

自身（自宅）とマンションの防災を考えていますか？

災害を考えるとまずは

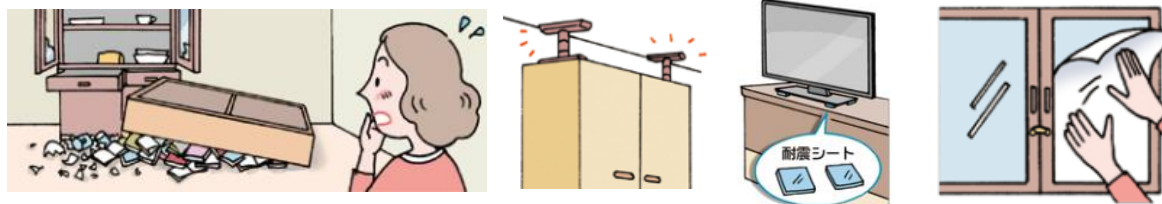
- ・身の安全を確保（何処にいても）・・・自身の行動（家族や大切な人がそばにいる）どうするか？
- ・家族・家庭の安全（自宅・備品・備蓄品）
- ・周囲の安全（マンション設備・資機材・備蓄品・コミュニケーション）

1. 自宅での防災の具体策（地震のときは！）

- 1) 家具類の転倒防止対策、ガラス飛散防止対策は備えていますか？
 - 2) 次に地震の揺れが収まったあとには火の確認・避難口を確保すること。
 - 3) 何処で被災するか分かりません避難場所等の決めておく（伝言ダイヤル）
- ※普段からもしものことを想定して、いざという時には落ち着いて行動できるように！

2. 地震が起こる前の対策として出来ることは

- 1) 家具や家電等は固定金具等を設置・転倒の防止対策
 - ① 家具転倒時に部屋の出入口をふさがない配置
 - ② 自身の体へ倒れない方向に設置または倒れる可能性がある家具の近くで寝ない
 - ③ テレビなどの大型家電はできるだけ低い位置に置く
 - ④ 観音開きの扉にはストッパーをつける（中のものが飛び出ないようにする）。
 - ⑤ ガラス戸には飛散防止フィルムを貼る（カーテン等も窓ガラスの飛散防止になる）
 - ⑥ 飛散した場合を考えてスリッパ（靴）などの履物を寝る場所の近くに置く。（靴があれば外へ逃げる場合でも便利）

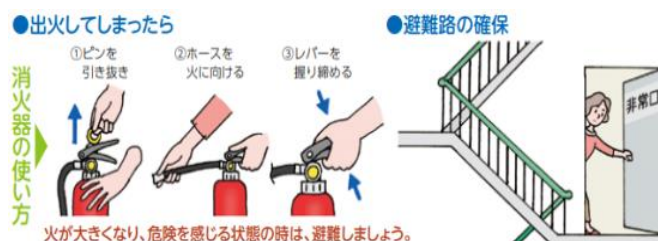


3. 地震が起きたときの対応

- 1) 身の安全の確保を最優先に行動
 - ① 背の高い家具や窓ガラスから離れる
 - ② テーブルなど頑丈な家具の下に入り怪我を防ぐ
- 2) 地震の揺れが収まった後の対応



- ① 火の確認を行う
- ② 出入り口を確保する
- ③ 家族の安全を確認する
- ④ 部屋の状況を確認する
- ⑤ ライフラインの状況を確認する
- ⑥ 地震による停電時でも使える：携帯ラジオ、スマホなどで正しい情報を収集する



3) エレベーターに乗っていたら

- ① 行き先階のボタンをすべて押し、停止したら速やかに降りる
- ② エレベーター内に閉じ込められたらむやみに動かず「非常電話」のボタンを押し続ける



4. 家庭で取り組む地震（浸水等の水害）への備え（ライフラインの停止に備えた備蓄・どの程度日数分）

東日本大震災では、3日以内に電気の約7割が、1週間以内に水道の約7割が復旧しました。ガスは少し時間がかかりましたが、1ヶ月以内に約6割が復旧しました。水道が復旧するまで避難を続けた人が多かったことから、ライフライン停止時に生活用水をいかに確保するかが、地震の備えとして特に重要だといえるでしょう。（堤防・防波堤からの越水する外水・内水氾濫にて浸水）

1) 持ち物等の備え（停電・ガス停止・断水・上下水道の損壊による排水不可）

- ① 1人1日3リットル×人数分の飲料水を1週間分
- ② 1人1日7～8枚×人数分の簡易トイレを1週間分（飲料水、簡易トイレの置き場所がない場合でも、最低3日分は用意）
- ③ 水筒・懐中電灯、携帯ラジオ、電池（手動携帯充電器があると便利です）、卓上カセットコンロ、ガスボンベ・固形燃料

2) 家族の間で安否確認の方法を決めておく。

- ① 固定電話、携帯電話が通信不能になる場合があります。複数の連絡方法を決めておく。
- ② 災害時に役に立つ連絡方法は、以下のものがあります。
 - ・災害用伝言ダイヤル 171（災害時にNTTが開設する伝言ダイヤル）
 - ・災害用伝言板（災害時に各携帯電話会社が開設する電子掲示板）
 - ・Facebook、TwitterなどのSNS



3) 断水時を考えて

- ① お風呂に水を溜めておく（断水）
- ② トイレの使用不可（下水管破損）簡易トイレのビニール袋凝固剤

5. マンション全体で取り組む地震・水害への備え

管理組合（自治会）が中心となり、マンション全体でも防災（訓練・備蓄）に取り組む必要があります。

1) マンション内で動作不可になるもの（エレベーター停止・自動ドア停止・門扉の損壊による不動）

- ① 補正修理・破壊・救出道具等（ジャッキ・バール・ハンマー・ロープ・担架）家庭では準備できない物
- ② エレベーター停止（高層階へ移動用簡易クレーン）
- ③ 消火栓（消火器）

2) 備蓄品備え（飲食料・煮炊き機材・発電機・救助・救護）

- ① 飲料水確保（受水槽の利用・ポリタンク）
- ② 食料の確保（アルファ米等の非常食）
- ③ 煮炊き炊飯用機材（簡易ガスコンロ・鍋・やかん他・燃料）
- ④ 懐中電灯・ヘッドランプ・ランタン・電池・発電機（充電機・手回しランタン）
- ⑤ その他：簡易トイレ・土のう・簡易ストーブ・運搬具等・70L 以上のごみ袋

3) 救助・救護の備え

- ① 避難所（集会室・エントランス・テント・寝袋・仕切り用品・ブルーシート等）
- ② 救護・救出用品（三角巾等救護用品・担架・ベッド・階段昇降機等）
- ③ 帰宅困難者の地域の避難者の受入れ

※設備の備え「災害発生後の生活持続」を実現するマンションの新しい防災システムです。

- 1) 電源設備（水害等対策）2 階以上に設置または防水設備等の浸水対策
- 2) 発電設備（太陽光発電・蓄電池）共用部への供給（エレベーター・給排水ポンプ）
- 3) 受水槽（飲料水）緊急時の排水コック・防災井戸（飲料以外）等の対策・水浄化装置
- 4) 避難所（集会室・談話室・エントランス）2 階以上に確保
- 5) 防災倉庫（備蓄品のストック）
- 6) 垂直避難場所：浸水時の 1 階居住者や地域の避難者の受入れや帰宅困難者の場所

マンションの防災のために考えることコミュニティづくり必須

備蓄品の取り扱い方法を知っておきましょう。そのために定期的に**防災訓練**を実施することが大切です。また、同じ建物の中で複数の世帯が生活しているマンションでは、いざというときに複数の人が助け合えるように、**防災組織**をつくるのが重要です。管理組合（自治会）が中心となり、世帯数や世帯のライフステージなどマンションの状況に合った防災組織を立ち上げましょう。さらに、お祭りやマンションのイベントを開催し、災害が起こる前からマンションに住む方々が、**お互いに顔の見える関係をコミュニケーション**つくっておくことも重要です。

