

安
全
安
心
手
帳

C O N T E N T S

山屋敷地区避難場所：AED設置場所	2
-------------------------	---

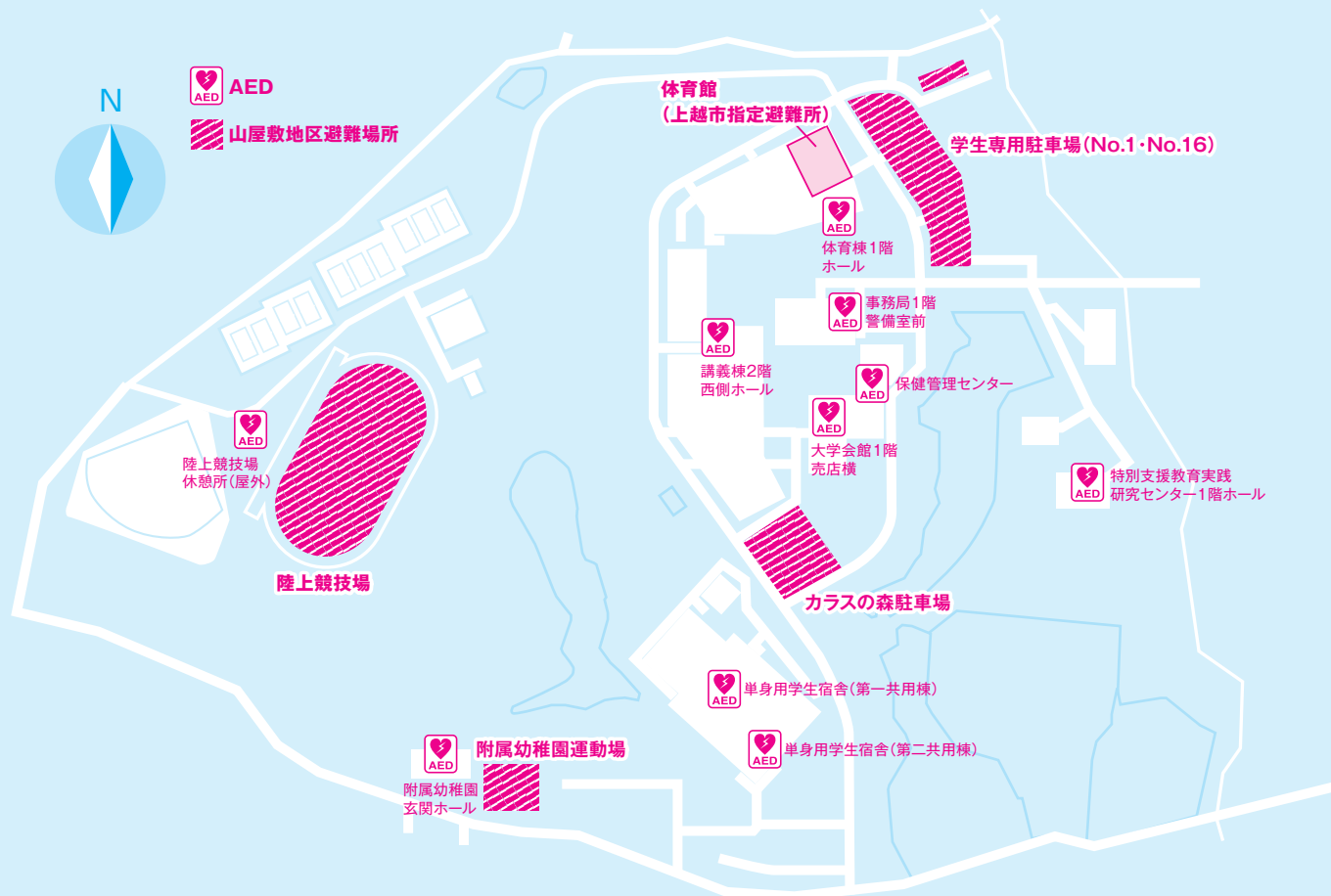
学生生活の心得

 火災発生時の対応	4
 地震発生時の対応	5
 交通事故への対応	6
 応急処置	7
 負傷者発見から救命処置の流れ	10
 感染症	12
 たばこ /  薬物	14
 飲酒	15
 盗撮	16
 不審者	17
 ストーカー	18
 無言電話・わいせつ電話・脅迫電話	19
 インターネットトラブル	20
 悪質商法	22
 ブラックバイト	24
 闇バイト	25
 マイナンバー（個人番号）の取扱い	26
 海外渡航	27
 夜間の救急医療電話相談	28
 弾道ミサイル落下時の行動	29
 大規模災害等の安否確認・緊急連絡	30

実験・実習等の心得

 1 理科における実験・実習等の心得	32
 2 美術・技術における実験・実習等の心得	35
 3 家庭における実験・実習等の心得	41
緊急・困ったときは	48

山屋敷地区避難場所:AED設置場所



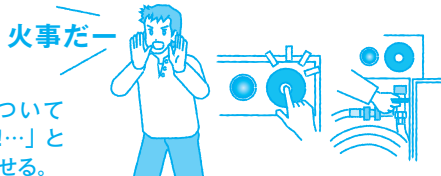
注) 避難場所は斜線箇所です。
災害発生時には最寄りの場所へ避難してください。



火災発生時の対応

大学構内

- あわてず、おちついて「火事だ！火事だ！…」と大声で周りに知らせる。
- 廊下に設置されている火災報知器のボタンを押して火災発生を知らせるとともに、消防署（119番）及び警備室（TEL025-521-3300）に通報する。
- 可能ならば消火器、消火栓を用いて初期消火に努める。
- 消火が困難な場合には、ドアや窓を閉めて（施錠しない。）速やかに避難する。（エレベーターは使わない。）
 - 火元の器具等の元栓を閉じるとともに、実験装置などのスイッチを切り元栓を閉じて、近くにある消火器で消火に努める。
 - 衣類などに火がついたら、直ちに水をかぶること。あるいは床に転がり消火を試みる。
 - 燃えやすい物を火元から遠ざける。



学生宿舎内

- あわてず、おちついて「火事だ！火事だ！…」と大声で周りに知らせる。
- 火災報知器のボタンを押して、火災発生を知らせる。
- 可能ならば消火器・消火栓を用いて初期消火に努める。
- 放送に従い、カラスの森駐車場（p.2～3）に避難する。
- 屋外の安全な場所で、消防署（119番）及び警備室（TEL025-521-3300・宿舎内線 5003）に通報する。



地震発生時の対応

地震発生

- まず、身を守る！
 - 机の下などにもぐる。
 - 余裕がなければ、手近なものや両腕で頭を保護する。
 - 倒れやすい家具や窓から離れる。
- ドアを開けて、非常脱出口を確保！
- 火の始末は後で！



地震発生後（1～2分）

- 揺れが収まってから、火の始末！
 - 火が出たら初期消火（p.4）
- 周囲の人の安全を確認！
- 作業中の実験機器等を停止！



地震発生後（3分）

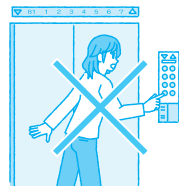
- 隣接する部屋等で助け合う！
 - 他の部屋・教室等で倒れた書庫等の下敷きや、けが人の確認をする。
- その後の余震に注意
 - 建物の状況により、余震で崩壊する恐れのある場合は、避難場所（p.2～3）に避難する。
 - 避難するときは、エレベーターを使わない。



安否等の連絡先

大地震（震度5強以上）が発生したときは、各自の安否や被災状況（友人の情報も）を次の方法により大学に連絡する。

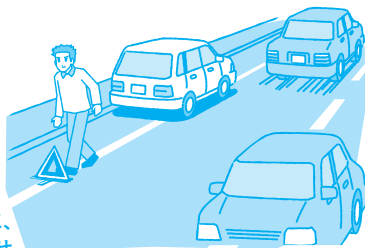
- 大学の安否確認メールから安否状況を報告する。（p.30）
- 警備室 TEL 025-521-3300
- 安否メール kinkyu@juen.ac.jp
- 学生支援課 TEL 025-521-3283
- クラス担当教員、専門セミナー教員、アドバイザー、指導教員





交通事故への対応

- ① 直ちに車を停止させて、事故の状況を確認する。
- ② 負傷者がいる場合、負傷者の救護をする。必要があれば、119番へ通報して救急車を呼ぶ。

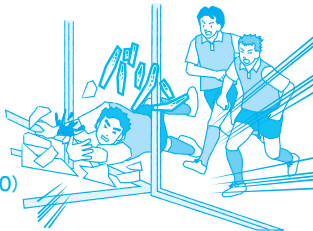


- ③ 二次的な事故を防ぐために、事故車両を道路脇に移動させるなどの**危険防止措置**を取る。
- ④ 安全を確保した後、110番で警察へ連絡する。車同士の事故で**双方にケガがない場合でも、必ず警察に届ける。**(物損だけの場合も必ず警察に連絡する。事故証明書が無いと保険金の請求ができない。)
- ⑤ ナンバーを確認し、お互いの氏名・住所・電話番号を交換する。
- ⑥ 事故直後の措置が一段落したら保険会社へ連絡する。交通事故には、さまざまなケースがあるため、自分が被害者になってしまった場合も含め、困った事があったら学生支援課に相談する。
- ⑦ 家族と学生支援課(TEL025-521-3283)、夜間・休日は警備室(TEL025-521-3300)に連絡する。



応急処置

応急処置の例を(1)～(8)に示します。
いずれの場合も救急車を要請したときは、
学生支援課(TEL025-521-3283)、
夜間・休日は警備室(TEL025-521-3300)
に速やかに連絡してください。



(1) 大出血

- ① 救急車の手配と止血手当の準備をする。



〇〇さんは、
止血に必要なきれいなタオルと
ゴム手袋又はビニール袋を
至急持ってきて

〇〇さんは救急車を
呼んできて

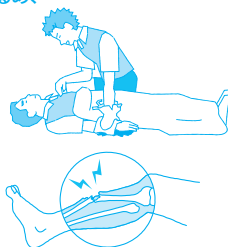


- ② 直接圧迫止血法による止血手当を行い、救急隊の到着を待つ。

- ・止血手当を行うときは、感染防止のため、血液に直接触れないようにする。
- ・片手で止血しない時は、両手で体重をのせて圧迫する。
- ・出血性ショックがある場合は、ベルト等をゆるめ、毛布又は衣服をかけて保温し、声をかけて元気づける。

(2) 骨折

激しい痛みや腫れがあり、動かすことができない、変形が認められる、骨が飛び出しているなど、骨折の疑いがあるときは痛がっているところを動かさずに、早急に医師の手当てを受けること。ふとももの変形や、骨が飛び出している場合、救急車を呼ぶこと。



(3) 捻挫・打撲

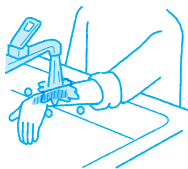
腫れや内出血しているところを冷水や氷水などで冷やす。長時間冷やすと皮膚や神経を痛める可能性があるため、20分以上続けて冷やさないこと。腫れが引かない、痛みが続く場合、医師の手当てを受けること。

(4) 傷

傷口が土砂などで汚れているときは、きれいな流水で十分に洗い流す。傷口の保護と感染防止のため、絆創膏や傷口用の保護パッドなどで傷口を覆う。大きな傷や深い傷の場合、早急に医師の手当てを受けること。

(5) 火傷

- i) できるだけ早く流水（水道水でよい）で冷却するのが最も効果的である。ただし、傷に直接強い水圧を当てないこと。
- ii) 冷却する場合、たえず移動させて、同一部位が冷えずにないように注意すること。
- iii) 重傷の火傷の場合、清潔なタオルなどで火傷面を覆い、できれば冷却しながら病院に連れて行くこと。
- iv) 衣類の上から火傷をした場合は、無理に脱がせないで、そのまわりを切り取るなどして冷却すること。
- v) ひどいときはできるだけ早く医師の手当てを受けること。



○やけどの深さと症状

深さ	症状	外 見	症 状
1度	表皮やけど	皮膚が赤くなる。	ヒリヒリと痛い。
2度	真皮やけど	水ぶくれができる。 ぐちゃぐちゃになる。	強い痛みと やけるような感じ。
3度	全層やけど	皮膚が白くなり、焦げる。	痛みをほとんど感じない。

(6) 熱中症

高温多湿な環境下で、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温調節がうまく働かないことにより、体に熱がたまり、めまい、立ちくらみ、筋肉痛や大量の発汗、さらには頭痛、吐き気、倦怠感などの症状が現れ、重症になると意識障害、肝・腎機能障害などが起こる。
(熱中症予防のため、気温30℃以上の場合は激しい運動は禁止し、気温35℃以上の場合、運動は原則禁止すること。)

熱中症の重症度

- Ⅰ度 めまい・失神（熱失神）
立ちくらみという状態で、脳の血流が不十分になったことを示す。
筋肉痛・筋肉の硬直（熱痙攣）
発汗に伴う塩分の欠乏により生じる。
大量の発汗
- Ⅱ度 頭痛、気分不快・吐き気・おう吐、倦怠感、虚脱感（熱疲労、熱痙攣）
体がぐったりする、力が入らないなどの症状。
- Ⅲ度 意識障害、痙攣、手足の運動障害、高体温（日射病、熱射病）
呼びかけや刺激への反応がおかしい、体にガクガクとひきつけがある、真直く走れない、歩けない、汗はかかず体に触ると熱い感触がある。

- i) Ⅰ度の症状があれば、すぐに涼しい場所へ移し、衣服をゆるめ、体などに水をかけたり、濡れタオルをあてて扇いだり、冷却剤を首、脇の下、脚のつけ根に当てるなどして体を冷やす。また、スポーツドリンク、経口補水液、食塩水（0.1～0.2%）などを飲ませる。症状が改善しない場合や悪化する場合には病院を受診させる。
- ii) Ⅱ度の症状があり、自分で水分などを摂取できない時や、Ⅲ度の症状があるときは直ぐに救急車を呼び病院へ搬送する。



(7) 急性アルコール中毒

- i) 昏睡状態で体温が下がり、脈が弱いときには、一刻も早く救急車を呼ぶこと。
- ii) おう吐がある場合、窒息などを避けるため、顔を横に向けさせる。

(8) 化学物質（たばこ、家庭用品など）や医薬品などによる急性中毒

まず何を飲んだのか、何を吸ったのか、中毒の原因物質を確認する。自殺企図の場合は、周囲の状況や散らばっている瓶や空き箱から確認する。また残った量から飲んだ量を判断する。問い合わせ電話（無料、24時間）：「大阪中毒110番」072-727-2499

① 皮膚に付着した場合

- i) 毒物の付いた着衣は脱がせ、石鹸を使って皮膚を十分に水で洗う。
- ii) 濃硫酸のように水と反応して発熱するものは、はじめに乾いた紙や布で素早く拭き取ったのち、大量の水で一挙に流す。

② 目に入った場合

- i) まぶたを上げて流水で流す（できれば15分以上）。
- ii) 洗面器の水に顔をつけ、まばたきを繰り返すのもよい。

③ 吸引した場合

吸引者を直ちに新鮮な空気のところに移し、衣類を緩めて安静にする。

④ 飲み込んだ場合

- i) 水や牛乳を飲ませる。牛乳は胃を保護し、毒物の働きを弱める作用がある。しかし、水や牛乳を飲ませていけないものとして、防虫剤、石油製品（灯油、ガソリン、シンナー、ベンジンなど）がある。
- ii) 喉の奥を刺激して吐かせる。
- iii) 意識がないときやけいれんを起こしているとき、強酸や強アルカリを含んだ製品（トイレ用・パイプ用・換気扇洗浄剤・漂白剤など）、石油製品を飲んだときは吐かせてはいけない。

⑤ 呼吸はあるが、意識がないときは救急車を呼ぶこと。



薬物中毒に限らず、意識がない場合はこの姿勢で休ませる



感染症

普段から体温計・マスク・ハンカチ・マイナ保険証(マイナンバーカードを健康保険証として登録したもの)等を所持し、毎日の体温測定とともに体調管理を心がけましょう。発熱、咳、くしゃみなど体調不良を認めたら医療機関を受診し、他人(接触者)にうつさないよう行動しましょう。

日頃の感染予防

日頃感染しやすい感染症として、インフルエンザ感染症、新型コロナウイルス感染症、ノロウイルス感染症があります。これらの感染症に対する予防としては何よりもこまめなうがい、手洗いや手指消毒とマスク着用を心がけてください。また、できるだけ3密(密閉、密集、密接)を避け、効果的な換気を励行してください。インフルエンザ予防には10月からワクチン接種を受けることが大切です。また、普段から十分な睡眠とバランスのとれた食事を心がけましょう。

インフルエンザ感染症

インフルエンザは冬から春にかけて毎年流行する感染症です。飛沫・接触感染し、風邪(感冒)よりも他人にうつしやすいので注意が必要です。

- ① 突然の寒気、高熱、関節痛、筋肉痛などで発症し、鼻水、咳、のどの痛みの症状も出ます。その際は速やかに医療機関を受診してください。発症後48時間以内に治療を受けると症状が改善しやすくなります。
- ② 症状は約1週間で軽快しますが、「解熱後2日を経過し、かつ発症後5日を経過するまで」(学校保健安全法)は出席停止としてください。またこの間、授業だけでなく、アルバイト、部活動、ボランティア活動も必ず控えてください。
- ③ インフルエンザと診断されたら、必ず保健管理センターホームページから「感染症報告フォーム」で報告をするとともに、授業担当の教員にも欠席の連絡をしてください。

新型コロナウイルス感染症COVID-19

COVID-19は飛沫・接触・エアロゾル感染し、重症化することもあります。発症前感染者や無症状感染者からも感染する可能性がありますので絶えず注意し、上記の感染予防対策を心がけましょう。

- ① COVID-19は、頭痛、のどの痛み、咳、発熱、味覚・嗅覚障害、倦怠感、胃腸炎症状などのかぜ様症状が出ます。その際は速やかに医療機関を受診してください。
- ② 感染が疑われる症状がみられた場合は、授業出席、アルバイト、部活動、ボ

ランティア活動を控えてください。

- ③ COVID-19と診断されたら、「発症した後5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまで」出席停止としてください。また、必ず保健管理センターホームページから「感染症報告フォーム」で報告をするとともに、授業担当の教員にも欠席の連絡をしてください。

ノロウイルス感染症

- ① 潜伏期は1~2日で、症状は最初、風邪のような症状ですが、その後、吐き気、おう吐、下痢、腹痛、発熱などの症状が出ます。
- ② 健康な人は軽症で1~2日で回復します。症状消失後も3~7日間ほど便中にウイルスが排出されるので注意が必要です。
- ③ ノロウイルス感染症と診断されたら、「主治医から指示された期間」出席停止としてください。また必ず保健管理センターホームページから「感染症報告フォーム」で報告をするとともに、授業担当の教員にも欠席の連絡をしてください。

④ 感染経路

① 汚染貝類を生または不十分加熱で摂食。



② 食品取扱者が感染して、汚染食品を摂食。



③ 患者の糞便・吐物から人の手を介して。



④ 吐物から漂い出したウイルスが飛散して感染。



⑤ 汚染井戸水・簡易水道等が消毒不十分で感染。



- ⑤ 対策は、まず十分な手洗い(流水 1分以上)、うがいをすることです。症状のある人は食品に触らないようにしてください。貝類の生食は避け、熱に弱いので加熱したほうが安全です。



吐物は以下のとおり、確実に処理してください



△吐物処理の際、手袋とマスクをつける

▽塩素系漂白剤(次亜塩素酸ナトリウム)で消毒(商品名:ハイターなど)



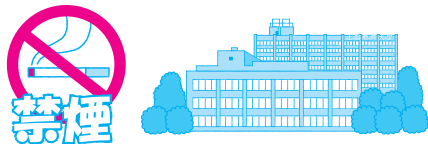
▽汚物は密閉して捨てる



※薬品類は保健管理センター、学生宿舎事務室に常備しています。

たばこ

本学は、キャンパス敷地内全面禁煙です。



たばこが健康の大敵であることは周知のとおりです。喫煙者自身のリスクばかりでなく、周囲の人の健康も害していることを忘れてはいけません。禁煙すればいいことばかりです。

薬物

メディア等で危険ドラッグと呼ばれている薬物には、大麻や覚せい剤と同様に法律で禁止された薬物とそうでない薬物が混在しています。そこで、



- 健康面では、薬理作用や含有量が十分に分かっておらず、どれだけ危険か予測できない怖さがあること。
- 社会的には、「これは違法ではないから」と友人や知人から渡された薬であっても、知らないうちに規制対象となっていれば逮捕される可能性があることの両面から、危険ドラッグには絶対に手を出さないようにしましょう。

飲酒

- 20歳未満は飲酒をしてはいけません。
入学後、新入生歓迎・勧誘コンパ、お花見などの宴席が催されますが、20歳未満は飲酒をしてはいけません。また、20歳未満に飲酒を強要することもやめましょう。
- 1日に飲むお酒の適量は、アルコール量で**20g**といわれており、アルコール度数5%のビールでは500mlに相当します。この量を超えて摂取すると、ろれつが回りにくくなったり、歩行が不安定になったり、いわゆるアルコール中毒症状が出ます。中毒症状の出る前にお酒を飲むのを止めるのはもちろんですが、こうした中毒症状の出た人（学生）を面白がり、安易に放置したりしないでください。一気飲み、強要飲みなどをさせないことが事故防止のうえで何よりも大事です。
- 夜遅く12時過ぎまでの飲酒は、翌日にもお酒が残ります。「一度寝たから大丈夫」と勝手に決めつけるのも危険です。お酒が十分に代謝されていない状態で運転などもしてはいけません。同乗することも罪になります。
- 見直そう飲酒習慣**
皆さん全員に「お酒を飲まないでください。」と言うのは無理かも知れませんが、適量を守ることが自分を守ることであり、人間関係も守ってくれます。教員になろうとしている皆さんは、子ども達に知識を教える立場にいるわけですから、お酒で失敗することのないように自分が模範になれるように努力をしてください。
20歳を前に、これからの自分の人生にお酒が本当に必要かしっかり考えてください。「飲めない」「飲む」の二者択一ではなく、「飲まない」という選択もあるはずです。そして、「飲まない」を選択した人には、周囲の人はその意思を尊重し、無理にお酒を勧めないようにしましょう。
お酒は単なる嗜好品ではなく、依存性のある薬物であることをお忘れなく。

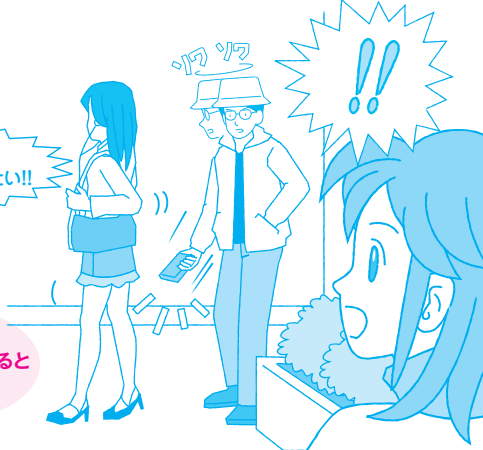




盗撮

不審者発見!
盗撮しているみたい!!

こういう時は
直接声をかけると
危険です!



盗撮者等、不審者と疑われる人を見かけたら直ちに、
警備室(TEL 025-521-3300)か、学生支援課(TEL 025-521-3283)、
学外の場合は上越警察署(TEL 025-521-0110)へ連絡してください。



変な人がいます。
盗撮しているみたいで..



立ち去る不審者の
後をついたら危険です。
報告を優先してください。



盗撮を終えて
帰みたいです。



不審者

近年、不審者の出没が頻発しています。
学生生活を送るうえで、万が一不審者に遭遇してしまったときのために、
普段から安全管理を徹底するようにしましょう。

学 外

【外出時】

- ☑ 昼夜間を問わず、人通りの少ない通路のひとり歩きには十分注意する。
夜間のひとり歩きは特に危険なので、できる限り避けましょう!
- ☑ 万が一に備え防犯ブザーを携帯する。
- ☑ 短時間の外出でも、玄関及びすべての窓を施錠する。
- ☑ 不審な人物を見かけた場合は、迷わず110番通報する。

【在宅時】

- ☑ 一人暮らしの場合は特に、在宅時も常に施錠しておく。
玄関はさらに内鍵をかけておく◎
- ☑ すりガラスでもカーテンを設置する。
- ☑ カーテンは厚手のものを使用し、在宅時はカーテンをきっちり閉める。
- ☑ 玄関の呼び鈴が鳴ったときには、すぐに開けず、ドアスコープ等で必ず相手
を確認すること。

- ◆ 不審者に遭ったときは、大声で助けを求めるなどして、周囲の人に知らせ
ましょう!
- ◆ 万が一に備え、通学経路やよく通る場所の中で、コンビニや交番など、す
ぐに駆け込める場所を把握しておきましょう!
- ◆ 不審者の特徴等を控え、速やかに110番通報しましょう!(警察へ通報し
た場合は学生支援課(TEL 025-521-3283)へ連絡してください。)

大学構内

大学構内においても、不審者に遭遇してしまうことがあるかもしれま
せん。

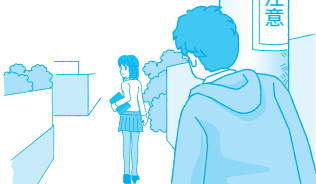
万が一、大学構内において不審者を発見した場合は、教職員又は警
備室(TEL 025-521-3300)へ通報してください。その後、学生支援
課(TEL 025-521-3283)へ報告してください。
むやみに声をかけたりせず、まずは自分の身の安全を確保しましょう。

ストーカー

不審者注意

～つきまとい～

ストーカーは、暴行や不同意わいせつなどの重大犯罪に発展するおそれがあります。



ストーカーは、早期解決がポイントです。被害にあったときは速やかに対策をとみましょう！

- ◆不安なときは、タクシーの利用を



- ◆防犯ブザーの携帯を



- ◆警察や信頼できる人に相談する
※上越警察署 TEL 025-521-0110
学生支援課 TEL 025-521-3283



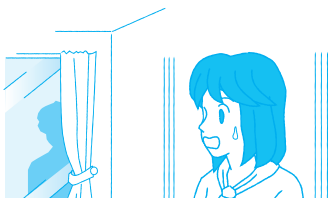
～のぞき～

ストーカーは、尾行をした後に住居などを監視する傾向があります。自分が部屋にいることをストーカーに悟られない工夫を。

- ◆すりガラスでもカーテンを設置する

- ◆カーテンは厚手のものを使用

- ◆在宅中はカーテンをきっちり閉める



無言電話・わいせつ電話・脅迫電話



無言電話
「……」
わいせつ電話
「×○△□…させる」
脅迫電話
「○○万円出さないと××するぞ」

着信履歴などを基に、日時・相手の電話番号・電話内容（相手が言った言葉などを正確に記載する。）などを記録する。

※記録メモは、後で警察や弁護士などに相談する重要な資料となる。

まず、記録メモ



無言電話・わいせつ電話の場合

電話会社と相談し、いたずら電話撃退サービスを受ける。

・あまりにひどい場合は、記録メモを持って警察へ相談する。

●上越警察署 TEL 025-521-0110

※なお、警察に相談したときは、学生支援課 (TEL 025-521-3283) へ連絡してください。

脅迫は重大な犯罪です！
記録メモを持って
警察や弁護士に相談しましょう！

脅迫電話の場合

・記録メモを持って警察や弁護士に相談する。

●上越警察署 TEL 025-521-0110

●新潟県弁護士会相談窓口 TEL 025-222-5533
有料 一人30分5,500円 (要予約)

●上越市役所の弁護士相談 TEL 025-520-5833
無料 一人30分 (要予約)

※なお、警察に相談したときは、学生支援課 (TEL 025-521-3283) へ連絡してください。





インターネットトラブル

(1) インターネットの悪用者が急増中

① 迷惑メールが届いたら

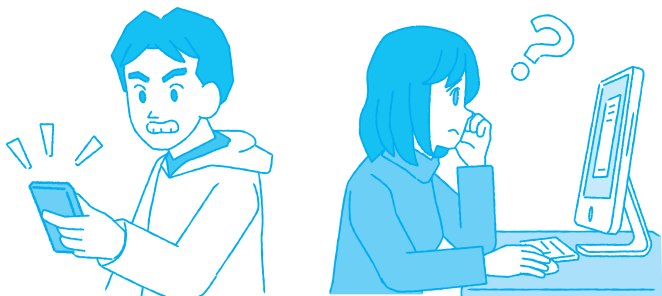
根本的な解決方法はありませんが、以下のような自衛策をとることで被害の軽減が可能です。

- ・メールアドレスを公私別に使い分ける。
- ・複雑なメールアドレスに変える。
- ・自分のSNS等でメールアドレスを公開しない。



② 架空請求メールが届いたら

身に覚えのない出会い系サイトなどの利用料の請求は、支払う必要はありませんし、届いても無視してください。ただし、裁判所等の公的機関から通知があった場合は、その機関のホームページ等で電話番号を確認し、直接問い合わせてください。メールに記載されている連絡先は信用できません。



③ ワンクリック請求にあったら

携帯電話に届いた広告メールにあったアドレスをクリックしたら、入会したことになるので料金を請求された場合は、契約無効なので無視してください。個人識別番号や所在地情報が画面に表示されてもそれによって、住所・氏名等の個人情報が伝わることはありません。さらに不当な請求があっても支払う必要はありません。なお、苦情等を返信するとメールや請求がくるので相手に連絡しないでください。困ったとき、おかしいと思ったときは、消費者ホットライン(TEL 188(いやや!))又は消費生活センター(上越市消費生活センター TEL 025-525-1905(相談無料))に相談してください。



(2) インターネットの利用には細心の注意を

① 個人情報には細心の注意を

電話番号やパスワード、クレジットカード番号などが漏れないように、細心の注意を払うことが大切です。



② SNS の利用には細心の注意を

FacebookやInstagram等のSNS(ソーシャルネットワーキングサービス)は誰でも自由に気楽に情報発信することができますが、たとえ匿名で投稿しても、一度SNS上に出た情報は他にどう転用されるかわかりません。投稿する場合は、個人情報や誹謗中傷が含まれていないか、細心の注意を払うことが大切です。

③ 代金支払いの前には確認を

有料サービスを受けるときは、必ず販売業者の正式名称・住所・電話番号・責任者の氏名、商品の引き渡し時期、商品返品の可否などを確認しましょう。購入した場合は、契約に関するもの(振り込み明細、メール)の控えは必ず保存しておくことが大切です。

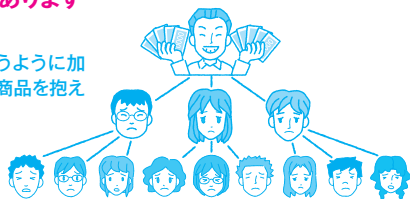


悪質商法

(1) うまい話にはウラがあります

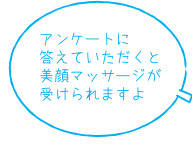
① マルチ商法

勧誘時の成功話と違って思うように入会者を獲得できず、売れない商品を抱えることが多い。



② キャッチセールス

路上でアンケートを求めるふりをして、喫茶店や営業所に連れて行き、応じない限り解放されないと思わせて商品やサービスの契約をさせる。



③ 資格商法

「受講すれば資格が取れる」などと勧誘をし、講座や教材を契約させる。



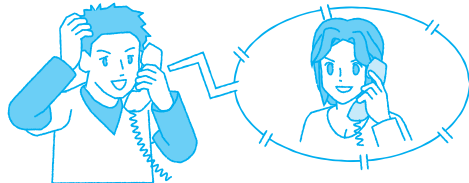
④ 内職商法

「在宅サイドビジネスで高収入を」などと勧誘し、実際は教材や高い機械を売りつけるもの。ほとんど収入は得られない。



⑤ デート商法

異性間の感情を利用し、デートを装って勧誘し契約させる。電話やメールを使ってい出すケースが多い。



(2) 「いりません」の一言がもっとも効果的

① 相手にしない

だましのプロは、商取引の知識が少ない高齢者や主婦、若者をねらってきます。不審なセールスをしかけてくる者は、相手にしないのが無難です。しつこく勧誘してくるときは、相手の身元と要件をはっきり尋ねましょう。



② すぐに契約しない

たとえ、商品を買いたいと思っても、すぐに契約してはいけません。家族などに相談して、セールスマンの身元とクーリングオフの有無を確認してから、契約するようにしましょう。



困ったとき、おかしいなと思ったときは、消費生活センターに相談してください。
(上越市消費生活センター TEL 025-525-1905 (相談無料))

クーリングオフという制度

法律で指定された商品、権利、役務の提供などの訪問販売や電話勧誘販売などの場合、法定の書面(契約書など)が交付された日から起算して8日以内であれば、書面又は電磁的記録(電子メールなど)によって無条件で解約することができます。(消耗品などは対象外ですのでご注意ください)。また、商品を勝手に置いていき、後日、郵便などで契約書などを送ってくるようなケースでも、その契約書を受け取った日から8日以内であれば、同じようにクーリングオフを行うことができます。

8日以内





ブラックバイト

「ブラックバイト」とは、企業からアルバイトという弱い立場を利用され、正社員並みの業務や責任を求められながら働くアルバイトのこと。学業に支障をきたしたり、シフトを一方向的に決められることにより、授業や課外活動に参加できなくなったりする等、学生生活に影響を及ぼす問題も生じています。

■アルバイトを始める前に最低限の労働基準法を知っておこう！

- ・労働時間は、原則として1週間40時間、1日8時間までとされています。
- ・6時間を超えて働く場合、少なくとも45分、8時間を超える場合は少なくとも1時間の休憩時間が与えられます。

■アルバイトを始めるときは十分確認しよう！

- ・労働契約を結びましょう。
- ・労働契約書、労働条件通知書等は必ず受け取り、保管しておきましょう。
- ・都道府県ごとに定められている最低賃金を下回っていないか確認しましょう。(新潟県:1,050円 令和7年10月現在)
- ・こんな場合は「ブラックバイト」かも？ 断る勇気を持ちましょう！
「労働条件の説明が無い」「書面を出してもらえない」「求人広告と条件が違う」

■アルバイトをしていてこんなことがあったら要注意！

- 「求人票の労働条件と実際の待遇が違う」
- 「休日が取れない」「休憩時間が無い」「無理なシフト変更を余儀なくされた」
- 「やたら給料が安い」「残業代が支払われない」
- 「片付け時間や準備時間の給料が支払われていない」

■困ったときは相談しよう！

学生支援課 学生なんでも相談窓口
TEL 025-521-3282, 3283 E-mail: gaksodan@juen.ac.jp
新潟県労働相談所
住所 950-8570 新潟県新潟市中央区新光町4-1 (新潟県庁1階)
TEL 025-281-6110 (相談無料)
ホームページ
<https://www.pref.niigata.lg.jp/sec/shigototeijyu/roudou.html>

POINT

「ブラックバイト」被害にあわないためには、事前に労働条件などをよく確認し、納得してから契約しましょう。契約時の書面等を保存しておきましょう。



闇バイト

いわゆる「闇バイト」とは、SNSやインターネットの掲示板、スマートフォンのメッセージアプリなどで、短時間で高収入が得られるなどの甘い言葉で呼びかけて、応募してしまうと、詐欺の受け子や出し子、強盗の実行犯などの犯罪行為に加担させられるものです。「闇バイト」は犯罪であり、これに関わってしまうと取り返しのつかない結果を招くこととなります。

■一度でも「闇バイト」に応募してしまうと

- ・やめたいと思ってでも応募のときに送った身分証明書を基に犯罪組織から「家に行く」「家族に危害を加える」「個人情報などを脅されて、警察に逮捕されるまでやめることができなくなってしまいます。
- ・警察に逮捕された後も拘禁刑などの刑事罰が科されたり、被害者へ損害賠償を払い続けたりするなど、犯した罪の責任は終わりません。
- ・大学にも行けなくなり、自分の人生を台無しにしてしまうほか、被害者はもちろん、家族など周囲の人も不幸にしてしまいます。

■「闇バイト」に手を出さないために

- ・アルバイトを探すときは、「高額」「即日現金」「書類を受け取るだけ」などの言葉に注意してください。また、報酬が高すぎたり、時給の記載がなかったりする募集にも注意してください。**案をして大金を稼げるアルバイトは存在しません。**
- ・応募時に匿名性の高いアプリのインストールを求められたり、連絡のやり取りがDM(ダイレクトメッセージ)であったりする場合は特に注意してください。
- ・怪しいと思ったら、警察や家族、友人や大学に相談してください。

■「闇バイト」に申し込んでしまったら

- ・直ちに最寄りの警察署または新潟県警察の少年相談窓口へ連絡してください。

- 警察相談専用電話 TEL #9110
- 上越警察署 TEL 025-521-0110
- 新潟県警察少年相談窓口
- 新潟少年サポートセンター TEL 025-285-4970
- 長岡少年サポートセンター TEL 0258-36-4970
- 上越少年サポートセンター TEL 025-526-4970

※警察に相談したときは、学生支援課(TEL 025-521-3283)へ連絡してください。



マイナンバー(個人番号)の取扱い

- ① 学生の皆さんに通知されている12桁のマイナンバーは、アルバイトや学内の教育研究補助での採用、日本学生支援機構の奨学金の申請・採用の際に提示を求められることになります。
- ② マイナンバーは、原則として一生使うものになりますので、取扱いには十分注意して、安易に友達に教えたり、SNSに投稿したりすることなどがないようにしてください。
- ③ 国、地方自治体、大学職員などがマイナンバーの通知や利用などの手続で、口座番号などを電話などで聞くことはありません。不審な電話やメールはすぐに切る又は無視することとし、内容に応じて、相談窓口を利用してください。
- ④ 「あなたの名前やマイナンバーを貸してほしい」といった依頼は詐欺の手口です。こうした手口で、人を欺くなどして、他人のマイナンバーを取得することは法律により罰せられます。怪しいと思ったら相談窓口を利用してください。

相談窓口

《学内における問い合わせ等》

- 総務課 TEL 025-521-3212

《マイナンバー制度全般の相談》

- マイナンバー総合フリーダイヤル TEL 0120-95-0178

《不審な電話などを受けたら》

- 消費者ホットライン TEL 188 (いやや!)
- 警察 相談専用電話 TEL #9110
又は 上越警察署へ TEL 025-521-0110
※警察に相談したときは、学生支援課 (TEL 025-521-3283) へ連絡してください。

《マイナンバーが含まれる個人情報の取扱いに関する苦情》

- 個人情報保護委員会
マイナンバー苦情あせん相談窓口 TEL 03-6457-9585



海外渡航

海外渡航時における届け出

学生が海外へ渡航(海外留学・海外旅行等)する場合、「海外渡航届」を事前に提出してください。(学生の皆さんが渡航先で不測の事態にあった場合に備え、渡航先や滞在地での連絡先等を把握し、適切な対応を行うため。)

【海外渡航届】

設置場所: 学生支援課(諸手續書類ボックス)で受け取る。

提出方法: 必要事項を記入し、指導教員等からサインをもらい、学生支援課へ提出する。

提出期限: 渡航する1週間前まで

※ボランティアなどでの渡航の場合、スケジュールや要項を添付すること。

海外へ渡航する前に

世界各国でテロなどの事件が相次いだり、感染症の発生が後を絶ちません。海外の安全情報を下記ホームページ等で事前に確認し、状況によっては危険な地域への渡航を控えましょう。

■外務省 海外安全ホームページ

<https://www.anzen.mofa.go.jp>

国・地域別の海外安全情報が配信されている!

■外務省 海外旅行登録「たびレジ」

<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/index.html>

3ヶ月未満の渡航を予定している方
渡航先の安全情報のメールが受信できる

3ヶ月以上の渡航を予定している方
インターネットで在留届を提出できる

■在留届電子届出システム「ORRnet」

<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/RRnet/index.html>



夜間の救急医療電話相談

夜間に具合が悪くなったとき、
救急車？ それとも病院？ 迷ったときには…



【救急医療電話相談】

※大人（既ね15歳以上の方）を対象

県内のプッシュ回線・携帯電話からは→TEL #7119

ダイヤル回線・IP電話からは →TEL 025-284-7119

●相談時間／毎日（18:00～翌朝8:00）

●相談内容／発熱、頭痛、腹痛、吐き気など、急な病気やけが等に関する相談



経験豊富な看護師などが医療機関の受診の必要性や、対処方法等について助言します。

※この電話相談は、診療行為、医療行為ではなく、電話での助言により相談者の判断の参考としていただくものです。

【小児救急医療電話相談】

※15歳未満のお子さんの急な病気やけがの相談

県内のプッシュ回線・携帯電話からは→TEL #8000

ダイヤル回線・IP電話からは →TEL 025-288-2525

●相談時間／毎日（18:00～翌朝8:00）

●相談内容／お子さんの急な発熱、けが等に関する相談

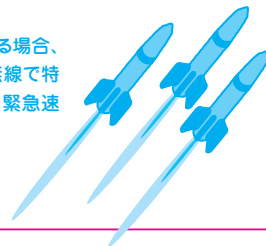
■問い合わせ先

新潟県福祉保健部地域医療政策課地域医療整備室
TEL 025-280-5183



弾道ミサイル落下時の行動

ミサイルが日本に落下する可能性がある場合、
国は「Jアラート」を活用して防災行政無線で特別なサイレン音とメッセージを流すほか、緊急速報メール等による情報提供を行います。



もしメッセージが流れたら
落ち着いて、直ちに行動してください。

●屋外にいる場合

近くの建物の中や地下に避難する。（注）できれば頑丈な建物が望ましいものの、近くになければ、それ以外の建物でも構いません。

●建物がない場合

物陰に身を隠すか、地面に伏せて頭部を守る。

●屋内にいる場合

窓から離れるか、窓のない部屋に移動する。

近くにミサイルが落下したら…

●屋外にいる場合

口と鼻をハンカチで覆い、現場から直ちに離れ、密閉性の高い屋内または風上へ避難する。

●屋内にいる場合

換気扇を止め、窓を閉め、目張りをして室内を密閉する。

政府の最新情報はこちらをチェック

■首相官邸ホームページ

<https://www.kantei.go.jp/>

■X(旧Twitter)アカウント

首相官邸(災害・危機管理情報)
@Kantei_Saigai





大規模災害等の安否確認・緊急連絡

災害発生等の非常時には、大学が安否確認を行うことがあります。

安否確認メールがMyJUENのメールアドレスに一斉送信されますので、災害発生時には、各自のパソコン、スマートフォン、携帯電話でメールを必ず確認してください。

●安否確認システム (ANPIC) による安否確認

- ①大学が付与しているMyJUENメール (G-mail) のアドレス宛に、安否確認メールが一斉送信されます。
 題名: [上越教育大学] 安否状況をお知らせください
 発信元: 上越教育大学-安否確認システム

安否確認メールを確実に受信できるよう、MyJUENメール以外のメールアドレスをふだん使用している場合は、安否確認システム (ANPIC) に当該メールアドレスを追加登録してください。また、スマートフォンを持っている方は、安否確認システム (ANPIC) のアプリから通知を受け取ることも可能です。詳細は、本学HP「上越教育大学安否確認システム『ANPIC』」を確認してください。

- ②安否確認メールが届いたときは、メール本文中のURLをタップし、安否報告画面にアクセスします。
- ③安否状況を入力し、「安否状況を報告する」をタップしてください。

●電話、メールによる安否確認

安否確認システム (ANPIC) による安否確認で安否の報告がない人には、電話やメールで、本人や家族に安否確認の問合せを行います。

大学からの緊急時の連絡に使用しますので、ポータルサイトのメニューから「安否確認システム ANPIC」を選択し、初期設定を済ませておいてください。

●緊急時の連絡方法

安否確認メールが届かない場合でも、災害や事故等に遭遇するなどの非常時には、次の方法により、大学に緊急連絡してください。

- 大学の警備室 (24 時間対応) TEL025-521-3300
- 安否メール kinkyu@juen.ac.jp
- 学生支援課 TEL025-521-3283
- クラス担当教員、専門セミナー教員、アドバイザー、指導教員



実験・実習等の心得



1 理科における実験・実習等の心得

(1) 理科における実験・実習における安全指針

理科分野では、実験・実習を安全に行うため、それぞれの実験・実習の開始時に、服装を含む実験や実習に対する心構え、実験器具や装置の取扱いについての話をしています。また、学部2年次の「化学実験」では、「実験を安全に行うために」（化学同人編集部編）と題する本を用いて実験器具や薬品、廃棄物の取扱いについての安全教育をしています。

学生はそれぞれの授業担当者の指示にしたがって、事故防止に努めてください。

(2) 理科工作室の使用にあたって

理科工作室は理科共通の実験室です。理科分野の教員・学生が事故に巻き込まれることなく、安全に快適に使用できることを念頭において、使用指針を作成しました。

理科工作室の使用にあたっては、以下の使用指針を必ず守ってください。守れない場合は、個人に対してあるいは全面的に使用を禁止することがあります。

- ① 理科工作室の使用を希望する者は、理科工作室の担当教員（理科工作室のドアに明記）に申し出ること。
- ② 教員（授業に関連する場合は授業担当者、卒業研究や修了研究に関連する場合は当該指導教員）の指導のもとに使用すること。



- ③ 理科工作室使用簿に、使用者の氏名、使用時間、使用工具・工作機械等を記帳すること。

また、使用した工具・機械等の不具合に気づいた場合は、使用簿に記帳するとともに、必ず、理科工作室担当教員に報告すること。（そのままにしておくと、次に使用する者が使用できなかったり、気がつかずに事故に巻き込まれる場合もある。）

- ④ 作業時の服装について

機械に巻き込まれるなどの事故防止のため、以下の注意を守ること。

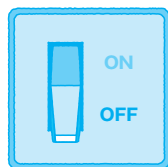
- 1) 作業衣は袖の引き締まったものを着用し、必ずボタンをかけること。（ひものついたものは危険であるため、使用を禁止する。）
- 2) 白衣、ネクタイ、腰手ぬぐいは禁止する。
- 3) 手袋は工具、切り屑に巻き付くなど危険であるので使用してはならない。
- 4) 履物は加工物の落下等による大怪我を避けるため、安全靴がよい。しかし、軽量物の加工作業では、運動靴でもよい。サンダル履きは落下物や床に落ちた切削屑などによる怪我や緊急時の対応に支障が起きるおそれがあるので、サンダルの使用を禁止する。
- 5) 細かい切り屑の飛散する作業では、切り屑が目刺さることもあるので、保護眼鏡をかけること。



2 美術・技術における 実験・実習等の心得

⑤ 工作機械作業における一般的な注意

- 1) 寝不足、二日酔いなど体調不良のときには、事故防止のため工作機械を使用しないこと。
- 2) 機械の周囲は常に整理整頓しておくこと。
- 3) 工作物や切削工具は確実に取り付けること。
- 4) 切削中の切削工具や回転部分に手や顔を近づけないこと。
- 5) 工作物や切削工具の取り付け、取り外し、切削屑の除去、工作物の測定などは、必ず機械を停止してから行うこと。
- 6) 作業中であっても機械から離れるときは、必ず機械を停止すること。
- 7) 切り屑は素手でつかまない。ブラシや手ぼうきなどを用いること。
- 8) 共同作業や、周囲の人のいるときは、安全を確かめ、合図してから作業を開始すること。
- 9) 停電になったときは、必ず機械のスイッチを切って通電を待つこと。
- 10) 作業中機械に異常を感じたときや、万一不測の事態が発生したときは、直ちに機械を停止させ、電源を切って理科工作室担当者の指示を受けること。



以上のほか、それぞれの工作機械には使用マニュアルがあるので、使用する工作機械の特徴を十分理解してから使用すること。

(1) 工作機械作業の一般的な注意事項

- 1) 必ず各教室の担当教員の許可を得てから作業にかかること。
- 2) 機械に巻き込まれるなどの事故防止のため、作業時の服装は以下の点に留意すること。
 - ・作業衣は袖の引き締まったものを用い、ボタン等を必ずかけること。又、できれば帽子も着用すること。
 - ・白衣、ネクタイ、腰手ぬぐいは禁止する。
 - ・手袋は工具、切削に巻きつき危険なので使用しないこと。
 - ・履物は安全靴が良い。足の上に加工物等が落ちて大怪我をすることがあるので、サンダル履きは論外である。
- 3) 機械の周囲は常に整理、整頓しておくこと。
- 4) 切削中の切削工具や回転部分に手や顔を近づけないこと。
- 5) 回転部分を超えて物を取ろうとしないこと。必ず機械を停止してから取ること。
- 6) 工作物や切削の取り付け、取り外し、測定は、必ず機械を停止して行うこと。
- 7) 工作物や切削工具は、確実に取り付けること。
- 8) 切れない工具での作業は、事故のもとである。無理な作業をしないこと。
- 9) 作業中機械を離れるときは、機械を必ず停止すること。
- 10) 切削は素手でつかまないこと。ブラシ、手ぼうき、払い棒などを用いること。
- 11) 停電のときは、必ず機械のスイッチを切って通電を待つこと。
- 12) 共同作業や、周囲に人がいるときは、安全を確かめ、合図をしてから始動すること。
- 13) 細かい切り屑が飛散する作業では、保護メガネを使用すること。

- 14) 作業中機械に異常を感じたときや、万一不測の事態が発生したときは、機械を直ちに停止させ、電源を切って担当教員の指示を受けること。
- 15) 工作機械は取扱説明書をよく読み、操作法を熟知してから運転すること。
- 16) 電気配電盤をONする際には、まず、その配線先に接続されている電気機器を確認して、それらがOFFであることを確かめた後、配電盤スイッチをONにすること。
- 17) 電気配電盤をOFFする際には、まず、その配線先に接続されている電気機器をOFFにした後、配電盤をOFFにすること。
- 18) 機械・切削工具の点検などで、止むをえず機械の内部や切削工具に手を触れるときは、必ず元の電源も切っていることを確認すること。
- 19) 加工時にびびりや異常音が発生したときは、直ちに運転を中止し、工具や加工物の状態、加工条件を再点検すること。
- 20) 使用後は、道具を元の位置に戻し清掃を行うこと。

① ボール盤

- 1) 工作物は、バイス、テーブルに確実に固定すること。
- 2) 滑るので必ずポンチ穴をあけてから加工すること。
- 3) 切削中、ウエスなどを手に持ってドリルに近付けるのは、巻きついて危険である。
- 4) 薄い工作物は、ドリルが食い込んで一緒に回るので、木版などにはさみ、固定する。
- 5) ドリルの送りは断続的に行い、あまり長い切り屑は、巻きついて危険なため、出さないこと。
- 6) 切れないドリルの加工は、事故のもとである。

② 旋盤

- 1) 電源が入っている時は回転部に触れてはいけない。
- 2) 工作物、バイトの取り付け、取り外し、寸歩測定、給油などを行う場合は、機械を停止して行うこと。また、誤作動に備えてギアはニュートラルにしておくこと。
- 3) 工作物は、確実にチャックに取り付けること。
- 4) チャックハンドルは、使用后必ず抜き取っておくこと。
- 5) 切り屑は、手を切りやすいので、直接手で切り屑を処理するのは危険である。
- 6) 機械を停止し、操作や測定をするときは、絶対に起動停止レバーに身体を当てないこと。

③ フライス盤

- 1) 切削中は絶対刃先に指先、油ブラシなどを近付けてはいけない。
- 2) 送りハンドルの操作は確認してから行うこと。
- 3) 正面フライス削りの際の切削面の観察は、切り屑の飛散に注意すること。
- 4) 工作物や刃先の取付は確実にすること。
- 5) 寸法の測定は、回転を停止してから行うこと。
- 6) 異常時・危険時は、直ちに停止ボタンを押して、機械の運転を中止すること。

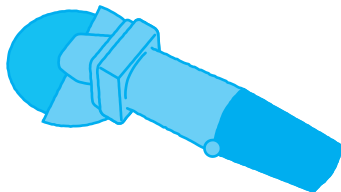


④ 丸鋸(のこ)盤、帯鋸(のこ)盤(コンターマシーン)

- 1) 不安定な材を切断してはならない。
- 2) 小さな工作物を切断するときは、指先を鋸刃に近付けすぎないように注意し、木の板などを利用して送ること。
- 3) 特に切り終わりに注意すること。鋸刃で手を切ることがある。
- 4) 丸鋸盤の刃は適切に出して使用すること。
- 5) 機械の稼働中、作業者以外の者は、近づかないようにすること。

⑤ グラインダー

- 1) 使用前に砥石車を回転させて、回転音に異常がないことを確かめること。
- 2) 作業用眼鏡を使用すること。
- 3) 砥石と砥石台の間に工作物が挟まれると、砥石が割れるので、砥石と砥石台の隙間はなるべく小さく、1mm以下にすること。
- 4) 砥石の回転中は、砥石回転面の正面になるべく立たないこと。
- 5) 工作物を無理に砥石に押しつけたり、能力以上の研削をしてはいけない。
- 6) 砥石の側面で研削をしてはいけない。



⑥ 手押し鉋(かんな)盤、自動一面鉋(かんな)盤

- 1) 手押し鉋盤、自動一面鉋盤は操作を誤ると大きな事故になる恐れがあるから、必ず担当教員の許可を得て、その指導のもとに行うこと。
- 2) 手押し鉋盤を操作するときは、刃のガードカバーを必ず使用すること。
- 3) 手押し鉋盤で木材の木表・木裏を削るときは、必ず木材を押し当てるためのジグを使用すること。
- 4) 操作する時は、機械に衣服を引き込まれないように注意すること。手押し鉋盤の操作の場合は、特に注意すること。
- 5) 小さな材料の加工には使用しないこと。
また、木材の木口にも使用しないこと。

⑦ 土練機

- 1) 必ず担当教員の許可を得て作業すること。
- 2) 投入口に粘土を無理に詰め込み過ぎないこと。
- 3) 投入口に手や衣服を絶対に入れない。もし危険を感じたら直ちにスイッチをOFFにすること。

⑧ 陶芸窯

- 1) 必ず担当教員の許可を得て、操作方法等の指導を受けて作業をすること。
- 2) 焼成中に危険を察知したら、直ちに電源やガスの元栓をOFFにすること。



3 家庭における実験・実習等の心得

(2) 溶接作業

溶接作業は危険が伴うので、必ず担当教員の許可を得て、その指導のもとに行うこと。

① 溶接作業上の主な事故

- アーク溶接、スポット溶接、酸素アセチレン溶接作業上の不注意は、引火火災、爆発事故、ガス中毒などの事故を招く。また
- 1) 強烈なアーク光による目の傷害
 - 2) 高温部材、スパッタによる火傷
- にも注意する必要がある。

② 事故原因

- 1) 作業場所の付近に引火物、爆発物があつた。
- 2) 換気不十分な閉所での溶接作業。
- 3) 溶接装置からのガス漏れ。
- 4) アーク溶接配線不備による配線加熱、特に接続部。
- 5) 適切な保護具を使用しなかった。
- 6) 装置の使用法をよく理解していなかった。
などがあげられる。

(3) 溶剤の使用

担当教員の指導のもとに行うこと。

- 1) 持ち出して使用しないこと。
- 2) 指定された場所に廃棄すること。

(4) その他（設置や配線上の注意）

- 1) 止むを得ず分岐配線を行う場合には、壁コンセントや配電盤からの分岐、引き出した電線を床に這わし、足で踏むことがないようにすること。（天井に引き上げてから、負荷に下降した方がよい場合がある。）
- 2) 引き出し配線からのタコ足配線は避け、使用する電気機器の最大負荷電流を出して、壁コンセントの電流容量を超えないことを確認すること。

(1) 被服学実験

《実験に関する一般的注意事項》

実験室内で注意すべきこと

① 実験前

- 1) 実験実施日程表により、実験題目を確認すること。
- 2) 実験室内では、必ず白衣を着用すること。
- 3) 爪は切っておくこと。伸ばしたままの場合は、サックなどで保護することが望ましい。また、マニキュアは、消光もしくははむらになる場合があるので、留意すること。
- 4) 実験書をよく読み、手順、方法などを理解すること。
- 5) 実験に用いる器具、機器類が準備されているかどうかを確認し、不足しているものがある場合は、申し出ること。

② 実験中

- 1) 実験台の上には、実験中でも常に整理するように心掛けること。衣服、カバンなど、実験に必要でないものは実験台上に置かないこと。
- 2) 試料や試薬については、必要以上多量に用いないように、また、身体に付着したり、周囲を汚したりしないように、慎重に取り扱うこと。
- 3) 器具、機器類については、破損・故障させないように、取扱い方を十分理解してから使用すること。特に、ガラス器具などのように破損し易いものの取扱いには注意すること。万一破損した場合は、直ちに申し出ること。
- 4) 液体を試薬瓶から注ぎ出すときは、必ず、瓶のラベルの貼ってある部分を上側にして持つこと。これは、しずくが伝わってラベルを汚したり、犯したりするのを避けるためと、試薬が瓶の口から流れ出る部分を、特定しておくためである。
- 5) 粉末または固体の試薬を取り出すには、清浄で乾燥した薬さじを用いること。試薬を取り出した後は、手早く栓をすること。

- 6) ガスバーナー、アルコールランプ、電熱器などを取り扱う際は、火災に注意すること。これらを使用しているときは、引火性や燃焼性のある薬品（アセトン、ベンゼン、エーテルなど）をそばで使用してはならない。
- 7) 発煙性のある酸、刺激臭のある薬品（アンモニア水、有機溶剤など）を取り扱う際は、必ずドラフト内で行うこと。また、有機溶剤の中には、引火性の強いもの、及び人体に有害な毒・劇物などもあるので、取扱いには十分注意すること。
- 8) 酸やアルカリなど、皮膚をおかす薬品が付着した場合は、直ちに流水でよく洗うこと。できれば、それぞれアンモニア水や酢酸などの薄い水溶液で中和しておくこと。強アルカリである水酸化ナトリウム、水酸化カリウムの溶液は、最初痛みを感じさせずに、徐々に皮膚をおかすので、むしろ酸より取扱いに注意しなければならない。
- 9) ガス、熱湯などによる火傷も起こる可能性があるので、注意すること。また、ガラスによる負傷も起こりがちである。ガラス器具にゴム管やゴム栓をつけるとき、逆にはずすとき、ガラス器具を洗っているとき、大きなビーカーに多量の液体を入れて縁を持ち上げたときなどに起こり易いので、十分注意すること。

③ 実験後

- 1) 使用したガラス器具は、その汚れの種類により、水、洗剤、クレンザー、有機溶剤などを用いて洗浄し、十分水ですすいだ後、もとの場所に静置すること。機器類は、電源を切り、カバーなどがある場合はかけておくこと。
- 2) 実験後の酸、アルカリ、及び有機溶剤などの廃液は、それぞれ指定された場所に廃棄すること。特に許可がない限り、洗い場に捨ててはならない。
- 3) 実験台及び周囲の床の清掃の他、ゴミの始末も行うこと。
- 4) 電気、ガス、水道を使用した後は、後始末を確実にすること。特に、ガスの元栓は確実に閉じ、火気に十分注意すること。
- 5) 使用した器具、機器類に、汚れや破損などがなければ確認した後、必ず終了した旨を申し出てから退出すること。無断で退出してはならない。

《実験を行うに当たっての注意事項》

① 実験書の予習

実験を開始する前に、実験書をよく読んで実験内容・手順を理解し、目的意識を持って実験を行うこと。ただ漫然と行っていたのでは、重要な結果を見逃すばかりでなく、**誤操作により予期せぬ危険な状況に陥り、周囲の人間も巻き添えにすることがあるので、十分注意すること。**

② 実験器具について

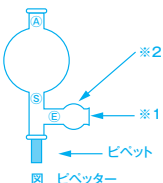
実験に必要な器具類は、全て各実験台の上に用意してあるので、実験書と照らし合わせて使用する器具（特にガラス器具）を選ぶこと。実験操作上どうしても器具が不足と思われるときは、**その都度申し出て許可を得ること。無断で持ち出してはならない。**ビーカーなどは、手順に応じて適宜洗浄して使用すること。

③ 試薬の取扱いについて

強酸、強アルカリ、及び有機溶剤を使用する際は、十分注意すること。これらをビペットで計算する場合は、ビペッターを使用する。**直接口で吸ってはならない**。強酸、強アルカリが皮膚についた場合は、直ちに流水でよく洗うこと。有機溶剤は、蒸気を長時間吸引しないようにすること。また、可燃性のものが多いので、火気には十分注意すること。

④ ビペッターの使い方

ビペッターは、図に示したような構造をしており、A、S、Eの部分がそれぞれ弁となっている。各部分を指でつまむことにより、弁が開くようになっている。使い方は、以下の手順に従うこと。



- 1) ビペッターをビペットの上端部に取り付け。
- 2) Aをつまみながら、球（製品によっては蛇腹）の部分をつぶして、中の空気を追い出す。
- 3) ビペットの先端部を液につけ、Sをつまむと、液が吸い上げられる。ビペットの標線のやや上まで、液を吸い上げる。
- 4) Eをつまむと、液が流出するので、ビペットの標線にメニスカスを合わせる。この際、液を流出させすぎたら、再度3)の操作から行う。
- 5) はかりとる容器の中に、Eをつまんで液を流出させる。この時、誤ってSをつまむと、ビペッターの球の中にまで液が吸い込まれてしまうので、十分注意すること。
- 6) ビペットの先端部に残った最後の1滴を流出させる場合は、ビペットの先を容器の壁に付けて、Eをつまんだまま、※1の部分を指でふさぎながら、その先の小球部分（※2）を指で1～2回つぶす。

⑤ 強酸の希釈について

強酸（特に濃硫酸）を水で希釈する場合は、必ず、**水の中へ酸を加える**こと。逆に、**酸の中へ水を加える操作は、非常に危険**である。

⑥ 廃液の処理

実験後の酸、アルカリ、及び有機溶剤の廃液は、それぞれ指定された場所に廃棄すること。特に許可がない限り、洗い場に捨ててはならない。

(2) 被服実習

第1回目の授業時に安全に関する諸事項について講義を行っている。

① 実習前の準備

安全・安心に実習を行うために、**作業しやすい服装・環境を整える**。

1) 身支度を整える

- イ) 上履きに履き替える。
 - ロ) 履物は靴底が滑りにくい短靴（例えば、運動靴）を選ぶ。
 - ハ) 爪を短く切り、ネイルアート・つけ爪等は除いておく。
- 二) 清潔な実習衣を着用する。
- 作業しやすいよう長い髪は後ろで束ねる。
必要に応じて頭部を覆う（バンダナなど）。

2) 学習環境の整備：授業時に必要な用具以外は所定の場所に置く。

② 実習中の注意事項

1) 用具等を安全に使うために知っておくべきこと。

実習時は、用具等の使用中に思わぬ事故が起きる危険性を含んでいる。

例)

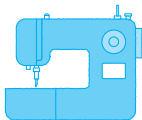
- ・はさみの刃先を足に落下して、突き刺さった。
- ・ミシン操作時に指に針を刺したり貫通したりした。
- ・アイロンのスチーム熱でやけどした。触って皮膚が焦げた。

このような事故は、用具等の使い方に注意すれば未然に防げたかもしれない。事故は、不注意、手際の悪さ、集中力の不足によって起きることが多い。そのためには、はさみ、アイロン、ミシンなどの用具に対する基礎知識と正しい扱い方を理解し、実践して習得できるよう努める。



2) 注意事項を守ること

- イ) 衛生面の配慮を心がける。材料を汚さないためにも手・指を清潔に保つ。実習前に手洗いを心がける。授業中も同様。
例) ミシン油による汚れなど。



- ロ) 用具の取扱い：小・中・高校の教科書を再確認する。

例)

- ・はさみ：刃先を最後まで閉じる。裁縫箱の中に入れる。はさみを持って歩き回らない。
人に手渡す時は：刃先を相手に向けない、不安定な場所に置かない

- ・ミシンの操作：ミシンを操作している時は、他の人は触れないようにする。
ミシンを操作しやすい位置に置く。使用しない時はスイッチを切る。
針が折れた時は：折れた部分が全回収できたか確認する。その後容器に入れて管理する。

- ・アイロンの取扱い：定めた場所でアイロンがけを行い、使用後はスイッチを切る。アイロン台の右外側に立てて置く。
霧吹きを使用する際は、台拭き雑巾を下敷きに用いる。
アイロンが落下しないように十分注意する（特にコードに手足をひっかけて落下することが多い）。

ハ) 飲食は禁止

飲み物・食べかすは、布材料等に付着し、シミになることがある。持ち込み不可。



③ 実習後の点検

共用具を元の場所に戻す。糸・布くずをゴミ箱に捨てる。
片づけ清掃を徹底する。

(3) 食物学実験

実験開始時に、実験を行う上での安全に関する留意事項について講義を行う。下記の本を参考文献として手元に置くことを勧める。

『実験を安全に行うために（第8版）』化学同人

『続 実験を安全に行うために（第4版）基本操作・基本測定編』化学同人

(4) 調理実習

初回の授業で、小・中学校家庭科教科書を用いて、調理実習時の危険性の認識を深めるとともに、その具体的な対策を含めて講義を行う。

緊急・困ったときは…

- 学生支援課 …………… 025-521-3283
宿舎内線 5002
- 学生宿舎事務室 …………… 025-521-3288
宿舎内線 5005
- 警備室（夜間・休日） …………… 025-521-3300
宿舎内線 5003
- 上越警察署 …………… 025-521-0110
- 新潟県弁護士会相談窓口 …………… 025-222-5533
有料一人 30分 5,500円（要予約）
- 上越市役所の弁護士相談 …………… 025-520-5833
無料一人 30分（要予約）
- 消費者ホットライン …………… 188（いやや!）
- 新潟県消費生活センター …………… 025-285-4196（相談無料）
- 上越市消費生活センター …………… 025-525-1905（相談無料）
- 新潟県労働相談所 …………… 025-281-6110（相談無料）

✉ 上越教育大学学生なんでも相談窓口 gaksodan@juen.ac.jp

✉ 上越教育大学安否メール kinkyu@juen.ac.jp

※注意 宿舎内線……………宿舎居室の内線電話からのみ通話可能

▶ 警察 110 番
▶ 消防 119 番