

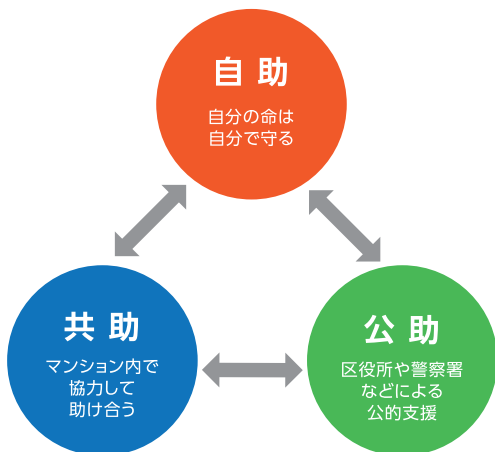
対 災 力

たいさいりよく

お住まいのマンションに末永く、安全に、安心して暮らすために
ご家庭での「災害対策」について話し合ってみましょう。



地震などの被害を最小限に抑えるために必要なのは「自助」「共助」「公助」をあわせた3つの力です。発災後速やかに「公助」が来ることは期待できません。まず自分の身は自分で守る「自助」、マンション居住者同士で助けあう「共助」を強化し、被害を最小限に抑えましょう。



地震などの被害を最小限に抑えるための3つの力

マンション防災の役割と備え「自助・共助」

実際にマンションでの防災対策を考える際、誰が、何を、どれだけやればいいのか、経験したことがない人にはわからないことが多いはず。管理者や責任者に任せておけばいいということはありません。お住まいの方ひとりひとりが自分でできることは自分で、協力すべきことは協力するという役割分担を認識しましょう。

■自助・共助の役割分担の例

対策・対応	自分の命を自分で守ること(自助)	マンション内で協力して助け合うこと(共助)
水・食料備蓄	○	—
家具固定など、室内環境対策	○	—
安否確認(家族内)	○	—
安否確認(家族以外)	—	○
閉込め救助	○(家族)	○(居住者)
要援護者対応	○(家族)	○(居住者)
共用部環境改善(漏水対応・ゴミ対策)	—	○
行政情報収集(避難所・救援物資など)	○(一部)	○

災害の実態について知ろう

近年重要視される災害リスク

時代背景や人々の生活スタイルによって、災害リスクは変化します。

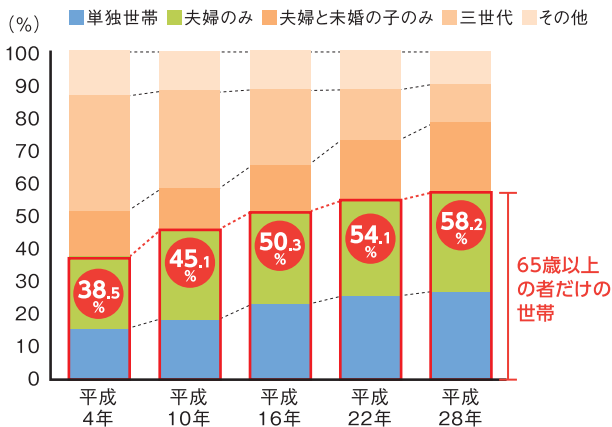
ここでは近年問題視される災害リスクを考えてみましょう。

高齢化

高齢者の孤立

超高齢化社会となった現在、支援される側の人が増えてきていると同時に、災害が発生した際に高齢者を助けられる他人が周囲に少なくなっています。

■65歳以上の者のいる世帯の推移



出典：厚生労働省調査

帰宅困難者

交通機関のマヒで家にたどり着けない

交通機関のマヒで家にたどり着けない帰宅困難者が、東日本大震災の際には東京都内で9万人以上になりました。

■首都直下地震(東京湾北部地震)により発生する帰宅困難者数

帰宅困難者数			
埼玉県	約33万人	東京都	約352万人
千葉県	約52万人	神奈川県	約67万人
		1都3県合計	約504万人

出典：平成24年11月 東京都帰宅困難者対策実施計画



東日本大震災による鉄道被害



浦安市の液状化被害

出典：財団法人消防科学総合センター

ライフライン断絶

電気、ガス、水道の停止及び交通網の混乱

ガスはいち早く遮断され、電気は電柱や電線の損傷によりストップします。給水管の損傷などで断水します。

また、停電時や上下水道に何らかの問題が起きた場合には、給水はおろか、トイレの下水も使えなくなります。他にも電話やインターネットなど、通信インフラも使えなくなるなど、さまざまな生活不便が生じます。



津波で壊滅的な被害を受けたガス局港工場



応急給水に並ぶ市民の列

出典：仙台市ホームページ

高層難民

エレベーターの停止で移動が困難に

東日本大震災発生時には多くのエレベーターが停止し、閉込め被害が多数発生しました。エレベーターが停止すると、高層階からの避難や移動に支障が出て、高層階は孤立し、多くの高層難民が発生します。



※画像はイメージです。

家庭で行う災害対策

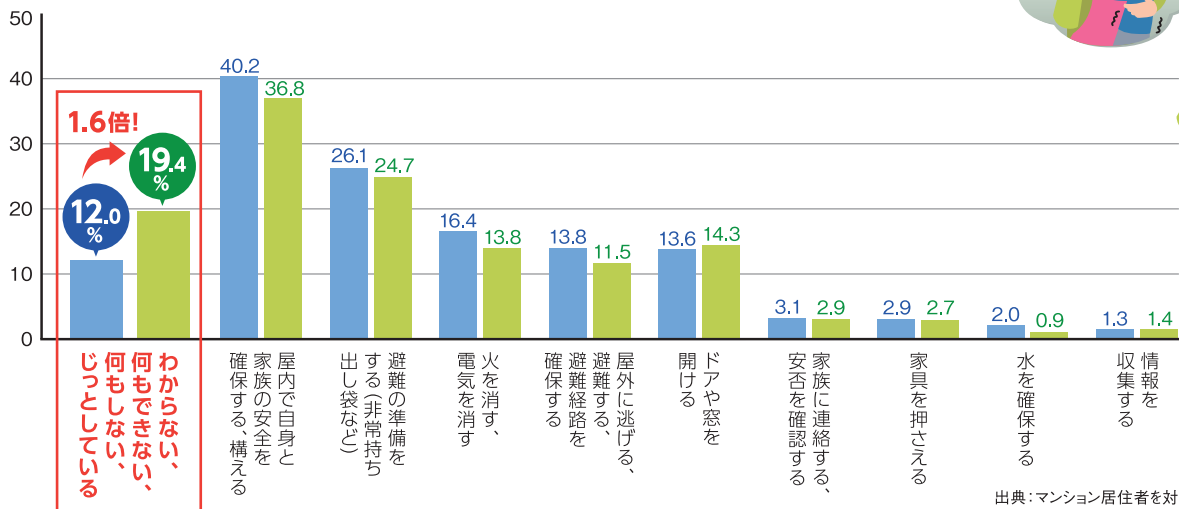
事前の『シミュレーション』が大事

今から30秒後に大きな地震が起きるとわかったらどうするか？

その回答を「震災被害経験者」(経験者)と「震災被害非経験者」(非経験者)で比較したところ、非経験者の「わからない・何もできない・じっとしている」など「お手上げ」的回答が、経験者の1.6倍になりました。また経験者の回答には、自身の被災経験から得た教訓がいきています。非経験者に比べ、全般的に行動の内容がより具体的に現実的な傾向にありました。

在宅の際、もし今から30秒後に震度6弱以上の地震が起きることがわかったら何をする？

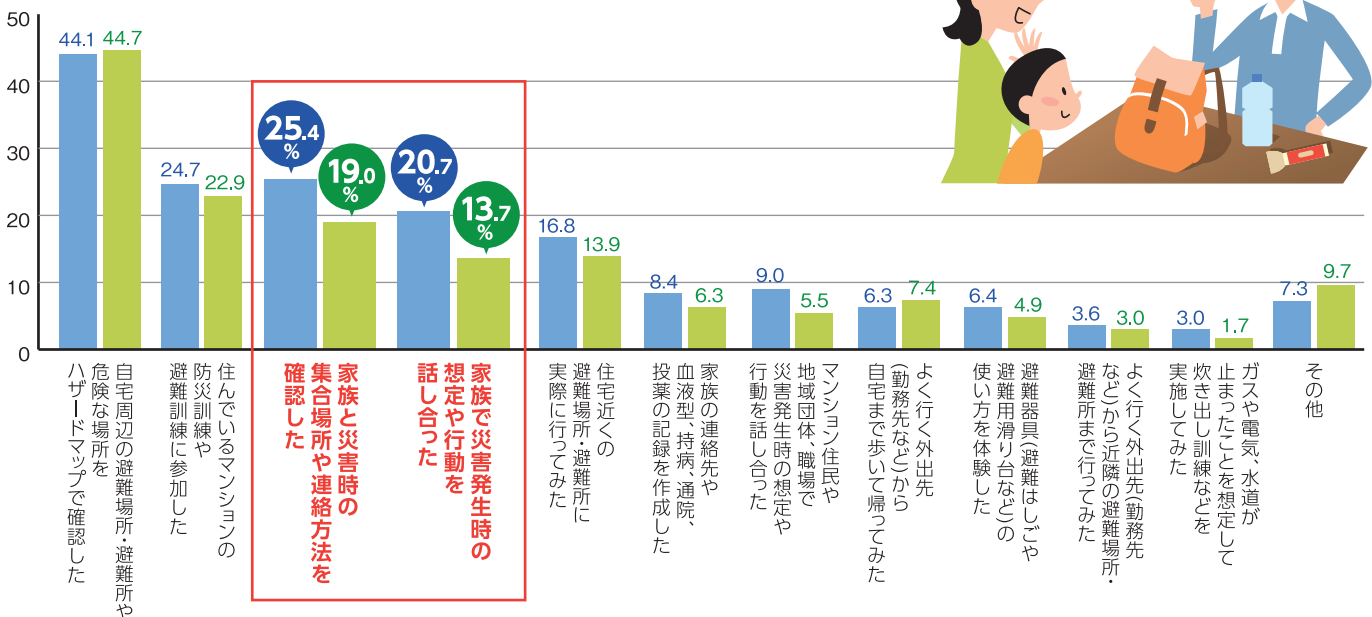
(%) ■震災被害経験者:1,484名 ■震災被害非経験者:1,644名 (フリーアンサー/全体:3,128名)



出典:マンション居住者を対象に東急コミュニティー調べ

災害を想定して行ったことは？

(%) ■震災被害経験者:1,484名 ■震災被害非経験者:1,644名 (フリーアンサー/全体:3,128名)



出典:マンション居住者を対象に東急コミュニティー調べ

それではもしもの『シミュレーション』をしてみましょう。>>>

災害シミュレーション1

『まずは助かること』へ備えよう

たとえば就寝中に、大きな地震が起きたら、あなたや家族は無事でいられますか？

家具の転倒防止

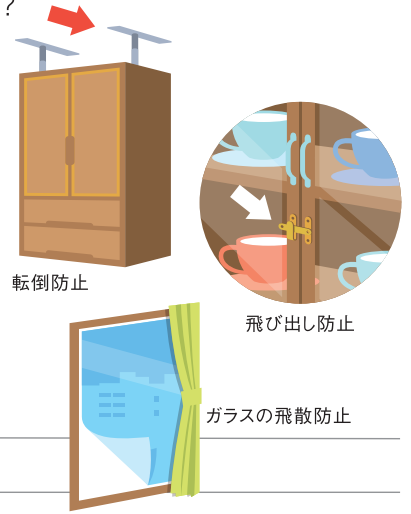
被害は想定されるのに対策は進まない家具転倒防止

転倒防止

飛び出し防止

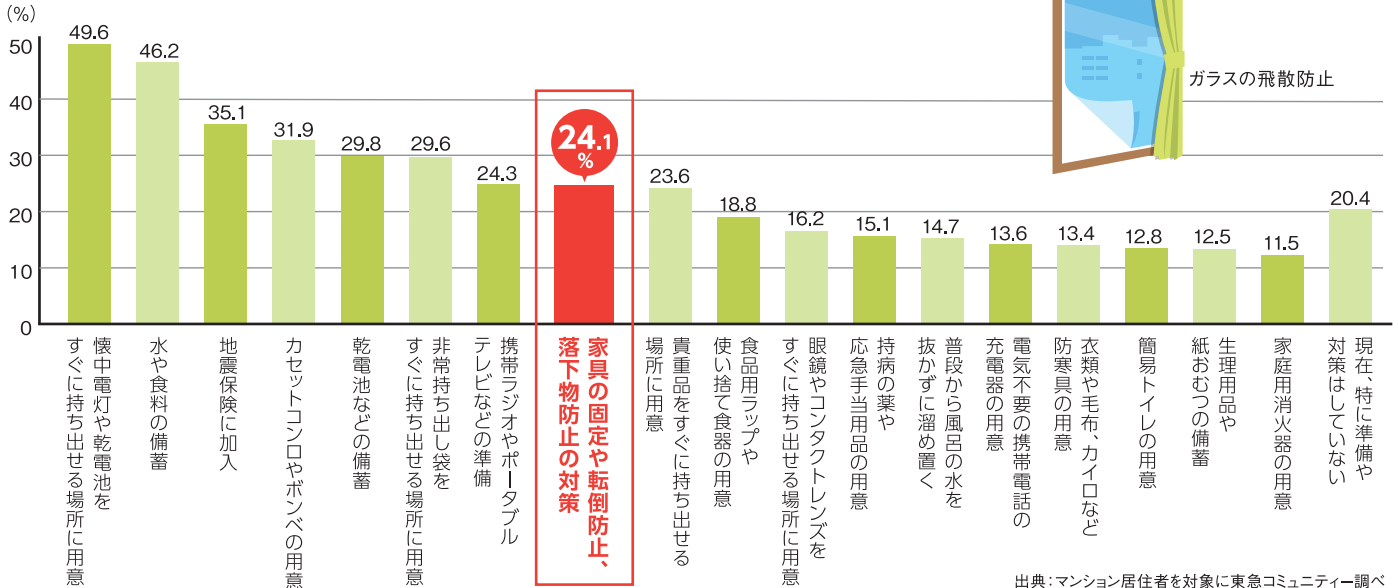
飛散防止

落下物防止



? 家庭で災害に備えて準備しているもの・対策していることは？

複数回答／全体：3,128名 実施率10%以上の項目のみ



出典：マンション居住者を対象に東急コミュニティー調べ

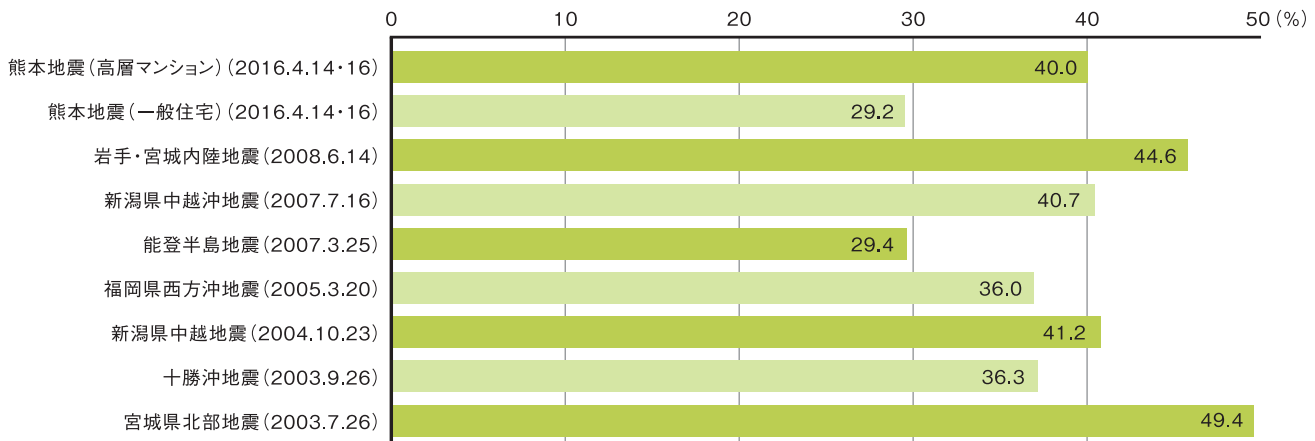
避難経路と安全の確保

避難経路の確保

避難時の安全の確保

- 倒れた家具や落下物などで玄関まで通行できない箇所はないか？
- ガラスの飛散を想定し、寝室やリビングに裏の硬いスリッパは置いてあるか？
- 何が起きても大丈夫という部屋を一つ以上作ろう。万が一の時はそこへ避難。

? 近年発生した地震における家具類の転倒・落下が原因のけが人の割合は？

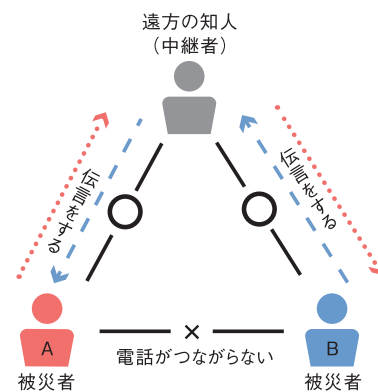


参考：東京消防庁

災害シミュレーション2

『家族の安否』を確認しよう

たとえば平日の昼間、家族が学校・職場などにいたら、どうやってみんなの安否を確認しますか？帰宅できずに、離れ離れの時間が長くなるかもしれません。連絡手段や集合場所のルールを、優先順位をつけていくつか用意しましょう。



※1 三角連絡法で安否確認をする

被災者AとBがつながなくても、知人を介して伝言を頼む。公衆電話は災害時優先電話になるので利用したい。中継者の番号は家族で把握しておこう。

集合場所

- 小学校
- 避難所・避難場所
- マンション



連絡手段

- 171
- SNS／ネット
- 伝言板
- 三角連絡法※1

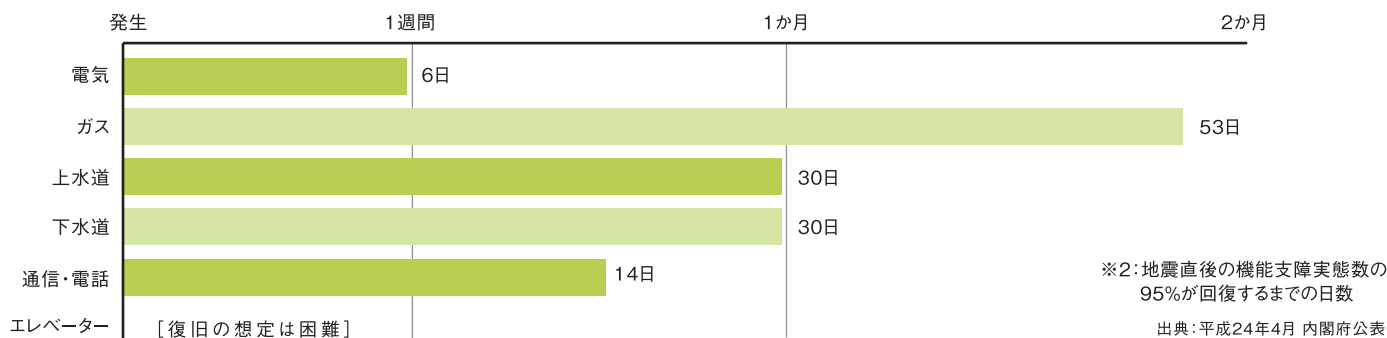


災害シミュレーション3

『ライフライン復旧』まで乗り切る

水・電気・ガスの復旧まで、意外と時間がかかります。

? ライフライン復旧までの目標日数は？※2



水

飲料水だけでなく、生活用水も必要。手を洗う・歯を磨く・お風呂・トイレ。普段の何気ないことも水がないと不便。水が使えなくても多少のことは出来るような備えは万全？

電気

水・ガスに比べて一番復旧目標が早い。灯りや情報端末は一刻も早く使いたい。最低6日間を乗り切れるような備えは出来る？

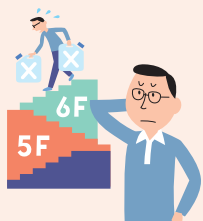
ガス

水・電気比べて一番復旧目標が遅くなる可能性大。給湯や調理に影響。電気代替できるものは備えよう。特に調理はカセットコンロやIHを用意したい。

マンションならではの備え

エレベーターが使えないかも

高層難民という言葉が生まれるほど、エレベーター無しでの生活は大変です。給水車が来ても、頻りに降りることは難しいかもしれません。ある程度、室内で過ごせるような備え方を考えましょう。



ゴミを出せないかも

地震によって出たゴミだけでなく、食事やトイレなどの生活ゴミも一定期間は部屋の中にとどめておかなければなりません。日にちが経つにつれニオイも気になってきます。どのように居室内で保管するか、考えておきたいですね。



水が使えないかも

排水管の無事が確認できるまで水を流すことはやめましょう。トイレやお風呂など排水管の破損に気づかずに使用してしまうと、低層階に汚水があふれるおそれがあります。



マンションで行う災害対策

マンションでの備えも確認しよう

お住まいのマンションでどのような防災対策に取り組んでいるのか、まずは知るところから始めましょう。

マンションの 非常用設備 を知る

消火栓などの設備について、いざという時に慌てないよう、使い方や設置場所まで知っておくことが必要です。



マンションの 防災マニュアル を確認する

建物の構造や設備、居住者のタイプ、地域の特性などはマンションごとに異なります。それぞれのマンションの特性に沿って作成された防災マニュアルを確認しておきましょう。



マンションの 防災備蓄品 を確認する

広域にわたる災害時には、行政の支援がすぐに受けられません。管理組合で備蓄している救助用具や応急手当用品などを、保管場所や使用法などととも確認しておきましょう。



マンションの 防災訓練 に参加する

定期的に訓練して、シミュレーションをしておくことが重要です。安否確認や救助などの体験メニューを取り入れた訓練を行う管理組合もあります。積極的に参加しましょう。



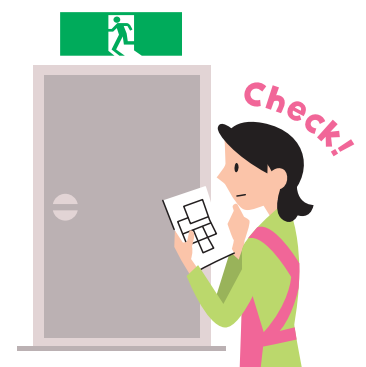
災害時の 協力体制 を確認する

災害時のマンション内の協力体制について防災マニュアルなどで確認しておきましょう。ご近所との日頃のコミュニケーションも有効です。



マンション内の 避難経路 を確認する

速やかにマンションから避難できるように、あらかじめ避難経路を確認しておきましょう。



・ 防災用品チェックリスト ・

- 用意しておきたい品
- ◆ あると便利な品

備蓄の 目安

- 飲料水：1日に2～3ℓの水を必要とし、そのうち、1～1.5ℓが飲み水
- トイレ：1人1日5回（内閣府による被災時のトイレ使用回数の試算より）
- 備蓄量：通常、災害発生時から公的な援助物資が届くのは3日後



生活用水

	数量	期限など
● 飲料水		
◆ ポリタンク・給水袋		
◆ バケツ		



灯り

	数量	期限など
● 懐中電灯		
● 予備用乾電池		



防寒

	数量	期限など
● カイロ		
◆ レインコート		
◆ サバイバルシート		
◆ 寝袋		



トイレ

	数量	期限など
● 非常用トイレ		
● トイレレットペーパー		
◆ ビニール袋		
◆ 新聞紙		



衛生

	数量	期限など
● 救急用品		
● 使い捨てマスク		
● 消毒液		
● ティッシュ		
◆ ウエットティッシュ		
◆ 下着・タオル		
◆ 生理用品		



非常食

	数量	期限など
● 保存食		
● カセットコンロ、IHクッキングヒーター		
● カセットガス		
◆ 調理用品		
◆ ラップ・アルミホイル		



お年寄りがいたら

	数量	期限など
● 老眼鏡		
● 入れ歯		
● 洗剤		
● オムツ		



赤ちゃん、子供がいたら

	数量	期限など
● ミルク		
● ガーゼ		
● オムツ		
● おしりふき		
◆ 絵本		



ペットがいたら

	数量	期限など
● リード		
● ケージ・バッグ		
● ペットフード		
● トイレ		
◆ おもちゃ		



貴重品

	数量	期限など
● 現金		
● 保険証コピー		
● 免許証コピー		
◆ 薬		
◆ お薬手帳コピー		



その他

	数量	期限など
● 消火器		
● 動きやすい靴		
● ヘルメット		
◆ 眼鏡		
◆ 軍手		
◆ 地図		



・ 我が家のチェックリスト ・

廊下

- 廊下にモノはなく、散乱するおそれはない
- 出入口を塞ぐおそれのあるものは置かれていない

キッチン

- 食器棚のガラスに飛散防止フィルムを貼っている
- 食器棚の棚板に、滑り止めシートを敷いている
- 食器棚に耐震ラッチやストッパーをつけている
- 刃物、ガラスのコップなど飛び出さないよう収納している
- 炊飯器、レンジなどは安定したところに置いている
- 冷蔵庫を転倒防止器具で固定している
- 消火器を備えている

リビング

- テレビを固定している
- 本棚など、背の高い家具は固定している
- 家具のキャスターを固定している
- 家具が倒れても出入口が塞がらないレイアウトだ
- タコ足配線にほごりは溜まっていない

その他

- 水や非常時の食料を定期的にチェックしている
- 非常袋の懐中電灯やラジオの動作確認をしている
- 通帳や重要書類は決まった場所に整理されている
- 家族で、災害時の行動を話し合っている
- 車に防災グッズを備えている