

## <なかよしさいくる 災害対策マニュアル>

### ①地震に遭う前に

#### ◇自転車で走るうえで

- ・自分が走る場所を家族に伝えておくか、あるいは少なくとも緊急時に家族がたどれるようにしておく。
- ・揺れを感じられなくともすぐに災害発生情報を掴めるよう、少なくとも携帯電話には気付きやすいようにしておく。
- ・ヘルメットを確実に装着する。
- ・携帯電話の充電が切れないう対策を講じておく。予備バッテリー購入など。
- ・補給と水はなるべく切らさない。
- ・災害用伝言板の番号 171 を押さえ、使えるようにしておく。
- ・地図を必ず持つ。

#### ◇サークルとして

- ・公式のランや合宿では、必ず参加者全員がルート把握しておく。
- ・会報の告知記事には宿の連絡先・住所とルートを必ずかつ詳細に載せる。
- ・前ランをする際は、万一のときに誰かが自分の走るルートをわかるようにしておく。担当にルートの概要を伝えておくのが良い。またはツイッターなどの SNS を活用したり、ルートラボに残したりするのも良い。
- ・会員全員の携帯電話番号・実家電話番号・携帯メールアドレスをまとめた名簿を紙媒体で作成し、各学年代表が保有する。また部室にも1部置く。新入生の名簿については、代表が決まるまで新歓担当が管理する。
- ・学年代表全員が合宿等に参加する場合、担当は合宿不参加者の中から一人選んで在京連絡役を委任する。連絡役は合宿の参加者と行程を把握しておく。

### ②地震発生時

#### ◇自転車で走っていたら

- ・直ちに道路から離れ、身の安全を確保する。
- ・ヘルメットが緩んでいないか確認する。
- ・揺れている間は建物から距離を置く。
- ・直ちに家族に連絡する。
- ・海岸沿いを走っていた場合は津波の恐れがあるので、直ちに海から離れて高い場所へ移動する。出来れば高台、無ければ丈夫そうな建物の3階以上、最低でも歩道橋の上。津波の速さを考えると、例えロードバイクでも逃げ切れる保証は無いため、垂直避難が優先。どうしても高い場所が見当たらない場合のみ、とにかく海から少しでも遠い場所に走る。

- ・山道を走っていた場合は土砂崩れやがけ崩れの恐れがあるので、直ちに下山する。また、携帯電話の電波の届くところや人気の多い場所に直ちに移動する。
- ・橋を渡っていた場合は橋から振り落とされないよう、自転車を降りできるだけ柵から距離を取る。ただし崩落の危険がある場合は全力で橋から脱出する。

◇サークルとしては

- ・地震発生地域で定サイ・合宿を行っていた場合は直ちに中止。
- ・地震発生地域での定サイ・合宿を控えていた場合も直ちに中止。前ランで現地入りしている人がいることも予想されるため、担当は参加表明者の安否を確認する。
- ・地震発生地域以外の地域で定サイ・合宿を行っていたときに関東圏で地震が発生した場合、数日後に計画停電が始まって交通網が麻痺し、合宿終了時になって帰宅困難となることを想定し、中止して早急に全員帰宅を試みるのが望ましい場合もある。ただし近づくこともできない場合の時は無理をせず、合宿で押さえた宿を活用することも必要。いずれにしても出来るだけまとまって行動する。
- ・地震発生地域以外の地域での定サイ・合宿を控えていたときに関東圏で地震が発生した場合も、交通網混乱による集合困難や、計画停電・余震等による合宿終了時の帰宅困難を想定して中止するのが望ましい場合もある。このときも担当は参加表明者の安否確認。
- ・合宿地または合宿地への道程に津波などの警報が出ている場合は中止。
- ・決行や臨時移動で走行する場合、担当は集合地やルートが海岸沿い・山中にならないよう臨機応変に対応する。
- ・なかよしさいくるの全てのイベントは自由参加なので、まずは参加者自らが参加・参加継続の是非を判断して早急に担当に連絡を入れる。
- ・合宿参加者全員が被災したり通信網が混乱したりすることにより、合宿参加者からの連絡が取れなくなった場合、連絡先名簿(前述)を持つ学年代表のうち合宿に参加していない人が、大学や近親者等との間の連絡役を担う。ただし学年代表が全員参加している場合は、委任された在京連絡役(前述)がその役割を担う。