

こう そう
高層マンション

ぼう さい
防災ガイドブック



東日本大震災の
マンション被災状況

地震発生時の状況

地震発生時の行動

地震発生時に備える

避難生活の注意点

災害時要援護者支援

自主防災組織の活動

市内マンション自主
防災組織の事例紹介

はじめに

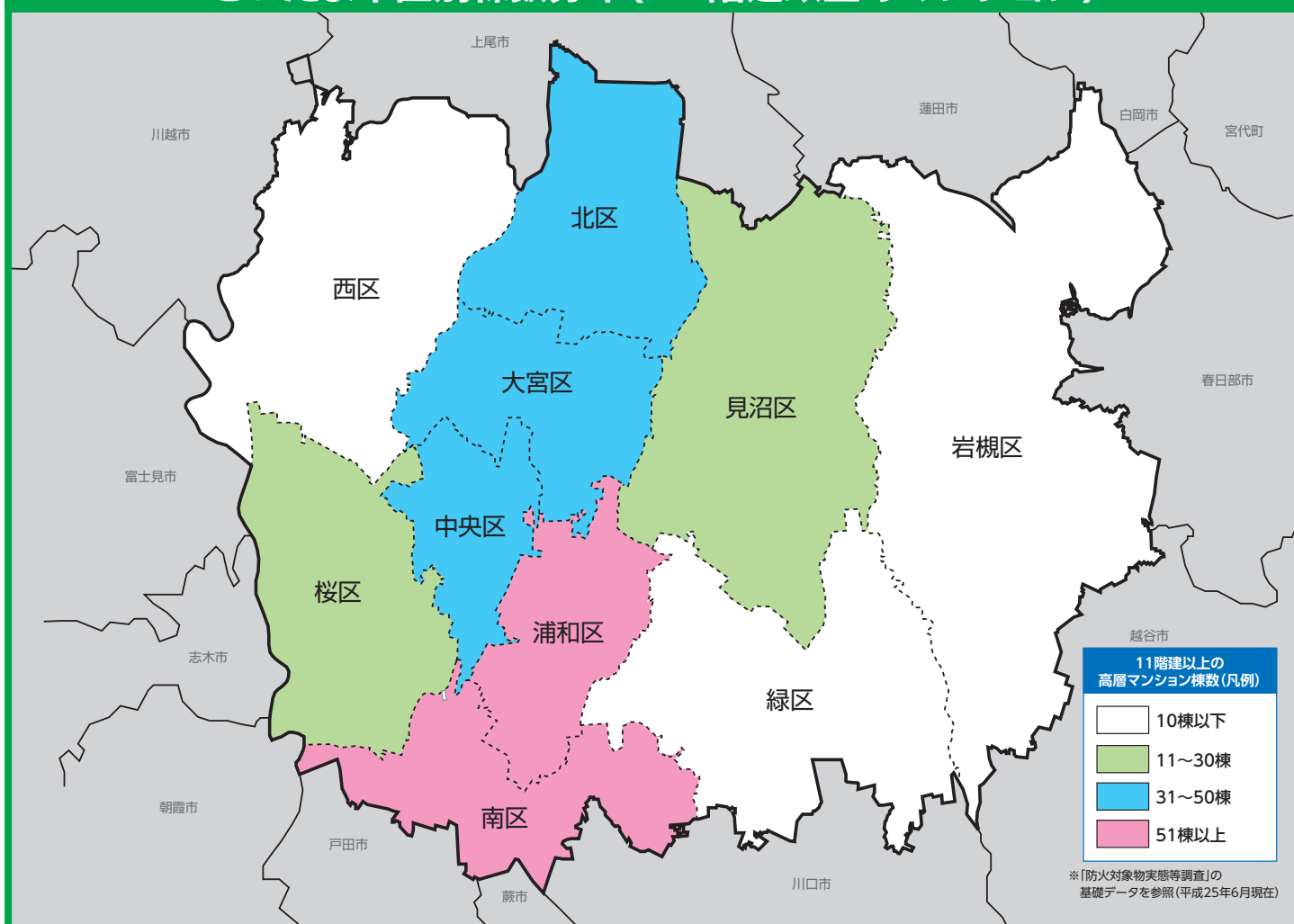
さいたま市は、首都圏のベッドタウンとしてマンションの建設が続いてきましたが、特に平成以降は、11階建以上の高層マンションの建設が進んでおり、平成25年現在で330棟以上を数えています。

大地震発生時には、高層マンションにおいて建物が大きく揺れてガラスが割れたり、壁面にひびが入るなど、長周期地震動との共振による被害が危惧されています。また、一戸建て住宅に比べると、耐震性や耐火性に優れていますが、電気・ガス・水道等のライフラインやエレベーターの停止で日常生活に支障が出るなど、マンション特有の対策が必要です。

このマニュアルは、高層マンションを想定し、地震発生時の対応と日ごろの対策、自主防災組織などを中心とした防災コミュニティづくりの大切さを示したものです。このマニュアルを防災・減災対策にご活用ください。



さいたま市区別棟数分布(11階建以上のマンション)



- ◎ **「特集」東日本大震災のマンション被災状況** P3
 - マンション建物本体の被災状況
 - 仙台市のマンションにおけるライフライン復旧の推移
 - 仙台市におけるマンション設備などの被災状況

- ◎ **地震発生時の状況** P5
 - 長周期地震動と高層階の危険性について
 - 長周期地震動による危険
 - マンション特有の被害とは？

- ◎ **地震発生時の行動** P7

- ◎ **地震発生時に備える** P9
 - 家具の転倒・落下を防ぐ
 - マンション特有の注意点
 - ライフライン停止に備えた対策

- ◎ **避難生活の注意点** P11
 - 在宅避難生活のすすめ
 - 在宅避難生活のときの問題は？
 - 在宅避難生活への備え

- ◎ **災害時要援護者支援** P13
 - 平常時の支援
 - 災害時の支援

- ◎ **自主防災組織の活動** P15
 - 平常時の活動
 - 災害時の活動

- ◎ **「特集」市内マンション自主防災組織の事例紹介** P17
 - シャルマンコーポ大宮七里自主防災組織の取り組み
 - ラムザ自主防災会の取り組み

- **家族のメモ／防災関連機関一覧** 裏表紙

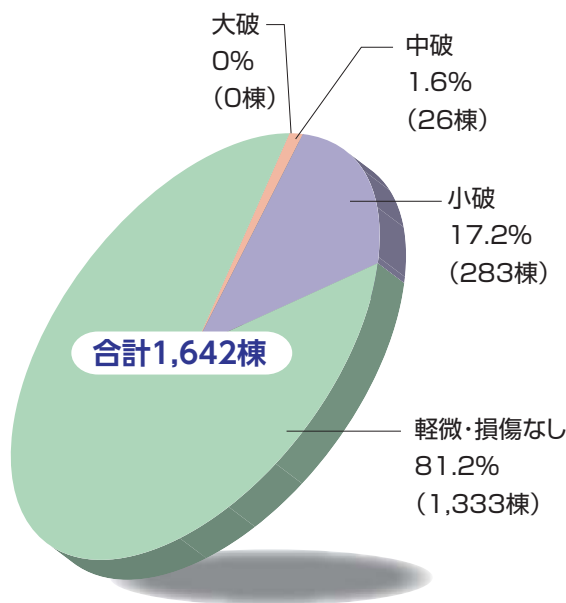
平成23年3月に発生した東日本大震災では、東北・関東地方の太平洋沿岸を襲った大津波により、多くの尊い命を失う大惨事となりました。一方、さいたま市を含む首都圏では、マンションなどの高層建築物における特有の被害「長周期地震動」などによる被害が注目され、対策の必要性を強く認識しました。

ここでは、東日本大震災で被災した仙台市などのマンションの被災状況を学ぶことで、マンション特有の課題を理解し、いざというときに備えましょう。

マンション建物本体の被災状況

マンション管理業協会によると、東北6県において、鉄筋コンクリート造りや鉄骨鉄筋コンクリート造りのマンションでは倒壊や大破はなく、中破が26棟、小破が283棟でした。

なお、仙台市内の約1,400棟のマンションでは倒壊はありませんでしたが、100棟以上が「全壊」の罹災判定を受けるなど、建物や建物に付随する設備に甚大な被害が多数発生しました。



損傷度

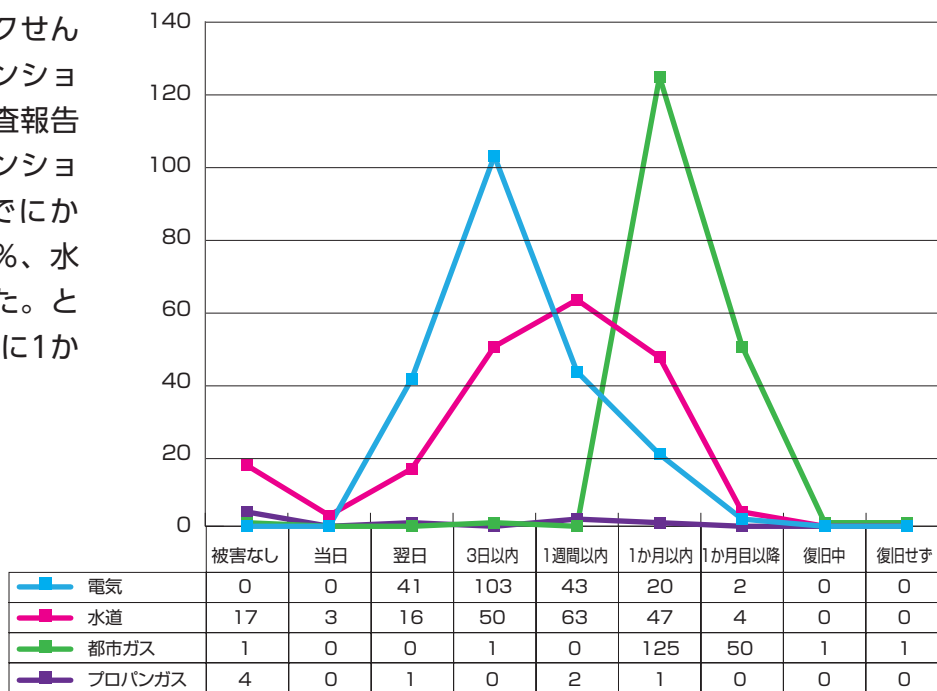
- 大破: 倒壊や建て替えが必要な致命的な被害
- 中破: 大規模な補強・補修が必要な被害
- 小破: タイルのはがれ、ひび割れなど補修が必要な被害

(一般社団法人 マンション管理業協会の調査結果より作成)

仙台市のマンションにおけるライフライン復旧の推移

「マンション管理支援ネットワークせんだい・みやぎ」が実施した「分譲マンションの被災状況に関するアンケート調査報告書」によると、今回の震災では、マンションにおけるライフラインの復旧までにかかった日数は、電気が3日以内に69%、水道は1週間以内に72%が復旧しました。ところが、都市ガスは62%が復旧までに1か月を要しました。

(回答組合数)



東日本大震災後のライフラインの復旧状況
 (「分譲マンションの被災状況に関するアンケート調査」より)

仙台市におけるマンション設備などの被災状況

建物の傾斜など構造的な被害は少なかったものの、さまざまな被害が生まれました。

駐車機械の被害

タワー式駐車場や機械式駐車場などで被災し、使用不能になったものが、87棟ありました。



エレベーターの被害

仙台市周辺の106棟のサンプル調査では102棟中全てが停止し、当日復旧が3件、2~3日が大半で、1棟が1週間を要しています。エレベーターによる閉じ込めによる被害は1件ありました。



外構・インフラの被害

受水槽、受変電設備などのライフラインが被災して復旧工事などを要したものは797棟になりました。



玄関扉枠の変形による開閉不能

玄関扉の開閉が不能で自宅から脱出できない住戸があり、ベランダの隔て板を破り隣または2軒先から脱出したケースがあります。



高架水槽からの二次被害

地震により高架水槽が損傷しましたが、電気や水道などが止まっていたため、そのままにしていたところ、震災3日後の夜中に電気が復旧し、ポンプが作動。そのため、受水槽から高架水槽に水が送られて漏水が発生してしまいました。



(写真提供【3点】：マンション管理支援ネットワークせんだい・みやぎ)

家具類の転倒・落下の被害

書棚、テレビ及びパソコンなどが多く転倒しました。重量があり、重心の高い家具類の転倒率が高い傾向にありました。



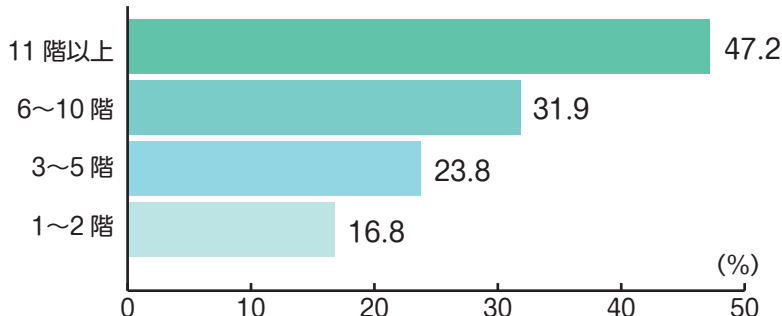
地震発生時の状況

規模が大きな地震ほど「長周期地震動」が発生しやすく、遠方まで弱まらずに伝わり、地震発生地点から離れた場所でも大きな影響が出ることがあります。高層マンション特有の課題として、長周期地震動の危険性や被害の特徴について覚えておきましょう。

長周期地震動と高層階の危険性について

「長周期地震動」は、揺れの周期が長く、円をかくような動きが次第に大きくなり、ゆっくりとした揺れが非常に長く続くという特徴があります。高層マンションの構造や高さ、規模によっては、低層階に比べて、高層階になるほど被害が大きくなるおそれがあります。

■東日本大震災時の都内における階層別の家具の転倒・落下・移動の発生割合



参考：東京消防庁「家具類の転倒・落下・移動防止対策ハンドブック」

長周期地震動による危険

- 家具類の移動が起きやすく、負傷や避難通路の障害の原因となる。
- 家具類の引き出しが飛び出して転倒するおそれがある。
- 水槽などの水が大きく揺れ、転倒しやすくなる。
- つり下げ式の照明が大きく揺れ、落下するおそれがある。
- 家具類の転倒・落下・移動による火災のおそれがある。



防災
チェック

長周期地震動にも
緊急予想が
発表されることに！

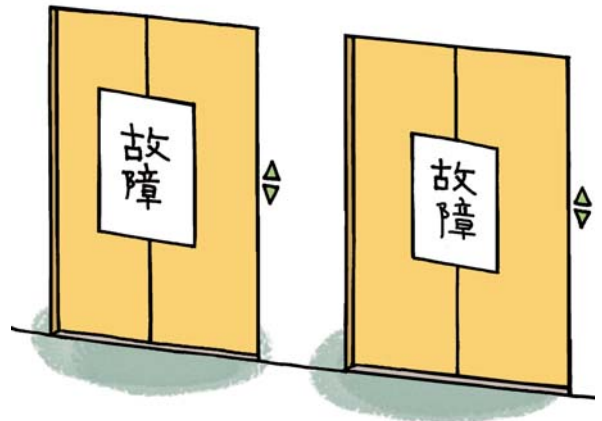
平成25年9月、気象庁は、長周期地震動について緊急地震速報と同じように揺れが到達する前に予報を発表するための具体的な検討を始めました。早ければ平成27年度末までに試験運用を始める予定です。

マンション特有の被害とは？

① エレベーターの停止

最近のエレベーターは地震時管制運転システムにより、揺れを感知すると自動的に最寄りの階に停止し扉を開放する仕組みになっています。しかし、感知した揺れが大きかった場合には、技術者による点検が済むまでエレベーターは動きません。大きな地震が発生した場合には、数日間停止すること考えられます。

なお、旧式のエレベーターだと、必ずしも地震時管制運転システムが設置されていない場合がありますので、お住まいのマンションのエレベーターを確認しましょう。



② ライフラインの停止

ライフラインが停止すると、エレベーターのほか、照明、空調、水道、トイレ、風呂などの設備が使えなくなり、被災後の日常生活に大きな影響を与えます。そして、エレベーターの復旧に長期間を要するとなれば、その間の移動は階段に頼らざるを得ず、特に高層階の多くの住民にとって住居からの出入りが困難になる「高層難民」となるとみられています。

■さいたま市直下地震（マグニチュード 6.9）ライフライン被害想定

| ライフライン | 市内の被害想定 | 復旧に要する期間など |
|--------|------------------------------------|--------------------------|
| 上水道 | 発災当日の断水率はほぼ100% | 発災1日後での断水率は27.2% |
| 下水道 | 4,000か所以上で被害 | 応急復旧は約5日、復旧工事は半月～2か月後に開始 |
| 都市ガス | 約700か所で被害。全市で供給停止 | 1か月程度 |
| 電気 | 電柱が11,100基以上の被害。停電率は19%（約96,000世帯） | 27日程度 |
| 電話 | 回線不通は23%（120,000世帯以上） | 1か月以上 |

資料：さいたま市被害想定調査（平成21年度）

③ 配管・排水管の破損

東日本大震災では、配管・排水管の損傷に気づかず上層階の住民がトイレを使用し汚水を流したことで、下層階で逆流し溢れ出して大きな被害になったケースが多数発生しました。



地震発生時の行動

大地震が発生したとき、まず自分の身の安全の確保、家族の状況確認、住戸の安全確認を行いましょ。あわてず落ち着いて行動することが大切です。

1 緊急地震速報がテレビやラジオなどから流れた！

強い揺れを感じるまでの時間は、数秒から数十秒です。ただちに家具類の転倒・落下のおそれがない安全な場所へ移動しましょう。強い揺れによって、部屋のドアが開かなくなることがありますので、ドアを開けておきましょう。



2 自分と家族の身の安全の確保

突然大きな揺れを感じたら、家具類の転倒や物の落下から身を守るために、丈夫なテーブルなどの下で揺れがおさまるのを待ちましょ。



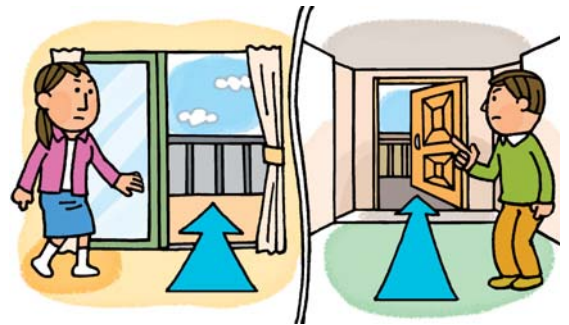
3 火元の確認

まずは身の安全を確保し、次に火元を確認します。火を使っているときは、揺れがおさまってから、あわてずに火の始末をします。火災が発生した場合は、落ち着いて消火器などで初期消火を行いましょ。



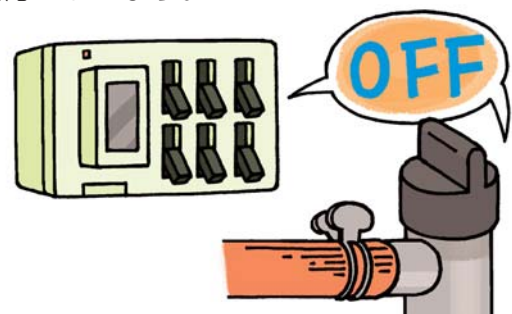
4 避難路の確保

揺れがおさまった後に避難できるように、窓や玄関の戸を開け、避難路の確保をします。



5 ライフラインの安全確認

電気のブレーカーを落とし、ガス・水道の元栓を閉めます。電気、水道、ガスは、安全の確認ができるまで使用を控えます。トイレは、排水管の状況を確認できるまで使用せず、簡易トイレなどで対応しましょ。



6

家族の安否確認

大規模な災害時、すぐには家族の安否確認ができない場合があります。その場合は、NTTの災害用伝言ダイヤル「171」や携帯電話各社の「災害用伝言板」などで安否を確認しましょう。



7

集合場所に集合

各住戸からの避難経路であらかじめ定めたエレベーターホールなどの集合場所に集合しましょう。



8

フロアごとに隣近所の安否確認

災害時には、隣近所との助け合いがとても大切です。無事だった人は、手分けして同じフロアの人々の安否を確認しましょう。玄関枠の変形でドアが開かなくなって閉じ込められている人がいるかもしれません。エレベーターに閉じ込められている人がいないか確認しましょう。



9

災害情報の収集

災害時の情報収集は、とても重要です。デマにまどわされないように、「正しい情報」の収集に心がけましょう。停電に備えて、小型の携帯ラジオなどを用意しておくといでしょう。



エレベーターが止まったら…

エレベーターの中で地震が発生したら

- 行き先階のボタンをすべて押しましょう。
- 閉じ込められたら「非常電話」のボタンを押し続けましょう。
- 地震を感知する装置が設置されているエレベーターは、最寄りの階で停止します。ドアが開いたら、すぐに降りましょう。

エレベーターが動いていても

- 余震で止まることがあります。災害時にはエレベーターを使用しないようにしましょう。



地震発生時に備える

一般的にマンションは、耐震性が高く、地震に強いと言われていますが、その建物の高さゆえの弱点もあり、高層階ほど、より対策が必要です。家具などの転倒防止策を念入りにすることはもちろん、マンション特有の対策が必要です。

家具の転倒・落下を防ぐ

耐震金具を利用する

●転倒防止金具

壁・柱・鴨居と家具を固定するタイプと、床などに固定するタイプがあります。家具や室内の状況によって選びましょう。

L字金具



チェーンなどで固定するタイプ



●重ね留め用金具

重ねた上下の家具を固定して上の家具の落下を防ぎます。



●扉・引き出し開放防止金具

扉・引き出しが開かないようにします。

さらに収納物の落下を防ぐため、棚板に滑り止めやシートなどを敷いたり、飛び出し防止枠を付けると安心です。



冷蔵庫などの家電製品には専用の転倒防止金具が用意されている場合もあります。取扱説明書を読んで活用しましょう。

収納を工夫しよう

- 重いものを下に、軽いものを上に収納します。
- 本棚などは隙間をブックエンドで固定するなど、なるべく空間を作らないようにしましょう。



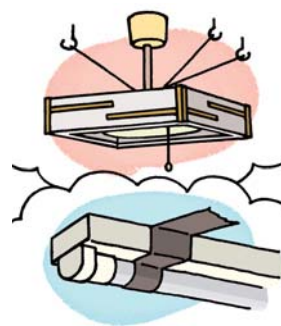
置き方を工夫する

- 家具の下部前方に板を入れ、壁にもたれ気味に置きます。
- 寝ている場所に家具が倒れてこないように配置しましょう。



照明器具を補強する

- 天井に直接取り付けタイプの照明が安全です。
- つり下げ式のものにはチェーンと金具を使い数か所留めて補強しましょう。
- 蛍光灯は蛍光管の落下を防ぐため、両端を耐熱テープで留めておきましょう。



家の中に家具の無い安全なスペースを確保しよう

- 部屋が複数あるときは、人の出入りが少ない部屋に家具をまとめて置きましょう。どうしても無理な場合は少しでも安全なスペースができるよう配置換えも検討します。



マンション特有の注意点

マンションでは、多くの人たちがいっしょに暮らしているので、一戸建てとは違った防災対策が求められます。

通路・非常口・非常階段

- いざというとき安全に避難できるように、通路・非常口・非常階段といった共用部分に通行の妨げになるようなものを置かないようにしましょう。



ベランダ

- ベランダの避難ハッチと避難はしごの使用方法を確認しておきましょう。また、隣戸と隔て板やハッチをふさぐようなものは置かないようにしましょう。



管理組合からの連絡

- 防災設備の点検や防災訓練のお知らせなど、管理組合からの連絡には日ごろから注意しましょう。



高層階の備蓄品

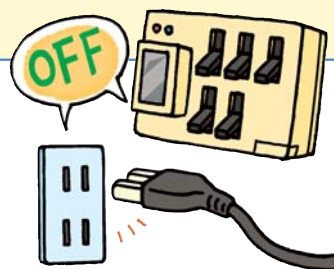
- 高層階の場合、大地震でエレベーターが停止すると物資の持ち運びが困難になるので、備蓄品は多めに用意しておきましょう。



ライフライン停止に備えた対策

①電気が止まったら・・・

- 停電に備えて懐中電灯を用意しましょう。
- 停電になったら、通電火災を起こさないように家電製品のコンセントを抜くかブレーカーを落としましょう。
- 通電火災に備えて、家庭用消火器を用意しておきましょう。



②ガスが止まったら・・・(マイコンメーターを確認しよう)

- 強い揺れやガス漏れを検知すると、安全装置が作動して、自動的に停止します。マイコンメーターの操作方法を確認しておきましょう。
- ガスが使用できる状態で、赤ランプが点滅している場合はガス漏れの疑いがあることを覚えておきましょう。



③水道が止まったら・・・

- 飲料水のボトルや、浴槽に水をはるなどして生活のための溜め置きの水を用意しましょう。
- トイレが使用できなくなるので、災害時用の簡易トイレや携帯トイレを用意しましょう。
- 簡易トイレの代わりになるものとして、ビニール袋や新聞紙、消臭スプレー、重曹なども用意しましょう。



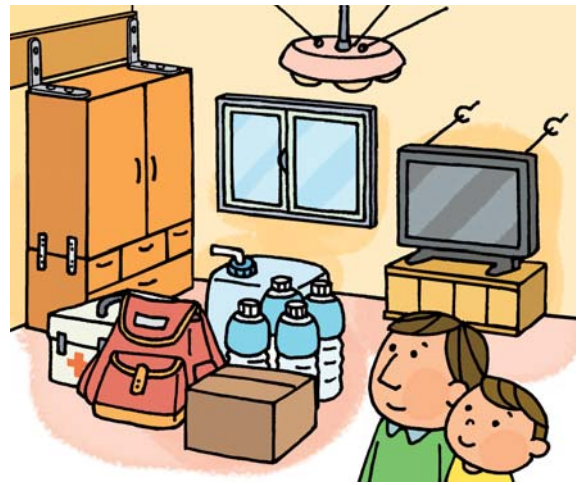
避難生活の注意点

避難所生活は狭い場所に多くの人が集まるため、ストレスを受けることが多く、さまざまなトラブルが起こりやすくなります。災害発生後でも自宅での生活が継続できるようにしましょう。ただし、建物の損壊などで自宅での生活が無理な場合は、避難所のルールに従って、助け合いを心がけましょう。

在宅避難生活のすすめ

避難所生活では、プライバシーの確保は極めて困難です。避難所生活のストレスなどを考えると、可能な限り住み慣れた自宅での生活を続けることができるように、各家庭やマンション単位で地震に対する備えを事前に行い、災害発生後は住民同士で協力し合うことが大切です。

普段から家具類の転倒・落下防止対策などにより、室内の被害を最小限に食い止めることはもちろん、ライフラインの停止も想定した食料や生活・防災備品などを備えることにより、在宅避難が可能となります。



在宅避難生活のときの問題は？

1 階段での上下移動の問題



2 ゴミ・トイレの問題



3 ライフライン停止による問題



在宅避難生活への備え

- 食料や飲料水（1人1日3ℓ）を7日分以上用意しておきましょう。



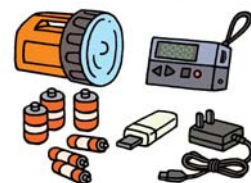
- カセットコンロ、ガスボンベ（予備も）を備えておきましょう。



- 生活用水は、ポリタンクや排水用の水（お風呂の残り湯など）で蓄えておきましょう。



- 懐中電灯・ラジオ（手動式）・電池（携帯電話のバッテリーも）などの備蓄をしておきましょう。



- 大地震の直後は、配管・排水管などの設備の状況等が確認されるまでの間は、台所用水やトイレの汚水を流すのを控えたり、災害時用の簡易トイレなどを使うようにしましょう。



- 自分専用の物などで、なくては困る日用品などを用意しておきましょう。

（例）メガネ、コンタクトレンズ、生理用品、おむつ、哺乳瓶、補聴器など



しょくりょうびちく

食料備蓄のコツ

災害用の保存食だけを大量に用意することが備蓄ではありません。普段の買い物で缶詰やレトルト食品など日持ちするものを少し多めに買って置き、消費したらその分補充すれば、常に一定量の食料品を自宅内に備蓄することができます。

避難所の生活では・・・

1 避難スペース

体育館などの板の間での生活となり、寝具は毛布程度という状況になります。また、体育館などの避難所には冷暖房設備がない場合がほとんどです。

2 トイレ

避難所生活において、水・食料と並んで深刻な問題となるのがトイレです。災害発生後は数不足が問題となることが予想されます。



3 健康管理

多くの人生活する避難所では、自分の体調は自分で管理する必要があります。また、普段から薬などを服用されている方は、あらかじめ準備して避難所に持参することが必要です。

4 ペット対策

ペットが原因でトラブルにならないよう日ごろからきちんとしつけをし、ペットのためのケージや食料等を準備しておきましょう。また、いざというときの預け先を確保しておきましょう。

災害時要援護者支援

突然の災害に襲われたときに、被害を受けやすいのは高齢者や乳幼児、障害者、傷病者など、周囲からの何らかの手助けが必要な人です。このような人々を「災害時要援護者」と呼び、危険を察知しづらい、危険であることを理解・判断しにくい、危険に対して適切な行動がとれないなどのハンディキャップを抱えています。災害時要援護者を災害から守るために、日ごろから災害時要援護者の立場に立ってコミュニティづくりを進め、災害発生時には積極的に支援しましょう。

平常時の支援

災害時要援護者の把握・名簿づくり

支援が必要な高齢者、障害者、乳幼児、妊産婦など本人の意向を把握する災害時要援護者カードを作成し、それを基に名簿（要援護者台帳）づくりをしましょう。

あらかじめ災害時要援護者一人ひとりに支援者などを決めておく「個別避難支援プラン」を作成するのもよいでしょう。



高層マンションならではの課題を解決するための機材を導入する

高層階からの車いす避難は大人数でも大変危険です。安全に階段から降ろすための階段避難車を数フロアおきに配備しましょう。また、水や食料を高層階に運ぶための機材も導入しましょう。



災害時要援護者の身になって防災環境を点検する

自転車や廊下に置かれている荷物などが車いす利用者の避難の妨げにならないか、目や耳が不自由な人は警報や避難情報を正確に受け取ることができるのかなど、災害時要援護者の身になって集合住宅内の環境を確認し、改善しましょう。



防災訓練に参加してもらおう

災害時要援護者や家族などの支援者も一緒に防災訓練に参加してもらいましょう。災害時に必要な支援がより明確になり、そのために解決すべき課題も見えてきます。



災害時の支援

安否確認

フロアごとに高齢者や乳幼児、妊産婦などが住んでいたら、ドアをたたいて声をかけるなど、手分けして安否確認をしましょう。



安全に避難できるように支援する

災害時要援護者など支援を必要とする人やその家族に声をかけ、避難の準備を手伝い、隣近所で助け合いながら避難するようにしましょう。



避難するときはしっかり誘導

高齢者や乳幼児などは手をつなぐ、背負うなどしてしっかり保護しましょう。災害時には1人の障害者に対して複数の住民による救援体制をとり、また、災害時要援護者に対してはマンション内や地域で具体的な救援体制を決めておきます。



困ったときこそ温かい気持ちで

災害時の混乱や被害が大きいほど、誰もが気持ちにゆとりがなくなりがちです。しかし、そんな非常時にこそ不安な状況に置かれた人の立場に立ち、支援していく心構えが大切です。困っている人や災害時要援護者に対して温かい思いやりと真心を持って接しましょう。



復旧活動にも積極的に参加してもらおう

被災後の復旧活動の際、高齢者や子どもたちにも積極的に参加してもらいましょう。何もしていないことが、かえってストレスや体調を崩す原因になります。活動の目標を決めて毎日適度に身体を動かせるように配慮しましょう。



自主防災組織の活動

大災害が発生すると、消防や警察などの防災機関が十分に対応できない可能性があります。そんなとき力を発揮するのが、「自主防災組織」です。自主防災組織は、住民の皆さんが団結して自発的に作る防災のための共助の集まりです。災害に備えて、マンション住民による自治会結成や地域の自治会との連携により、自主防災組織をつくりましょう。

平常時の活動

組織を編成し、本部や班体制など役割分担を明確にして訓練を実施し、緊急時に役立つ活動につなげましょう。

防災計画・マニュアルの作成

- 居住者の世帯・年齢構成に合った防災計画・マニュアルを作成しましょう。
- 防災訓練などで検証を行い、必要に応じて随時修正しましょう。



防災訓練の実施

- 年1回以上の防災訓練を実施しましょう。
- 居住者の訓練参加を促すために、事前に周知しましょう。



安全対策の強化

- 家具類の転倒・落下・移動防止を各世帯にアピールし、補強方法などの相談に応じ、防止器具の取り付けを手伝いましょう。
- エレベーターの閉じ込め対策として、防災備蓄ボックス（例：トイレ〈便袋〉、水、電灯など）を設置しましょう。
- あらかじめ医療機関のリストを作成しておきましょう。
- 防災・医療・福祉・設備・栄養など災害時に役立つ知識や経験をもつ住民の把握を行っておきましょう。



防災資機材・備蓄物資の整備

- ジャッキ、バール、ハンマー、のこぎり、担架、毛布、リヤカー、救急箱などを保管し、それらの使用方法を防災訓練を通して熟知しておきましょう。
- 食糧品、飲料水、簡易トイレセットなどを防災備蓄倉庫に保管しましょう。5階ごとを目安に共用スペースに備蓄しましょう。
- AED(自動体外式除細動器)を設置し、その設置場所や使用方法を熟知しておきましょう。



より身近なフロアやブロックでの活動を

- 大型マンションや超高層マンションの場合、住戸数が多いのでフロアやブロック、あるいは棟別などで活動単位を設定しておく、いざというときの助け合いや連携がとりやすくなります。



管理会社等との事前調整

- 管理会社や設備の保守点検会社との災害時の対応について、事前に調整しておきましょう。
 - ・建物や設備等に被害が生じた場合の対応
 - ・ゴミの集積などの衛生対策の確認
 - ・エレベーター等の修復旧計画の作成 など
- 防災センターが設置されている場合は、その機能について周知徹底を図っておきましょう。



防災
チェック

日中は役員が
いないことも
想定に

平日の日中に大地震が発生した場合、普段から中心的役割を担う管理組合や自主防災組織の役員などが不在ということもあります。組織的な対応が取れるように、災害発生時にマンションにいる居住者で、平日の日中でも対応できる体制づくりも進めておきましょう。

さいがいじ かつどう 災害時の活動

会長や班長の指導のもとに人命を守ることを第一に活動しましょう。

きょじゅうしゃ あんびかくにん 居住者の安否確認

- 高齢者や手助けの必要な人、一人暮らしの人など災害時要援護者を優先して安否を確認しましょう。



しょきしょうか 初期消火

- 火災が発生した場合は、初期消火活動を行いましょう。
- 居住者に、地震後の火の用心を呼びかけましょう。



きゅうしゅつ きゅうご 救出・救護

- 室内に閉じ込められた人の救出を行いましょう。
- けが人が発生している場合には、集会室などに一時的に収容し、搬送および応急手当を行いましょう。



ひなん ゆうどう 避難誘導

- 火災などで危険が迫っている場合は、一時集合場所に集合した後は、速やかに避難場所に移動しましょう。
- 避難は徒歩で行い、集団行動を原則とします。



びちくひん はいぶ 備蓄品の配布

- 食糧品や水などの備蓄品や救援物資を、居住者に公平に配布しましょう。
- 災害時要援護者には、優先的に配布し、高層階居住者には物資の運搬の手助けをしましょう。



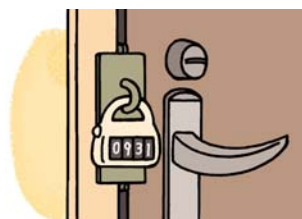
じょうほう しゅうしゅう ほうしん 情報の収集と発信

- 周辺の地域状況を把握し、建物、設備の復旧情報を居住者に掲示などにより提供しましょう。
- 正確な情報を収集し、居住者に伝え、デマなどの防止に努めましょう。



ぼうはん たいさく きょうか 防犯対策の強化

- 居住地域の防犯活動をししましょう。
- 居住者が避難して不在および玄関ドアが施錠不能になった住戸では、補助錠やチェーン、南京錠などによる応急処置を行いましょう。



えいせい かんり 衛生管理

- ゴミやし尿の処理、ペットの管理などの衛生管理をししましょう。



防災 チェック 二次災害の 防止

落下や倒れる危険のある場所はないかなど、建物の状況を把握し、立ち入り制限・利用制限などを実施する必要もあります。

シャルマンコーポ大宮七里自主防災組織の取り組み

東武野田線七里駅から徒歩15分の「シャルマンコーポ大宮七里」は、7階建てと10階建ての5棟からなる集合住宅として、1982年11月に竣工。近隣地域には、さいたま記念病院、見沼区役所七里支所、大型スーパーマーケットが4店舗など、暮らしやすい立地にあり、現在、285戸・約700の方が居住しています。

※これまで紹介した内容について、参照ページを掲載しています。

設立の経緯

シャルマンコーポ大宮七里は竣工から30年超となり、2012年5月末時点で一世帯あたり2.25人、単身高齢世帯は24、高齢夫婦のみ世帯も30を数えるなど、この30年間で高齢化が進行。「高齢者が高齢者を助ける」という考えのもと、同組織はさいたま市防災ボランティアコーディネーターの中村さんが中核になり、7人の役員により集中的に防災活動に取り組んでいます。

大地震発生時には、マンションでの避難生活を念頭に考え、①居住者全員を住戸から敷地内にある児童公園に避難誘導する、②受水槽の水を確保する、③防災資機材の備蓄の充実など、3項目の活動に注力することを決めています。



シャルマンコーポ大宮七里自主防災組織の役員のみなさん
(写真左から、中村さん、小澤さん、水戸さん)

主な活動内容

同組織では、救助活動が始まるまでの約4日間をマンションで避難生活ができるように照明機器、寒暖対策用の送風機や暖房器具、給水装置など、防災資機材の充実に努めてきています。防災資機材は防災倉庫、集会場、電気室など5箇所に使用目的ごとに分散保管し、3か月に一度試験させて維持・管理しています (P15参照)。

防災訓練は消防署の指導のもと、年に一度開催。地震を模擬体験できる「起震車」で震度6、7の体験や、給水装置の作動訓練、初期消火訓練、上層階からの傷病者の搬送訓練などを実施。また、防災訓練の開催時期に合わせて消防署の協力のもと、高齢世帯向けに住宅用火災警報器の設置場所など

今後の取り組み

同組織にとって、自主防災組織を支える人材の育成が課題になっています。来期 (2014年度) 以降、公募により同組織を担う人材を7人程度募るとともに、任期を1期3年とし、その間は管理組合から育成補助金というかたちで資金援助する計画があります。防災リーダーとして、防災資機材の維持・管理を中心に同組織の運営に携わってもらいながら、同マンションの防災活動を担う人材を増やしていく意向です。

の検査・指導などを実施しています (P13参照)。

このほか、単身高齢者を対象に家具類の転倒防止支援や、必要のなくなった背の高い家具の処分の奨励なども行っています。



防災倉庫に保管している防災資機材は、すぐ見てわかるように平面で保管。また、防災倉庫の扉には保管項目が掲示している

特徴的な取り組み

同組織では、指図式 (写真付き) を採用した「災害対応マニュアル」を作成。災害発生時に、7人の役員のうち誰かがこのマニュアルを見るだけで具体的に指示できるようにしているほか、通電火災防止への対処法も記しています。なお、役員等にはドアが開かない場合に備えて、バールを配布しています (P15参照)。

また、マンション内のエレベーターなどを活用して、「目に見える啓発活動」を実施。B4サイズほどのパネルにして、家庭用消火器の各家庭への設置や、連結送水管の位置確認のお願い、台風情報などを写真と説明入りで随時掲載し、防災に関心をもってもらう取り組みを行っています。



災害対応マニュアルは、災害発生時対応手順書のほか、防災資機材の保管場所やトイレ設置用のマンホールなどを写真付きで掲載。見るだけでわかるよう工夫されている

このほか、**女性の単身所有者限定ですが、災害時に空き部屋を同じ単身女性に避難場所として提供してもらう活動**も行っており、居住者同士の共助の取り組みも進めています。

ラムザ自主防災会の取り組み

JR埼京線武蔵浦和駅から徒歩1分の「ラムザタワー」は、さいたま市初の100m超の27階建て高層マンションとして、1998年5月に竣工。商業・オフィス・住宅施設からなる複合施設で、24時間対応の防災センターも常設されています。そのうち、地下1階・1階・8～27階は住宅施設となっており、326戸・約800の方が居住しています。

設立の経緯

2001年5月、大規模災害の発生を想定し、防災訓練の実施や防災備品の整備など、いざというときに備えるため「ラムザ自主防災会」が設立されました。設立にあたっては、竣工時のマンション購入層が30～50代と働き盛りで、マンションならではの「地縁への関心の薄さ」が課題でした。そこで同会は、居住者の身近な組織であることを心がけ、住民の関心・質問・要望を議題に取り上げ検討し、実行できることはすぐ取り組んできました。



ラムザ自主防災会会長の松本さん(中央)

主な活動内容

同会は共助の対策を中心に取り組んでいます。住民には、防災に関するアンケート結果などと一緒に食料や飲料水、非常用トイレなどの備蓄、家具転倒防止措置など自助による防災・減災対策がわかる内容をまとめた用紙を配布。「自助でしっかり対策し、共助・公助につなげましょう」と啓発する一方で、災害時に必要となる防災備品の拡充に注力しており、ハンマーやボール、非常用階段避難車、防水シート、発電機など120品目以上を揃えて、地下1階防災倉庫、1階管理人室、8階集会室などに分散し保管しています(P15参照)。

防災訓練は、「全戸避難訓練」「炊き出し訓練」「緊急地震速報防災訓練(年2回)」「管理組合住宅部会運営委員防災訓練」を毎年実施しています。中でも、ラムザ自治会と共催で「ラムザまつり」を毎年7月に開催。マンションイベントの一環として、防災訓練参加

今後の取り組み

同会では、今後起きるおそれがある東京湾北部地震／茨城県南部地震での想定最大震度6強／6弱の認識普及や啓発活動を行うとともに、家具転倒防止措置の意識向上、防止措置支援を計画中です。

現在、余震での倒壊家具による負傷や火災煙による窒息から逃れるため、避難放送に従って避難し住戸残留はしないよう啓発しています。しかし、負傷などにより非常階段を自力降階できない場合でも、住戸から非常階段付室まで逃げるように啓発しています。そこで、各階付室と災害対策本部(管理人室)の連絡ツールとして、外部電源に頼らないインターホンの導入を検討しています。

者にはお祭りで使用できる地域通貨を配布し、非常階段を使用した「全戸避難訓練」と、防災備品を用いた「炊き出し訓練」を行っています。このほか、消防署の指導による普通救命救急講習会や、非常用階段避難車練習会、防災備品展示、非常用トイレの販売などを開催し、住民の防災知識や技術の習得に努めています(P15参照)。

また、高齢者や非常階段避難困難者など安否確認希望者を毎年調査。東日本大震災のときは、安否確認希望者リストをもとに迅速に安否確認を行いました(P13参照)。



非常階段避難困難者対策として、「非常用階段避難車(キャリダン)」を導入し、12階、16階、20階、24階に1台ずつ計4台を設置

特徴的な取り組み

東日本大震災での経験を踏まえて、**居住者の帰宅困難者対策として、「災害用WEBカメラ」**を導入。災害時には1階ロビーでWEBカメラを稼働し、ラムザの建物被害・家族の安否確認などの情報をリアルタイムで配信。住民はパソコンや携帯電話、スマートフォンなどで指定URLから受像できるようにしました。

また、**同会役員などの指示者不在でも居合わせた住民同士で応急対応できるように、**万能担架や非常用階



段避難車など**主な防災資機材の使用方法がわかるように簡易なマニュアルを添付する**など共助による対策づくりに取り組んでいます。



万能担架の設置場所には使い方の簡易マニュアルも添付されており、誰でも応急対応できる工夫が施されている

かぞく 家族のメモ

| 名前 | 生年月日 | 血液型 | 学校・勤務先 |
|----|-------|----------------|--------|
| | 年 月 日 | Rh プラス マイナス | 名称 TEL |
| | 年 月 日 | Rh プラス マイナス | 名称 TEL |
| | 年 月 日 | Rh プラス マイナス | 名称 TEL |
| | 年 月 日 | Rh プラス マイナス | 名称 TEL |

| いつも通っている病院 | 健康保険証番号 |
|------------|---------|
| 名称 TEL | |

| 避難所名 | 家族が離ればなれになった時の集合場所 |
|--------|--------------------|
| 名称 TEL | |

| マンション管理会社等 |
|------------|
| 名称 TEL |

緊急通報

消防署

☎119

警察署

☎110

- ①まず落ち着いて「火災か」「救急か」「救助か」などを伝える
- ②住所を正確に番地まで伝える
- ③何が（誰が）どうしたか伝える
- ④通報者（自分）の氏名を伝える

災害時は一般の電話はつながりにくくなります。安否の確認などには、NTTの災害用伝言ダイヤルサービスを活用しましょう。

災害用伝言ダイヤル

「171」を覚えておこう!

災害用伝言ダイヤルの使用法

伝言を吹き込む **171** → **1** → (000)0000-0000 → 伝言を入れる (30秒以内)

伝言を聞く **171** → **2** → (000)0000-0000 → 伝言を聞く

●被災地の人は自宅の電話番号を、被災地以外の方は被災地の人の番号を（市外局番から）

ぼうさいかんれん き かんいちらん 防災関連機関一覧

市・区役所

| | | | | | |
|--------|---------------------------|--------|---------------------------|--------|---------------------------|
| ●市役所 | 浦和区常盤6-4-4 ☎829-1111 | ●中央区役所 | 中央区下落合5-7-10 ☎856-1111 | ●緑区役所 | 緑区中尾975-1 ☎874-1111 |
| ●西区役所 | 西区指扇3743 ☎622-1111 | ●桜区役所 | 桜区道場4-3-1 ☎858-1111 | ●岩槻区役所 | 岩槻区本町3-2-5 ☎790-0111 |
| ●北区役所 | 北区宮原町1-852-1 ☎653-1111 | ●浦和区役所 | 浦和区常盤6-4-4 ☎825-1111 | ●水道局 | 浦和区針ヶ谷1-18-2 ☎832-1111 |
| ●大宮区役所 | 大宮区大門町3-1 ☎657-0111 | ●南区役所 | 南区別所7-20-1 ☎838-1111 | ●消防局 | 浦和区常盤6-1-28 ☎833-1231 |
| ●見沼区役所 | 見沼区堀崎町12-36 ☎687-1111 | | | | |

土木・建設

ライフライン

| | | | | | |
|-------------|-------------------------------|-----------------|---------------------------|-------------|---|
| ●荒川上流河川事務所 | 川越市新宿町3-12 ☎049-246-6371 | ●北部建設事務所 | 大宮区大門町3-1 ☎657-1151 | ●NTT | ☎113 |
| ●利根川上流河川事務所 | 久喜市栗橋北2-19-1 ☎0480-52-3952 | ●南部建設事務所 | 中央区下落合5-7-10 ☎859-1151 | ●東京電力さいたま支社 | 中央区本町西4-17-10 ☎0120-995-442 |
| ●江戸川上流河川事務所 | 千葉県野田市宮崎134 ☎04-7125-7311 | ●埼玉県さいたま県土整備事務所 | 南区沼影2-4-7 ☎861-2495 | ●東京ガス埼玉支社 | 南区別所7-1-1 ☎0570-002211 ※携帯電話・PHSの場合 ☎03-5974-2401 |
| | | ●大宮国道事務所 | 北区吉野町1-435 ☎669-1200 | ●東彩ガス株式会社 | 春日部市大場202 ☎0120-1031-24 |

発行：さいたま市役所総務局危機管理部 防災課 電話829-1126 FAX829-1978

平成26年1月発行

制作・印刷：東京法規出版

このガイドブックは150,000部作成し、1部あたりの印刷経費は17円です。



環境に配慮し、古紙配合率100%の再生紙及び植物油インキを使用しています。



ユニバーサルデザイン(UD)の考えに基づいた見やすいデザインの文字を採用しています。

禁無断転載©さいたま市