

災害に強いマンション ～暮らしを守る、もしもに備え～

日 時 2023年3月18日(土)

講 師 災害対策研究会 釜石 徹(マンション防災士)

第1章. 防災対策の新しい考え方

1-1. マンション防災対策の目的

- 1) マンションから死傷者を出さない
- 2) 被災直後は人命救助と初期消火の体制
- 3) 長期在宅避難を実現するノウハウ普及

1-2. マンション防災対策の方針

- 1) 建物の耐震化が最も重要
- 2) 被災後より確実性が高い事前の対策を重視する
- 3) 停電期間は1週間以上を覚悟する
- 4) 防災委員会は自助の推進を徹底する
- 5) 災害発生時に他人の救助を期待しない
- 6) 二次災害に遭わないよう無理をしない
- 7) 新型コロナ3密対策を徹底する

1-3. 新型コロナ3密対策

- 1) 避難所は3密対策が難しいので危険 ⇒ 避難所にはいかない
- 2) 集会室に集まることも要注意 ⇒ 自宅に留まる
- 3) 災害対策本部に詰めることも危険 ⇒ 災害対策本部の仕事を最小限に減らす
- 4) 大人数の「炊き出し」にも注意する ⇒ 食事は自宅で準備する

※災害発生時こそ3密対策に細心の注意必要

第2章. なぜ長期在宅避難になるのか

2-1. 福島県沖地震による停電 2022/3/16

2-2. 東日本大震災時の東電発電所被害 2011/03/11

東京電力の15の火力発電所のうち8カ所稼働停止し、そのうち3カ所は設備損傷した復旧まで、福島県の広野は3か月、茨城県の常陸那珂と鹿島は1か月以上かかった

2-3. 都心南部直下地震 (M7.3) 震度分布予測

2-4. 首都直下地震の東電被害想定

震源地が東京湾付近であれば複数の火力発電所が被災し長期間稼働停止する可能性大

第3章. 災害時の食事の備え方

3-1. 在宅避難時の盲点

在宅避難時の食事は誰が担当しますか？

ポリ袋調理法を家族全員で覚えることが家庭防災

3-2. ポリ袋調理

1) ポリ袋調理・・・カセットコンロを使って1日2食・3食は温かい主食をとる

2) 湯煎に使うポリ袋・・・煮物、蒸し物、鍋物、汁物が調理できる

※湯煎のできるポリ袋の材質は、高密度ポリエチレン

3-3. 主食のローリングストック

ポイント：①主食の確保 ②災害時しか食べない食料を備蓄しない

お金の無駄がなく、場所を取らず、備蓄日数を固定しない

第4章. マンションでの備え方

4-1. 平時の活動・・・防災委員会の役割

1) 建物・設備・周辺のことを知る

2) 住民の人一人に向き合う

3) 自助を推進するためのサポート

4) 災害に備えて

4-2. 災害発生後の活動

- 1) 災害が発生したらすぐに行うこと
 - ・建物と設備を確認して継続居住の可否判断
 - ・排水管簡易チェックで排水再開の可否判断
 - ・フロアやグループ内の安否確認と要救助者サポート
 - ・エレベーター閉じ込め者の搜索と救出
- 2) 数日たってから
 - ・情報を取得するために避難所への偵察活動
 - ・災害支援物資到着後の物資受け取り手配

4-3. そのほかの対策

- 1) マンション防災力の向上対策と自助推進対策
- 2) 災害時トイレゴミの減量対策と臭い対策
- 3) 直下地震でもケガをしない対策と停電対策
- 4) 住民でもできる地震後の排水管簡易チェック方法
- 5) 高齢者等の要援護者を避難所に行かせない対策
- 6) 安否確認では救えない重傷者を出さない対策
- 7) エレベーター閉じ込め者の救出対策

私のセミナーや講演では上記の対策についても解説しています。
ご興味・ご関心がありましたら、連絡・相談ください。

本日の講演スライド（PDF版）と事前質問に対する講師コメントは
こちらからダウンロードできます。

<https://www.saitaiken.com/4-講演テキストダウンロード/>



釜石 徹（マンション防災士）

メールアドレス：kamaishi@w8.dion.ne.jp

災害対策研究会：https://www.saitaiken.com