する都内道路（東日本大震災）

チェック事項

- 従業員等に「むやみに移動を開始しない」ことを周知しているか。
- 帰宅を開始できるようになるまで従業員を留めるための安全な待機場所が事業所内に確保されているか。
- 帰宅困難者のための非常用物品（食料、飲料水、寝具等）を準備しているか。
- 混乱状況及び居住地等を考慮した時差退社計画及び帰宅地図を作成しているか。

ポイント

- 従業員等に対して帰宅困難者等の発生による混乱を防止するため、「むやみに移動を開始しない」や「帰宅困難者心得 10 か条」を徹底します。
- 従業員が駅周辺や道路上に滞留する大量の帰宅困難者の一人として、集団転倒に巻き込まれたり、火災や落下物等により危険な状態にさらされないように措置する必要があることを認識します。
- 事業所において一斉帰宅を抑制することは、救助・救急活動、消火活動、緊急輸送活動等の応急活動を迅速かつ円滑に実施するための事業所の責務であることを認識します。



帰宅困難者心得10か条

- 1 あわてず騒がず、状況確認
- 2 携帯ラジオをポケットに
- 3 作っておこう帰宅地図
- 4 ロッカー開けたらスニーカー（防災グッズ）
- 5 机の中にチョコやキャラメル（簡易食料）
- 6 事前に家族で話し合い（通信手段、集合場所）
- 7 安否確認、災害用伝言ダイヤル等や遠くの親戚
- 8 歩いて帰る訓練を
- 9 季節に応じた冷暖準備（携帯カイロやタオルなど）
- 10 声を掛け合い、助け合おう

1-14 帰宅困難者対策

- 帰宅困難者の発生抑制には、家族等との安否確認や一斉帰宅の抑制の取り組みを推進することが大切です。
- 東日本大震災では、一部の施設に受入可能人数を超える帰宅困難者が集中したことにより、施設の確保と受入れが困難となった事業所がありました。
- 事業所の従業員等に対する情報の提供、保護支援、交通手段の確保などについて対策を立てておくことが大切です。

チェック事項

- 帰宅困難者に対する待機に係る案内、安全な場所への誘導などの利用者保護のための措置が講じられているか。
- 徒歩による帰宅経路、沿道の店舗等で、水やトイレ及び情報提供を受けることができる災害時帰宅支援ステーションを把握しているか。

ポイント

- 東日本大震災では、「電車の運行再開がいつになるか分からなかった」という理由で帰宅行動を開始した帰宅困難者が多くいたことから、鉄道の運行状況を情報提供する体制を充実させます。
- 情報を提供する場合は、館内放送設備、デジタルサイネージ等を活用し、音声や文字による情報提供を実施するなど、情報を得やすい環境整備に配慮します。
- 駅周辺の事業所では、駅前滞留者対策協議会と連携し、帰宅困難者を一時滞在施設に誘導するなど利用者保護を図るようにします。

【災害時帰宅支援ステーション】 【災害時サポートステーション】

災害時に水道水・トイレ・テレビ及びラジオからの災害情報を提供し、徒歩帰宅者を支援するコンビニエンスストア、ファーストフード、ファミリーレストラン及びガソリンスタンドなどの協力事業者の店舗



〔 災害時帰宅支援ステーションのステッカー 〕 〔 災害時サポートステーションのステッカー 〕

1-15 その他

《訓練等による事業所防災計画の検証と見直し》
 ○ 作成した事業所防災計画については、定期的な訓練等を通して内容の確認や検証を行い、常に効果的で効率的なものとなるよう見直しを図ることが大切です。

ポイント

- 訓練等を実施した結果を確認し、改善していく取り組み（PDCAサイクル）を取り入れます。
- 訓練等を実施した場合は、その実施結果記録を作成し保存するようにします。



PDCA サイクル

- P (Plan) ～ 計画の策定 : 事業所の実態に応じ事業所防災計画を作成する。
- D (Do) ～ 実施・実行 : 事業所防災計画に沿って訓練等を実施する。
- C (Check) ～ 点検・評価 : 事業所防災計画に沿っているかどうかを確認する。
- A (Act) ～ 修正・改善 : 事業所防災計画に沿っていない部分を修正等する。

