

# えっ... 階段から火が!! あなたなら どう逃げる？

■あなたがいるこの建物は、「特定一階段等防火対象物」であり、不特定多数の人が利用するにも関わらず、避難のための屋内階段が一つしか無い建物です。

■令和3年12月17日に発生した北区ビル火災（死者27名）のように、火災発生時に階段が使えないと、人命危険が非常に高くなります。



大阪市消防局では あなたの大切な命を守るため  
**セルフ・レスキュー・コーチング (SRC)**  
を実施しています！

無料

SRCとは...

火災が発生し、階段で逃げられないなど危機的状況下における、あなたの命を守るための知識や技術（セルフ・レスキュー）をコーチングするものです



煙の流入防止



ひさしへの避難



外気呼吸の姿勢



2階からのぶら下がり避難



雨樋を活用した避難

■今いるこの建物の形状や場所に応じた、命を守るための様々なテクニックを、プロの視点からコーチングします！

## 大阪市消防局からのお願い

- 今、火災に巻き込まれたら、あなたはこの建物から逃げることができますか？
- もしものときに後悔しないためにも...。家族や同僚など大切な人の命を守るためにも...
- そして何より、あなた自身の命を守るためにも、ぜひコーチングを受けてください。

お問合せは、建物が所在する区の消防署  までご連絡ください。

 **大阪市消防局**  
Osaka Municipal Fire Department

協賛 大阪市公衆集合場防火連合協議会



絶体絶命のピンチを  
乗り越えるために



SRC

※すべての項目がチェックできるように、スキルアップを図ってください！

STEP 1



まずは**知識**を得る

- 特定一階段等防火対象物の特性
- ガソリン放火など「特殊な火災」の危険性
- 熱や煙の特性
- 消火器や避難器具などの設置場所、点検、使用方法
- 避難経路、避難方法の重要性



STEP 2



知識を基に**行動**する

- 窓や扉の開け方（サムターン錠、外開きや内開きなど）
- 避難経路の確認や整理（放置物品の除去など）
- 屋外への避難方法（バルコニーやひさし、隣接建物への避難など）
- 屋内での避難方法（ドアの目張り、姿勢など）
- 開口部での行動（外気呼吸の姿勢、ぶら下がり避難など）



STEP 3



行動を繰り返し**習慣**化する

- 日常的に階段を使用し、階段の状況を確認している
- 日常的に消火器や避難器具などを点検（始業時など）している
- 日常的に「特殊な火災」を想定した避難方法を考えている



GOAL



習得した知識・技術を**教**える

- 最適な避難方法を他の従業員に教えることができる
- 建物の利用者を率先して避難誘導することができる
- 他施設利用時（飲食店やホテルなど）の避難をシミュレーションしている