

<居住者配布用>

首都直下型地震に備えて

XXXXXXXXマンション 防災マニュアル



XXXXXXXXマンション管理組合
防災委員会

目 次

I. 解説編

1. 防災マニュアルの目的
2. 前提としている大地震の被害想定（大田区地域防災計画より）
3. 地域防災計画からみる避難所の実態（大田区地域防災計画より）
4. 大地震にあったときの行動経路
5. 家具の転倒防止対策
6. 食糧・飲み水・防災用品など備蓄のルール（各マンションで検討した結果）
7. 簡易トイレの利用ルール（各マンションで検討した結果）
8. ゴミの取扱いルール
9. 被災時クッキングのノウハウ
10. エレベータ閉じ込められた時の対応（EVメーカーと対応検討要）
11. マンション災害本部の役割
12. マンション災害本部では何から手をつけるのか

II. 資料編

1. 各階の平面図と建物の立面図（設計図書またはパンフレットから複数部コピー）
2. 最寄りの避難所を含む周辺地図（A3判を5セット以上）
3. マンションの災害対応組織・役割・備え
4. マンション住民の被害・対応・備え
5. 事前作成リスト
 - ① 自宅避難生活用備品リスト
 - ② 個人災害発生後緊急外出時持ち出しリスト
 - ③ 個人・家族用避難所へ持ち出すと便利なものリスト
 - ④ 個人用の平時所持おすすめ品
 - ⑤ 管理組合で購入・備蓄品一覧
 - ⑥ マンション住民台帳&災害時要援護者リスト
 - ⑦ 専門技術保有者リスト
 - ⑧ 避難所・被災時救護所・災害医療施設リスト・・・『大田区地域防災計画』より
 - ⑨ 町医者（歯科医も含む）リスト・・・『大田医療ブック』で代用
 - ⑩ 薬局・AED設置箇所・コンビニ・井戸などの所在リスト・・・調べて作成
 - ⑪ 建物被害箇所修復のための修理店一覧・・・調べて作成
6. 被災後作成リスト・・・必要枚数を事前にコピーしておきます
 - ① マンション災害本部・各班の構成員リスト
 - ② 被災時の在宅者と来館者リスト
 - ③ 避難所へ提出する自宅（マンション）避難者リスト
 - ④ 負傷者リスト
 - ⑤ 災害時建物点検リスト（管理組合調査用）
 - ⑥ 建物被害状況報告書（居住者報告用）

1. 防災マニュアルの目的

皆さんは地震災害に対する備えは十分にされているでしょうか。内閣府中央防災会議の報告によりますと、今後 30 年間に 70%以上の確率で首都圏直下型大地震があると予測されており、その被害は甚大であることが推定されています。この大地震に対して、各市区町村においてそれぞれ地域防災計画を策定していますが、この地域防災計画だけで我々住民は安心してよいのでしょうか。

昭和 56 年の新耐震基準が適用されたマンションが倒壊する可能性は極めて低いため、マンション住民が避難所に入ったとしても自宅に戻される可能性があります。戻されなくても避難所での厳しい環境に耐えられなくなって、自宅に戻ることになるかもしれません。

従って、大地震が発生した場合は、自分の身の安全を第一とし、次に周りの人たちの救出・救助を優先しますが、合わせて、電気・ガス・水道・電話などが止まっても、マンションの自宅または共用部分で被災生活を送る覚悟と準備をしておくことが必要と考えます。

『防災マニュアル』は次の目的のために作成しました。

- 1) 被災してもマンション内で生活を行うことができるように、住民自身の自助努力と、マンション内住民・近隣の住民との共助を結集することを目指す。
- 2) マンションの住民や建物の被害を最小限に食い止め、速やかな復興に繋げることができることを目指す
- 3) マンション版防災マニュアルを作成する過程で、マンション住民間のコミュニケーションを良くすることを目指す。

この防災マニュアルを参考にいただき地震への備えを十分にしてください。

2. 前提としている大地震の被害想定

- 1) 大田区の被害想定（大田区地域防災計画より）を知っておきましょう
 - ① 冬の夕方 18 時頃、東京湾北部を震源（震源の深さ 20～50km）とする M7.3 規模の地震が発生。風速は 15ms
 - ② 大田区内では、約 70%の地域で震度 6 弱、30%の地域で震度 6 強
 - ③ 大田区内の建物全壊戸数は約 8900 棟、火災 3 万棟以上、死者 500 名以上、
 - ④ 負傷者 9500 名以上。エレベータ閉じ込め約 500 台発生を想定
 - ⑤ 避難所収容者数は、被災直後で 15.7 万人、1 日後には 20.1 万人を見込む
- 2) 震度 6 強の地震でもマンションは倒壊しないことを信じましょう
但し、電気・ガス・水道・電話・エレベータなどは使用できなくなります。
- 3) 避難所は相当の人が集まり混乱が予想されますので期待することはやめましょう
- 4) 自治体・消防・自衛隊・赤十字等の救援は 1 週間以上当てにできないと思きましょう
- 5) 道路は封鎖状態、JR・私鉄・地下鉄は 3 日間以上運休されるものとしましょう

3. 地域防災計画からみる避難所の実態

【大田区のケース】

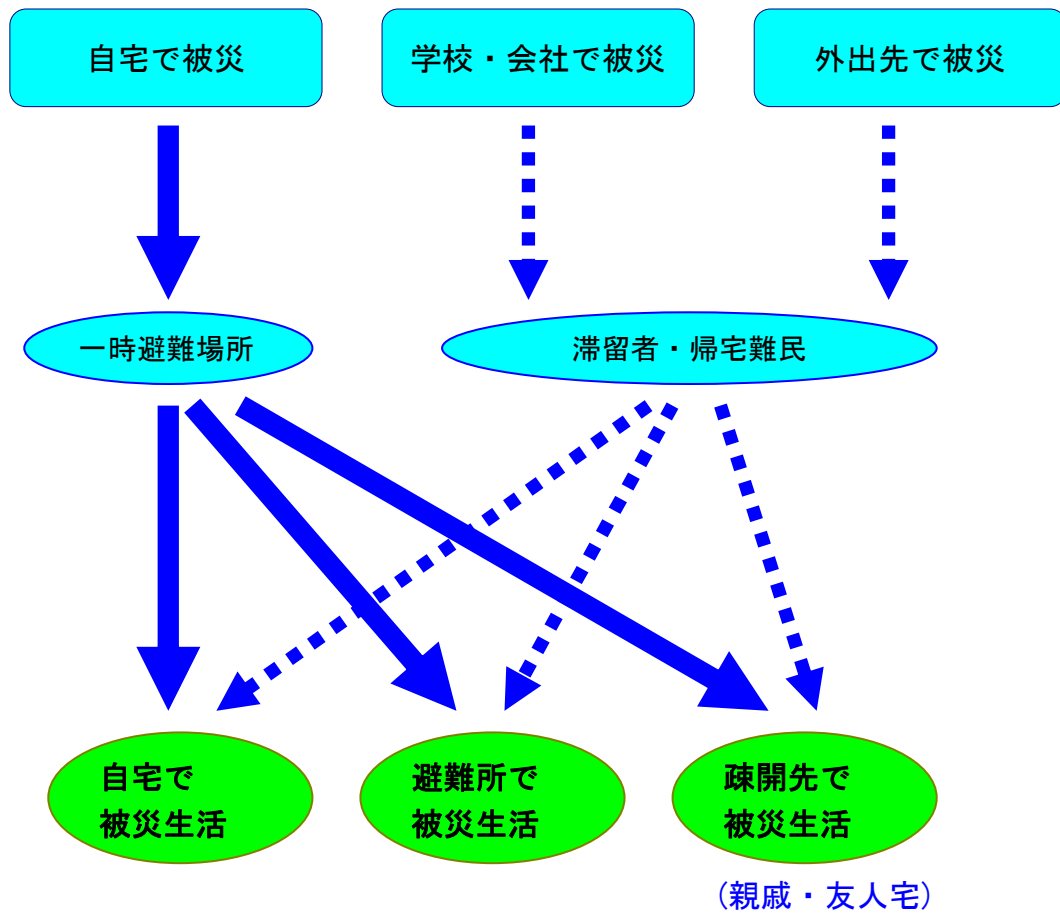
大田区では平成 21 年 3 月に地域防災計画を更新しました。以前に比べてより詳細な計画となっており、備蓄品なども充実してきましたが、ここではこの地域防災計画の内容から避難所の実態を予測してみます。

- 1) 大田区の避難所の数 91 箇所 (87 の区立小中学校、他 4 箇所)
- 2) 1 避難所に平均 1725 人が避難生活を送る (地震発生から 1 日以内の予想人数)
- 3) 1 避難所に備蓄されている食糧は 6014 食→避難生活者 1 人当たり 3.5 食≒1 日分
- 4) 1 避難所に毛布は 1500 枚→毛布は全員に行きわたらない
- 5) 1 避難所にトイレは 18 台設置→避難生活者 95.8 人に 1 台
※1 回の使用時間が 2 分かかるとして、192 分 (=3 時間強) の行列待ち時間となる
- 6) 1 避難所に給水コップ 1500 個・給食カップ 1600 個→全員に両方行きわたらない
- 7) 1 避難所にガスコンロは 14 台→1 台のガスコンロで 121 人分の調理

避難所で予想されること

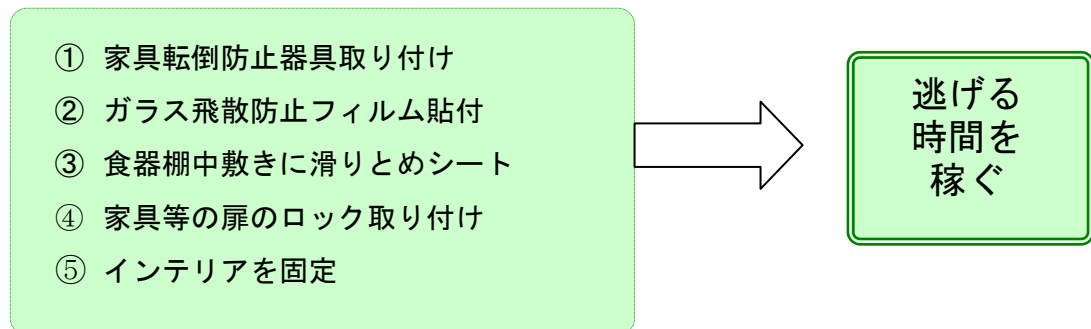
- 誰がどうやって立ち上げるのかわからない不安
- 生活ルールが徹底されるまでの混乱
- 最初の場所の取り合いは力まかせ?
- プライバシーが守られない生活
- 何をするにも長蛇の列で時間がかかる
- 集団感染がしやすい不安な衛生環境
- それでも家が倒壊した人には居なくてはならない場所
- 要支援者に対するサポート不足
- ペットと一緒に避難していいの?

4. 大地震にあったときの行動経路



5. 家具類の転倒防止対策

怪我を未然に防ぐには家具の転倒防止を徹底しましょう。それでも家具の転倒やインテリアは飛ばされますが、家具を固定することにより逃げる時間を稼ぐ効果があります。従って、固定する場合は、1点より2点、2点より3点の固定を心がけましょう。



6. 食糧・飲み水・防災用品など備蓄のルール(検討した結果を記述する)

お薦め案

管理組合

管理組合で備蓄するものは、災害本部を運営するために必要な備品と人命救助するために必要になる備品に限定し、食糧・水・身の回り品は備蓄しない

住民

食料の確保

- ① 普段から少し余分に食材を置くように、買い物の時から考えておく
- ② 普段からサバイバル食品を食卓に取り入れておくよう心がける
- ③ 米から炊くことを前提にして、レトルトなどのご飯類の備蓄は最小限にする
- ④ ビタミン、カルシウム、ミネラル、繊維質などの補給は乾物類を備蓄
- ⑤ 卓上型カセットコンロ1台とガスボンベ数本を常備する
- ⑥ 生鮮食品も被災直後に火を通すなど加工すれば数日間の保存がきく

水の確保

- ① 飲料水は、各戸で必要量確保する
- ② 飲料水は水道の水や保存水などで必要量を確保する
- ③ 生活に使う水は大量に必要なため、お風呂のお湯を残しておく
- ④ 家族の人数が多い場合は、配給の水を運ぶためのタンクも用意しておく

持ち出し用品の準備・・・次の4つに分けて準備する

- ① マンションの自宅で避難生活を行う場合に必要な備蓄品
- ② 被災後に外出するとき持ち歩くための携行品
- ③ マンションで被災生活ができなくなり避難所に入る時に必要とする備蓄品
- ④ 平時から緊急時に備えて持ち歩くための備蓄品

備蓄の考え方まとめ

備蓄品	<管理組合>	<個人>
水	×	◎(3日～7日分)
食糧	×	◎(3日～7日分)
簡易トイレ	○(全住民の1日相当分)	◎(3日～7日分)
本部運営事務用品	◎(災害本部にて使用)	○(日常使用しているもの)
救助道具	◎	×
救急医薬品	○(軽傷手当用)	○(常備薬、軽傷手当用)

◎:十分に備蓄が必須。○一部備蓄。×:備蓄しない

7. 簡易トイレの使用ルール(各マンションで検討した結果)

1) 次の場合は、トイレ・洗面所・台所・風呂の水は流さないようにする。従って、トイレは簡易トイレを使用する。雑排水管に異常がないことを知らされるまで、継続する。

簡易トイレ使用開始ルール

- ① 水道が止まった時
(給水管または給水設備に損傷があるので、雑排水管が損傷を受けているとは限らないが、雑排水管も損傷を受けている可能性があるとする)
- ② 簡易トイレが配られた時
水道が止まらない場合でも、建物内の被害状況を確認し、雑排水管に損傷がある(と思える)場合。この時点で、管理組合で備蓄している簡易トイレを全戸に配布し、雑排水を流さない合図にする。

管理組合の備え

管理組合で簡易トイレを入居者数×3個を備蓄しておく

8. ゴミの自宅管理ルール(各マンションで検討した結果)

ゴミ収集車がくるまでは、ゴミ置き場がゴミの山になり混乱を招きます。これを避けるために、トイレゴミを含む生活ゴミはすべて自宅保管とする。

お薦め案

ゴミの取扱ルール

ゴミはトイレゴミ（大小便）を含めて自宅で保管とする

9. 被災時クッキングのノウハウ

お薦め案

被災時の食事のルール

- ①各戸で自炊することを原則とする
- ②米が不足しているお宅には分けてあげましょう
- ③要支援者宅の食事の世話を交代で行いましょう

被災時クッキング時の注意事項

- ① 電気・水道・ガスが止まっているため、カセットコンロを使って炊事します。
- ② 普段から使用しているものを使って被災時の食事をつくるようにします。
- ③ 水を大切に使用し、手・食器・食料を少ない水で洗うよう注意します。
- ④ 生ものは食べないようにして、必ず火に通します。
- ⑤ 食べ物には直接素手でつかまないようにします。
- ⑥ 食器に食べ物を盛るときはラップやアルミで包んで洗わない工夫をします。

10. エレベータ閉じ込められた時の対応

エレベータ内に人が閉じ込められたら次の手順で救出します。

- ① エレベータ保守会社に救出を要請
- ② 保守要員が到着するのを待つ
- ③ 保守要員の到着までに時間がかかり、閉じ込められた人の命にかかわる事態となった場合、救出訓練を受けた人が中心となって救助する
- ④ 救助終了後にエレベータ保守会社に報告する

※救出訓練はエレベータ保守会社が実施しています。

11. マンション災害本部の役割

- 1) 災害本部を設置する場合は、設置する場所をあらかじめ決めておきましょう
- 2) 本部：本部長を決め、本部長は各班のメンバーを指名し、その後情報収集の拠点となる
- 3) 安否確認班：住民の安否確認。特に要援護者の安否確認
- 4) 救出班：被災直後に閉じ込められた人の救出活動。
- 5) 保健班：負傷者の手当て、重傷者を医療施設へ搬送
- 6) 設備班：建物の設備状況確認。雑排水を流せるかどうかを判断
- 7) 衛生班：簡易トイレ処理方法の伝達。生ごみ処理管理
- 8) 広報班：近隣の被害状況確認・道路事情の調査し、必要なものを掲示・伝達。
- 9) 渉外班：避難所および災害医療救護所との連絡係り
- 10) 賄い班：避難所から食料・水の配給がある場合の運搬と配布
- 11) 防犯班：不審者・侵入者を見張る

※各班の役割は、別紙『マンションの災害対応組織・役割・備え』を参照ください。

※各戸がそれぞれ備蓄を行っていれば自宅で炊事するため共同自炊は不要になる。

12. マンション災害本部は何から手をつけるのか


大きな地震がおきてマンション内も近隣も相当の混乱状態に陥っているときに、災害本部での活動を開始しますが、その場合次のことを重要視します。

- ① 自分自身と周りの人達の身の安全の確保
- ② 火災や建物倒壊などの二次災害からの避難

そして、集まってくる人達には、

『人命救助最優先』を共通意識とします

災害本部に集まって人達は、次の手順で活動を開始する。

- 
- 1) 災害本部に集まった人たちで災害本部の立ち上げ、本部長を選任する
 - 2) 災害本部長は最初に、①安否確認班、②救出班、③保健班を立ち上げて人選する
 - 3) 災害本部長は後で集まってくる人達に次の各班立ち上げ、または所定の場所に避難しているよう指示する。④設備班、⑤衛生班、⑥広報班、⑦渉外班
 - 4) 災害本部長は、ドアがあかずに室内に閉じ込められた人、エレベータ内に閉じ込められた人を発見したという報告があれば、救助人数を増やして派遣する
 - 5) 災害本部長は怪我人や要援護者の状況報告を受け各々の救護者を指名する
 - 6) 災害本部長は、『マンション版防災マニュアル』を持ち出し、以後の活動に備える
 - 7) 別紙『マンションの災害対応組織・役割・備え』に従い必要に応じて活動する