

高層マンション 防災対策の手引き

「在宅避難」を実現する
自助・共助のすすめ



あいさつ

未曾有の大被害をもたらした東日本大震災。品川区内のマンションでも、設備の破損やエレベーターの停止が住民の日常生活に影響を与えた事例が報告されています。幸いにも、深刻な被害は報告されていませんが、東海・東南海地震などの巨大地震や首都圏を震源とする地震が、いつ発生してもおかしくない状況が続く中、早急な防災対策が求められています。



耐震性・耐火性に優れた近年の高層マンションでは、大地震が発生しても建物が倒れたり、焼失したりするような事態は発生しにくいと言われています。しかし、高層マンションゆえに、大きな揺れに備えた家具等の転倒防止、電気・上下水道・ガスなどのライフライン停止への対応、エレベーター停止時の上下移動などにおいては、特有の防災対策が必要になります。

居住者の安全・安心を確保するためには、災害発生後も自宅で生活を続ける「在宅避難」を基本に、行政などの公的機関による対策(公助)とともに、日ごろから各世帯で備え(自助)を行い、マンション内の住民同士で助け合う(共助)ことにより、互いに支えあって過ごしていくための準備が鍵となります。しかし、マンションで積極的に防災対策を進めているのは、ごく一部にとどまっている現状があります。

この手引きは、区内の高層マンション(主に10階建て以上)や集合住宅の居住者、管理組合の方々を主な対象に、マンション内の各家庭で必要な防災対策の考え方や準備、さらにはマンション単位での防災組織の結成や運営の推進、防災マニュアルの策定へつながるヒントや知見を東日本大震災を含めた過去の地震での事例、区内の防災対策実施の先進事例などを交えながら紹介しています。

品川区といたしましても、この手引きを皆さまと共有し、それぞれの役割の中で、協働して安全・安心のまちづくりを進めていくことが重要と考えております。

皆さまのマンションで、防災対策を検討・推進される際の参考としてお使いいただければ幸いです。

平成25年3月

品川区長 濱野 健

首都圏で、いつ発生するか分からない大地震 高層マンションの防災対策とは？

マンションでどんな被害が起こるか知っていますか？

高層マンションや集合住宅で大地震発生時に起こる被害の特徴を知りましょう。

はじめに・第1章 をみましょう

家庭でできる備えを行っていますか？

備えの有無で災害時の被害の程度が大きく変わってきます！被災後も住み慣れた自宅で“在宅避難”を続けることが可能になります。

第2章 をみましょう

同じマンション内に助け合える人はいますか？

最も早く互いを助け合えるのは同じマンションの住民同士です。被災後の生活でも同じ施設、被害を共有する共同体になります。

第3章 をみましょう

組織で防災の取り組みを進めれば、さらに安心

災害時の活動体制を充実させるための自主防災組織づくり、平常時から行っておきたい活動や震災時活動マニュアルの作成手順などについて知りましょう。

第4章 をみましょう

はじめに

4～7ページ

- (1) 品川区内の高層マンションの現状
- (2) 地震被害想定概要

第1章 大地震発生！

8～15ページ

—高層マンションで発生する被害の特徴

- (1) 長く、大きな揺れ
- (2) ライフライン停止で高層階の住民が難民に
- (3) 帰宅困難者の大量発生
- (4) 復旧過程で起こるトラブル

第2章 “在宅避難”のすすめ

16～23ページ

—家庭内でできる備え(自助)

- (1) 家庭内危険箇所のチェック、家具転倒等の防止
- (2) エレベーター・ライフライン停止への正しい対応
- (3) 正しい情報を手に入れる
- (4) 在宅避難生活への備え

第3章 マンション内の支えあい

24～31ページ

—住民同士での取り組みを始めよう(共助1)

- (1) 品川区内の取り組み事例紹介
- (2) 最も早く助け合えるのは同じマンションの住民同士
- (3) 在宅避難生活においても近隣との協力は不可欠

第4章 防災組織づくり

32～43ページ

—さらに備えを充実させるために(共助2)

- (1) 活動の進め方
- (2) 自主防災組織づくりの準備
- (3) 平常時の活動
震災時活動マニュアル【初級編】 災害発生時の活動フローの作成
- (4) 自主防災組織の立ち上げ
震災時活動マニュアル【中級編】 活動体制の想定
- (5) 年間活動計画をつくろう

品川区で行っている防災施策・支援(公助)

44ページ

震災時活動マニュアル【上級編】をつくろう

45～56ページ

資料編:マニュアルの策定や災害時に使える様式集

57～68ページ

はじめに

(1)品川区内の高層マンションの現状

品川区の平成24年12月1日現在の人口は366,906人、世帯数は201,033世帯で、10年前に比べると人口は約14%、世帯数は約22%増加しています。^(※1) その世帯の約8割が集合住宅などの共同住宅に居住していますが、^(※2) 特に近年は、区内各地域で再開発や古い住宅の建替えに際して集合住宅、特に高層マンションの建設が進んでいます。

品川区には10階建以上の高層マンションが、600棟以上あります。^(※3) 古くからの住宅密集地域である二葉、豊町、中延、旗の台、戸越等に対し、高層マンションは、五反田駅や大井町駅などの鉄道駅周辺の他、臨海部の東品川地域や八潮5丁目等の地域に数多く立地しています。

しかし、これらの高層マンションを階数で見ると全体の90%以上が10～15階の高さとなっており、いわゆる「超高層」と言われ

るような地上60m以上、概ね20階建て以上の建物は全体の7%未満となっています。

品川区内の高層マンションは1970年代から建ちはじめました。今から約30年前の1981年以前に建てられたものは123棟あり、およそ5棟に1棟が旧建築法の耐震基準に基づいて建てられた建物です。これらの建築物の一部においては、耐震強化などの工事が必要と考えられます。

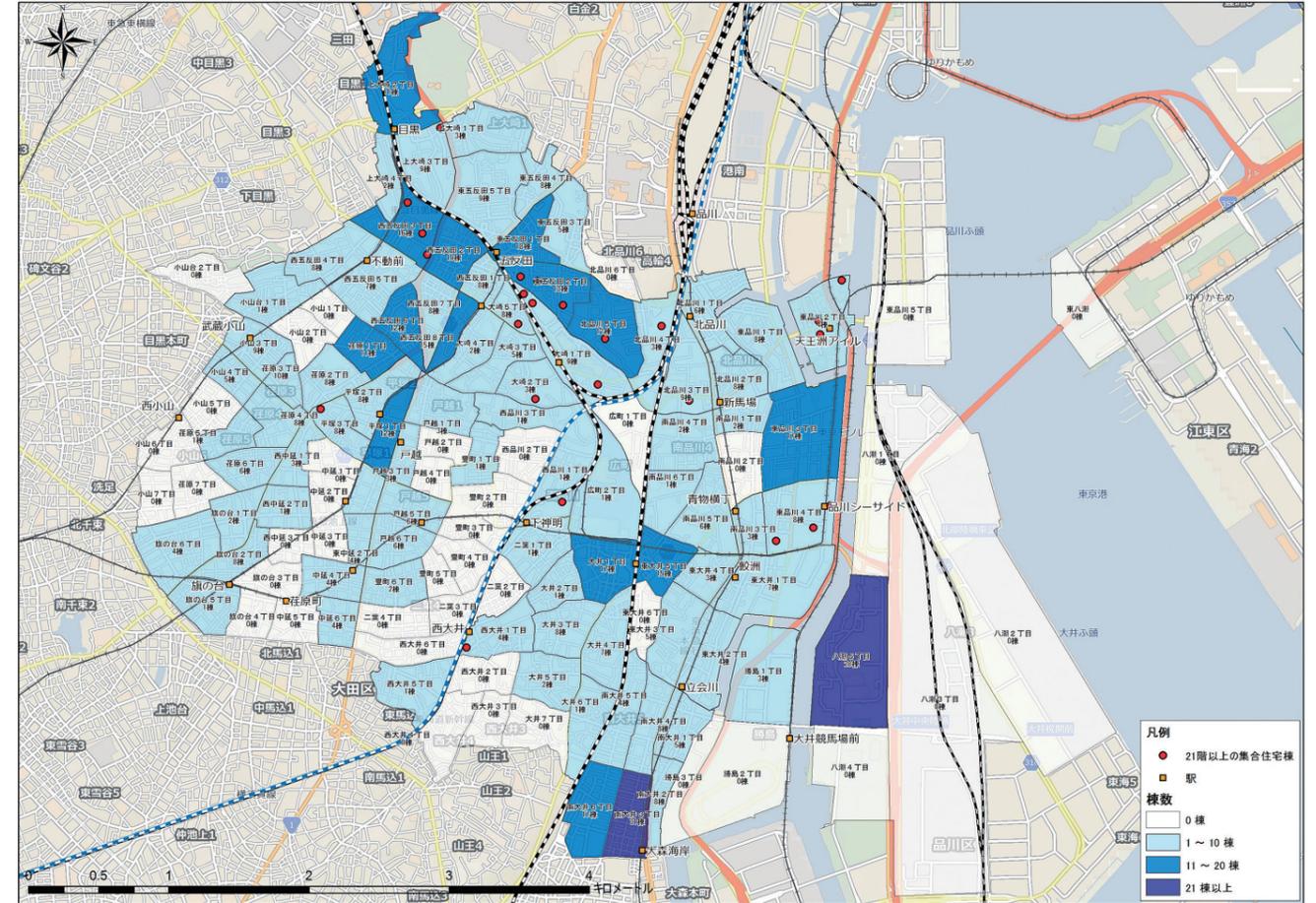
東日本大震災発生時には品川区内の高層マンションにおいても、建物が大きく揺れてガラスが割れたり、壁面にひびが入るなど、施設や設備が破損したり、エレベーターが停止して日常生活に支障が出た事例がみられました。

- ※1：住民基本台帳に基づく。
- ※2：総務省統計局・住宅・土地統計調査 H20
- ※3：一般社団法人東京都昇降機安全協議会による昇降機等定期検査報告を基に推計。

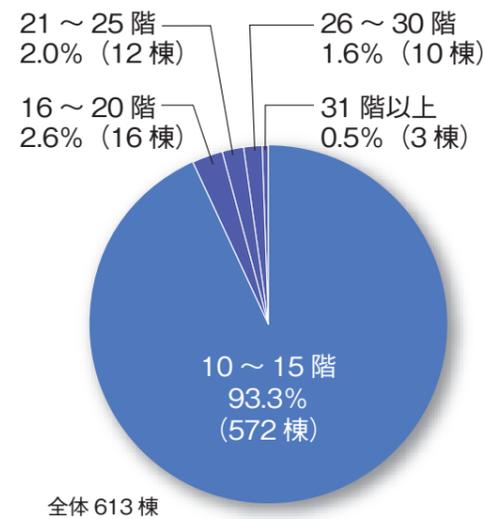


高層マンションが見られる品川区の風景

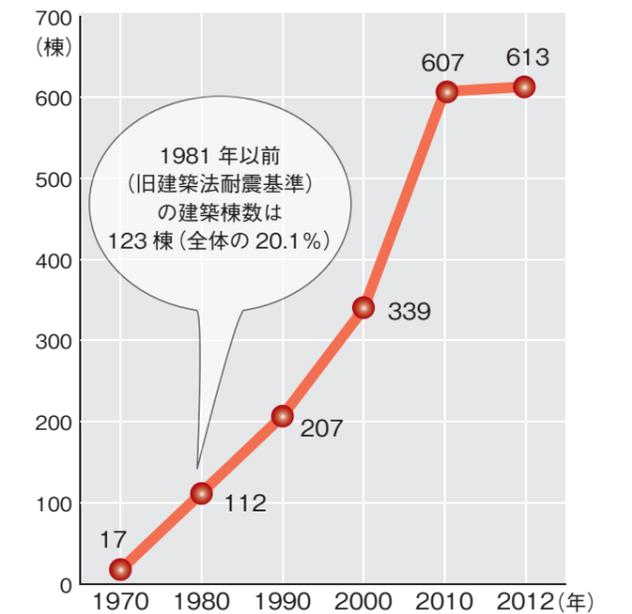
図：町丁別棟数分布(10階建以上の集合住宅)



グラフ：10階建以上の集合住宅棟、階数分布



グラフ：10階建以上の集合住宅棟数の推移



(2)地震被害想定概要

「首都直下地震等による東京の被害想定報告書」(東京都防災会議・平成24年4月)では、今後首都圏で起こりうる4つの地震が想定されていますが、品川区内の被害がもっとも大きいと想定されているのが、東京湾北部を震源とするM7.3の直下型地震、「東京湾北部地震」です。

この「東京湾北部地震」が発生すると、品川区内の96.8%の地域が震度6強以上の非常に強い揺れに襲われると想定されています。さらに、この地震が冬の夕方18時、風速8m/秒の時に発生した場合、品川区内で20,095棟の建物が火災で焼失。5,281棟の建物がゆれ・液状化等によって全壊。779

名の死者、8,016名の負傷者(その内1,376名が重傷)が発生すると想定されています。(以下、これに基づく被害想定を「東京湾北部地震被害想定」という)

また、津波による被害がもっとも大きくなるのは、M8.2の海溝型地震の「元禄型関東地震」の発生を想定した場合です。品川区内

では、満潮時に最大2.61mの津波の発生が想定されていますが、区内沿岸部では、3.5mの防潮堤が整備されています。万一、水門が閉鎖できなかった場合には、一部で浸水被害が生じるものの、人的、建物被害は想定されていません。

表:東京湾北部地震(冬の18時、風速8m/秒) 品川区の被害想定と時間経過による活動想定

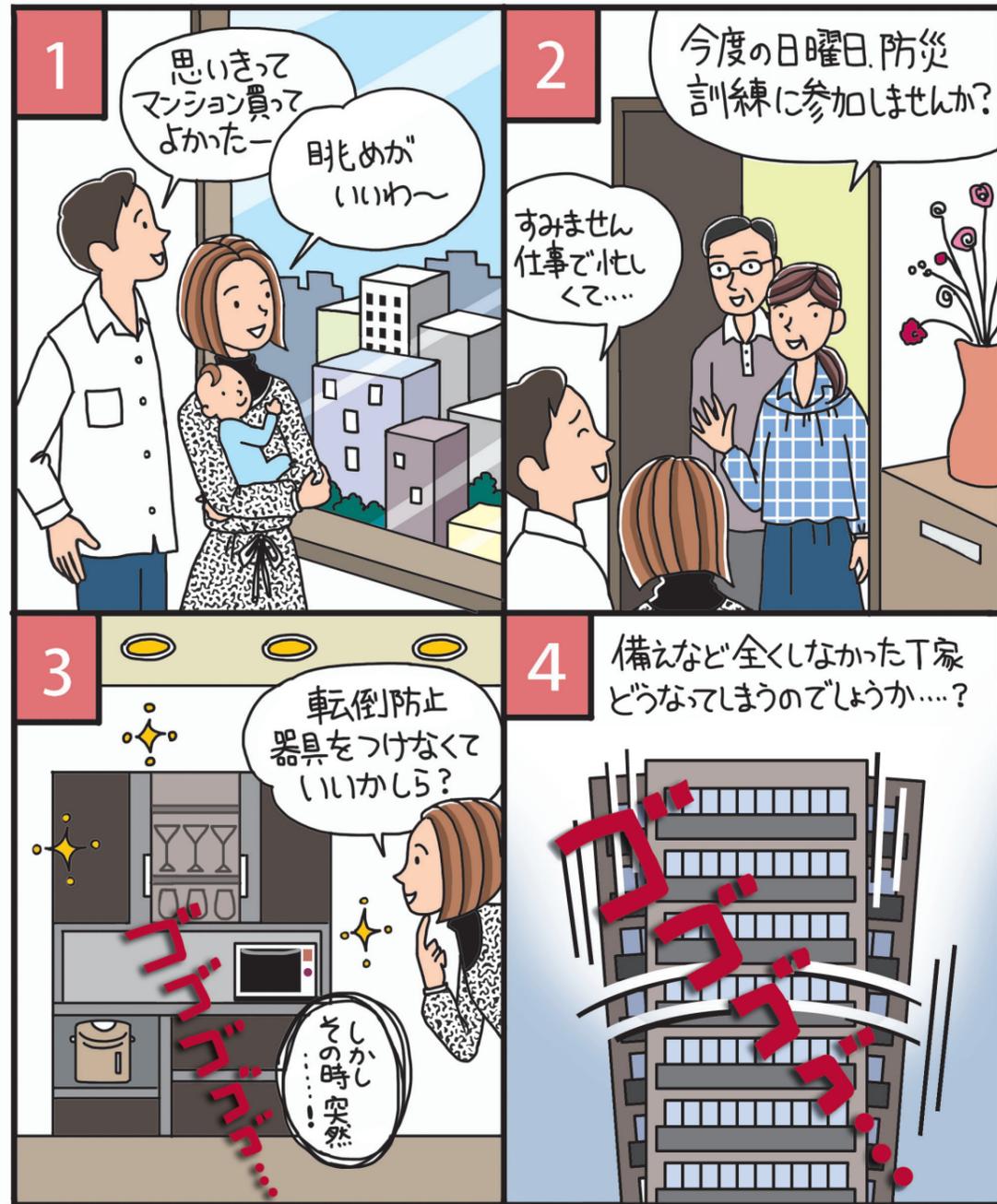
項目		地震発生	2,3時間後～	
被害様相	自然現象	地震動	最大震度7 全域6弱以上	
		液状化	沿岸部中心に発生恐れ	
		土砂災害	急傾斜地崩壊危険箇所等で被害発生恐れ	
	建物	建物被害	ゆれ・液状化等による全壊 5,281棟	余震により被害拡大の恐れ
		火災	火災延焼による焼失20,095棟	延焼継続
	人的被害	死者	779人	医療機関被災、重傷者対応が困難に被災地病院に負傷者集中、混乱発生
		負傷者	8,016人(重傷1,376人)	
	エレベーター	停止370台 閉じ込めも発生	閉じ込め継続の恐れ	
	避難者	自宅建物被害・ライフライン被害等で自宅生活の継続困難	避難所生活者119,932人 避難者合計184,510人(疎開者含む)	
	帰宅困難者	交通機関の停止による帰宅困難者の発生	帰宅困難者東京都全体で5,166,126人 都心部からの徒歩帰宅者の増加	
	交通	道路	細街路を中心に通行不能箇所多発	緊急輸送道路は通行禁止に 通行可能道路では渋滞発生
		鉄道	全列車停止 早期復旧困難	全駅周辺で救助活動等
	ライフライン	電気	電柱等被害発生 停電率47.4%	変電所被害の回復(1日以内)
		水道	配水管被害発生 断水率46.2%	引き続き断水
都市ガス		供給停止16.1%	—	
通信		固定電話不通35.0% ほぼ全域で輻輳	110・119通報がパンク 災害用伝言ダイヤル稼働	
放送		一部地域で地上放送・区民チャンネルの停波 インターネットの不通	停波地域5割以上に拡大	
下水道	下水道管きよ被害28.7%	被害状況調査開始 緊急措置開始		
対応	災害対策本部	区	避難所の開設・運営 緊急物資の調達、物資提供 医療救護所の設置、救助救急活動	
		都	自衛隊への派遣要請、広域応援 災害救助法適用検討 国への報告、国民への広報	

1日後～	2,3日後	1週間後～	1ヶ月後～
余震の発生	(同左)	(同左)	—
—	—	—	—
降雨や余震があれば被害拡大の恐れ		(同左)	—
余震による被害拡大の恐れ		—	—
延焼継続	—	—	—
(同左)	高齢者を中心に持病悪化、(特に冬場は)風邪・肺炎・インフルエンザ等の発病の恐れ		孤独死 被災生活長期化によるストレス
復旧には技術者の点検が必要 大災害の場合、技術者派遣が遅れる恐れ			—
(同左)	(同左)	(同左)	直後と同規模の避難者 →応急仮設住宅等へ
帰宅困難者の継続発生	—	—	—
道路啓開作業のため緊急輸送は困難となる場合も	緊急輸送ルートは確保されるが、平常時より機能は大幅に低下		主要幹線道路は回復 その他は機能低下残る
応急復旧作業開始	応急復旧作業	被害少ない路線から運行	おおむね運行
配電設備復旧作業開始	復旧地域多くなる	6日間で復旧	—
引き続き断水	本格的復旧作業	復旧地域多くなる	1ヶ月で徐々に復旧
—	—	—	—
輻輳継続	徐々に輻輳しなくなる	2週間で復旧	—
被害状況確認 復旧計画策定	復旧作業開始	引込線設備復旧作業	被災箇所以外の放送・品川区民チャンネルの復旧
支障箇所応急復旧作業	(同左)	(同左)	1ヶ月で徐々に復旧
被害情報の収集継続 避難所の運営継続 食料・飲料水等の配給継続 救助救急活動継続 等	(同左) +ボランティア対応 応急危険度判定	(同左) +応急仮設住宅、公営住宅、民間賃貸住宅入居者募集	(同左)
災害救助法の適用 緊急輸送対応 国の報告、国民への広報	(同左)	応急仮設住宅建設開始 公営住宅の確保 民間賃貸住宅の借上げ 住宅の応急修理	(同左) +復興住宅用地確保

大地震発生！

高層マンションで発生する被害の特徴

最近、高層マンションに引っ越してきた若いT夫婦



解説

- 品川区には10階建以上の高層マンションが600棟以上もあります。眺望の良さだけでなく、セキュリティや耐震のシステム、共有の付帯施設などの充実した設備を売りにした新しい物件も増えてきています。
- 地域コミュニティの希薄化が指摘される現代。マンションなどの集合住宅も例外ではありません。むしろ、ご近所づきあいをわずらわしいと考えるからこそ、設備の充実したマンションを住居に選ぶ方もいます。また、特に働いている世代・子育て中の世代にとっては地域コミュニティへの参加意

識があっても、その時間がなかなか確保できない現状があります。

- 想定外の規模で甚大な被害をもたらした東日本大震災。今後は首都圏でも直下型地震をはじめ、大きな地震がいつ再び発生してもおかしくない状態と言われています。あなたの家庭やマンションでは、どのような備えを行っているでしょうか。まず被害や施設の特徴を知ることから始めてみませんか。この冊子を読み進め、ぜひできることから始めてみましょう。

品川区内にも近年増えてきている高層マンション。

この章ではまず、大地震が起こった際に高層マンションや集合住宅で起こる被害の特徴について、みていきましょう。

登場人物紹介

T家
ごく最近、都内のある高層マンションに越してきた若い夫婦。赤ん坊の息子がいる。まだマンション内に知合いも少なく、地域も良く知らない。

S家
T家のお隣に住む壮年夫婦。ご主人はマンションの管理組合役員を務め、防災対策の推進に取り組んでいる。

(1) 長く、大きな揺れ

大地震の発生時の揺れは、高層階であればあるほど、長く、大きくなる傾向があります。

特に、「長周期地震動」という揺れの周期が長い波長を含む地震動が発生すると、震源地から数百キロ離れていても、建物全体が

ゆっくりと、長く、大きく揺れることがあります。

このような揺れの中では、大きな家具が倒れたり、動いたりして、けがや住居破壊の原因となることも想定されます。

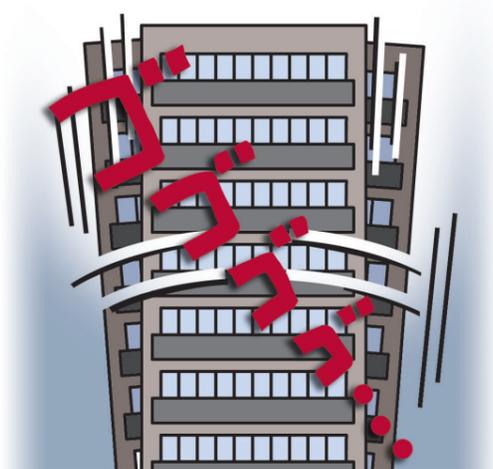
● 長周期地震動による被害 ●

東日本大震災の際にも長周期地震動により、都内の高層建築で大きくゆったりとした揺れが10分近くも続き、オフィスのコピー機が大きく移動したり、天井や窓が破損した例が確認されています。震源地から700km以上離れた大阪でも、このような事例が見られました。

気象庁が行った調査^{*}では、都内の高層ビルの高層階で「船に乗っているような感じだった」「円を描くように、次第に大きく揺れた」などの証言が多く得られています。

長周期地震動は、地震の規模が大きいほど発生しやすいとされており、東海・東南海・南海の三連動地震が発生した場合、都内の高層階の揺れ幅は東日本大震災の時の2倍を超え、揺れが続く時間も長くなるという予想もあります。(工学院大 久田教授による)

※東北地方太平洋沖地震時における長周期地震動による揺れの実態調査(気象庁)



東日本大震災時の体験

高層棟がうねるように揺れた

「高層棟がうねる様に、ゆっくりと揺れている様子が肉眼で外から確認できた。一部のガラスが割れたり、壁面にひびが入ったりした。」

(品川区内の高層マンションSの住民)

(2) ライフライン停止で高層階の住民が難民に

現在、全国の約7割のエレベーターには安全装置がついており、大きな揺れを感知すると、自動的に運転を停止するようになっています。復旧にはエレベーター会社の技術者による安全確認が必要ですが、大災害の場合は技術者が派遣されてくるまでに長期間を要す事態も想定されます。その間の上下移動は階段に頼らざるを得ず、特に高層階では自宅外への出入りが難しくなる住民が多く発生します。

「東京湾北部地震被害想定」によると、区内の半分近くもの地域で電気や上水道の供給が数日から数週間程度停止し、15～30%の地域で下水道やガスの供給が影響を受けます。これらの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、セキュリティシステムなどの設備が使えなくなることがあり、被災後の日常生活に大きな影響があります。

表：東京湾北部地震 ライフライン被害想定(冬の18時、風速8m/秒)

ライフライン	区内の被害想定	復旧に要する期間等
電気	47.4%の地域で停電	全復旧に6日間程度
上水道	46.2%の地域で断水	1週間後あたりから復旧地域が増え、1ヶ月ほどかけて徐々に復旧
都市ガス	16.1%の地域で供給が停止	2ヶ月程度かけて徐々に復旧
通信	35.0%の地域で固定電話が不通に 区内全域で回線が混雑し、ほとんどつながらなくなる	回線混雑が改善し始めるのに数日 地震前の状態に戻るまでに2週間程度
下水道	28.7%の地域が下水管破損等の被害の影響を受ける	1ヶ月かけて徐々に復旧

● トイレの排水問題は特に深刻 溜め置きの水も流してはいけない! ●

断水が起きた場合、または受水槽から水を供給するポンプが停電などで稼動しなくなった場合など、マンション内のトイレは通常の排水ができなくなり、使えなくなります。

このような時、浴槽などに溜めておいた水で流すという方法もありますが、大地震後の高層マンションにおいては、排水管に流すことが被害の拡大につながってしまうことがあります。

東日本大震災では、排水管の破損があった事に気付かず上層階の住民が流した汚水が、下層階で逆流、溢れ出して大きな被害になった例が複数発生しています。たとえ水道が止まらなかったとしても、大地震の直後はトイレに水は流さず、設備の状況等が確認されるまでの間は、災害時用の簡易トイレなどを使うことをお勧めします。

(3) 帰宅困難者の大量発生

例えば大地震の発生が日中だった場合、「東京湾北部地震被害想定」によると、品川区内で道路の混雑や鉄道の運行停止などによって約18万人もの帰宅困難者が発生すると想定されています。繁華街やオフィス街、ターミナル駅周辺のマンションではこれらの

人々への対応も災害発生時の課題の一つとなる可能性があります。

一方、日中は仕事や学校などで不在の住民が多い住宅街のマンションでは、災害発生直後の救出救助活動、避難活動、初期の復旧作業などに人手が不足するかもしれません。

表：東京湾北部地震 滞留者・帰宅困難者発生想定（冬の18時、風速8m/秒）

	品川区	東京都
昼間人口	505,034人	14,948,404人
夜間人口	365,302人	13,131,573人
滞留者	480,501人	13,874,939人
帰宅困難者	179,084人	4,714,314人

※昼間人口は平成17年国勢調査、夜間人口は平成22年国勢調査人口総数による

※滞留者、帰宅困難者については東京都市圏外からの流入者は含まない

(4) 復旧過程で起こるトラブル

① 災害後数日間～数週間

■ 物資の不足

交通機関が停止すると、「ヒト」「モノ」の流通、移動に大きな影響があります。東日本大震災の時も、一時期、都内のコンビニやスーパーから食料品や生活用品が無くなるというようがありました。特に災害発生後数日間は食料や物資の調達が難しくなる事態が想定されます。

■ トイレ・ゴミの問題

トイレの問題は日常生活上、もっとも切実な問題ともいえます。過去の災害では、災害後の生活の中でトイレを我慢したことにより膀胱炎をはじめ、体調・健康を大きく崩した被災者の事例が多く報告されています。

また災害時用の携帯トイレ等を使った場合でも、食料やゴミの問題と合わせて、臭いや廃棄場所の衛生面の問題等が発生し、避難生活が長くなるほど深刻になってきます。



東日本大震災時の体験

遅れてしまったマンション内の対策本部立ち上げ

東日本大震災は発生が14時46分でした。この時マンション内に残っていた居住者は主婦や高齢者が多く、更に大きな余震が度重なって発生したため、駐車場や公園・一時集合場所などで不安なまま何も出来ない状態が続きました。一刻も早く住民の安否確認や災害時要援護者の救援活動を開始する必要があったのですが、多くのマンション管理組合が対策本部を立ち上げたのは、翌日以降になってしまいました。

（『分譲マンション防災マニュアル作成支援ガイドライン』仙台市 より）

東日本大震災時の体験

生ゴミの保管や管理に苦労

停電・断水になり、冷蔵庫での食料保管ができず、コンビニやスーパーも閉じられたままで、飲み水や食べ物の確保が困難な状況でした。食料備蓄をしていたマンションでは、配給や炊き出しを行い、高齢者など非常に助かっていました。

日々発生する生ゴミの保管や管理にも大変な思いをしましたが、マンション敷地内の公園などを有効に活用して、震災ゴミを一時保管し、落ち着いてから処分するようにしました。

（『分譲マンション防災マニュアル作成支援ガイドライン』仙台市 より）

■上下移動の問題

地震の大きな揺れで一度停止したエレベーターは、技術者による点検で安全確認がされない限り、復旧ができません。大災害で多くのエレベーターが同時に停止した場合、技術者が派遣されてくるまでに時間がかかることも想定されます。

階段に頼らざるを得ないエレベーター停止時は、高層階であればあるほど、移動も物資の運搬も大変になります。高層階の住民の中には、自宅に戻れない、自宅から出られない住民も発生してしまうでしょう。

東日本大震災時の体験

復旧に時間がかかることもあるエレベーター

エレベーターは、復旧までに数日かかったマンションが多くありました。エレベーター内壁が崩壊し、復旧に3週間かかったケースや、重大な損傷を受け、半年以上経っても復旧していない事例もありました。

(『震災とマンション』一般社団法人宮城県マンション管理士会・『震災とマンション』編集委員会編より)

②災害からの復旧過程

被災からの復旧に際し、集合住宅で度々発生するのが、修繕に係る意思決定や、費用負担の合意形成問題です。業者と住民、住民同士の間で、意見や見解が対立し、争いが発生

してしまうような事態も東日本大震災の後に発生しています。争いが長期化すると、復旧に思わぬ時間を要してしまいます。

東日本大震災時の体験

修繕積立金や保険加入の有無が復旧時に大きな差に

地震保険に加入していて、保険金が入ったマンションと、未加入だったマンションでは、震災復旧工事の着手に大きな差が出ています。修繕積立金が少なく、保険金も入らないマンションでは、一時金の徴収や住宅支援機構からの借入れなどで、合意形成に苦慮しているところもあります。

(『分譲マンション防災マニュアル作成支援ガイドライン』仙台市より)

東日本大震災時の体験

被害程度の違った住棟間での合意形成に苦労

2棟の建物のうち1棟が大破した一方で、もう1棟はほとんど損傷がなく、被害に対する温度差が住民間にあり、復旧工事についての住民集会で意見がぶつかり合いました。

NPO団体の仲介で、規約上は一体であることや大破した居住者の生活復旧を最優先に、理事会とは別に修繕委員会を立ち上げて、毎月討議を重ねました。修繕費用拠出が大きな課題の一つとなりましたが、損壊の少なかった棟の住民から、「被災支援金の100万円を各世帯で拠出して、修繕の不足金をまかなおう」との提案が出て、合意形成に至りました。

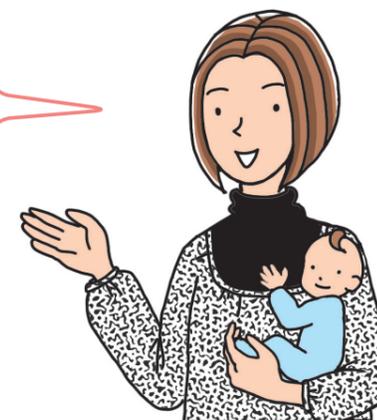
(『震災とマンション』一般社団法人宮城県マンション管理士会・『震災とマンション』編集委員会編より)

第1章まとめ

高層マンションで大地震の際に起こりうる被害とは…

- ・長く、大きな揺れによって、大きな家具が倒れたり動いたりします…P.10参照
- ・水道・電気などのライフラインが停止すると、照明・空調・トイレ・セキュリティシステムなどの設備に影響があります…P.11参照
- ・時間の経過とともに、物資の不足やゴミ捨て場の管理状態の悪化、住民の健康状態の悪化などが心配されます…P.13参照
- ・エレベーターが停止すると、特に高層階の住民の外出や帰宅が難しくなります…P.14参照

マンションにおける防災対策では、これらの被害の特徴を踏まえた対策、備えが重要となります。まず、各家庭での自助、備えとして何ができるのか。第2章でみていきましょう。



“在宅避難”のすすめ

家庭内でできる備え(自助)

ご主人の留守中に起こってしまった地震
T家の奥さんと小さい子どもは無事だったのでしょうか…



解説

1 昭和56年の建築基準法改正により、耐震基準が強化され、また、近年は、建築物の免震・耐震構造に関する構造技術も普及しており、大きな揺れが発生しても、建物の倒壊など大きな被害は受けなくなっています。しかし、先に紹介した長周期地震動などの大きな揺れで家具等が転倒すると、負傷や生活環境の破壊の原因になってしまいます。

2 「東京湾北部地震被害想定」によると、品川区内で約12万人もの被災者が避難所生活を余儀なくされます。
このような状況に対し、区では現在、避難所の確保や防災区民組織の強化などの取

り組みを進めていますが、想定される被害は極めて甚大です。特に災害発生直後の避難所は、物資や情報を求める被災者で溢れかえることが考えられます。

3 4 限られた空間で多くの被災者が暮らす避難所生活では、プライバシー確保が極めて困難です。避難所生活のストレスから心のバランスや身体の健康を崩してしまう方も、過去の災害では発生しています。

避難所に人が溢れる状況や、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継続できる方が、避難所生活よりも良い選択と言えます。これを、区では「在宅避難」と考えています。

災害発生後も住み慣れた自宅で暮らし続ける「在宅避難」。マンション内でこれを可能にするためには、普段から建物内や室内の被害を最小限に食い止めるための防災対策が必要です。そして、ライフラインの停止も想定した食料や生活・防災備品を備えておくことが鍵となります。

この章ではこれらの備えについて、みていきましょう。

東日本大震災時の体験

人で溢れかえていた避難所

防災訓練の際にマンションから避難所までの経路を実際に歩く「防災ハイキング」を行ってききましたが、震災後は止めました。理由は、実際の震災時には避難所が人で溢れかえており、高齢者や子どもを持つ家庭には向いていなかったこと、またマンションの損傷が少なかったことなどです。一方で、震災で明らかになった防災用品や非常備品の準備不足を改善していきたいと考えています。(被災地のCマンション)

(1) 家庭内危険箇所のチェック、家具転倒等の防止

家庭内の危険箇所をチェックし、家具転倒等への予防対策を行うことは、地震発生時のけがを防ぐだけでなく、地震後の生活環境を維持するのにも有効です。普段から大きな揺れを想定した家具の配置を考え、家具転倒防止器具などの設置を進めましょう。

一般に、地震発生の際は「まず机の下など

に潜って頭を守る」ことが基本ですが、高層階で建物全体が大きく揺れた場合、机ごと動いてしまうような事態も想定されます。落下・転倒・移動の可能性がある家具から速やかに離れる方が良い場合があることも考えておきましょう。

● 家具の配置・転倒防止のポイント ●

● 背の高いタンスや棚

- ・ 倒れた時も、ドアや通路を塞いだり、寝具の上に倒れこむことのないような配置にする。
- ・ L字金具、つっぱり式の転倒防止器具などで梁や桁のある壁や天井に固定する。
- ・ 重ね置きはできるだけ避け、重ね置きときは上下の家具を留め金具で固定する。
- ・ 重いものを下の方に収納し、倒れにくくする。

● 食器棚・飾り棚・本棚等

- ・ 扉が開いて、中の物が飛び出したりしないよう、留め金具を設置する。
- ・ ガラスには飛散防止フィルムなどを貼る。
- ・ 食器棚などには滑り止めのマット等を下に敷く。

● その他

- ・ 廊下など、周辺に倒れる家具等の少ない場所に手すりを設置しておくとし、いざという時に掴まることができます。



つっぱり式転倒防止器具、ストッパー式器具(床と家具の間に挟む)の例

● 安全エリアをつくろう ●

就寝場所や出入口の付近には、特に家具等が移動してきたり、倒れ込んでくることの無いよう配置し、通路や安全エリアを確保しましょう。

タンス、ピアノなどの重い家具、本棚、飾り棚など収納物が飛散する可能性がある家具、パソコンやテレビなどの飛び出しは、特に気をつける必要があります。



就寝場所や出入口付近は安全エリアに

(2) エレベーター・ライフライン停止への正しい対応

正しい対処法を覚え、いざという時、落ち着いて行動できるようにしましょう。

① エレベーターに乗っている時に地震が起きた!

- 行き先階のボタンを全て押し、止まった階で速やかに降りる。
- 閉じ込められたら、「非常電話」のボタンを押し続ける。
- むやみに行動せずに救助がくるのを待つ。
- 余震の恐れがある中ではエレベーターは使わない。

② 水道が止まった!

- 飲料水のボトルや、生活のための溜め置きの水を使用する。
- トイレは、災害時用の簡易トイレ・携帯トイレなどを使用する。
- トイレの水を流すのは安全確認がされてから! (排水管の破損があると、漏れ、逆流の恐れがあります)

● エレベーターの安全装置 ●

2009年9月の建築基準法の一部改正により、エレベーターに地震時管制運転装置の設置が義務付けられました。この装置は、地震の初期微動を感知した場合、自動的にエレベーターを最寄の階に停止させ、扉を自動や手動で開けるものです。

あなたのマンションのエレベーターは、どうなっているのか、確認してみましょう。



災害時用のトイレには、各家庭の便器に取り付け、そのまま使用するタイプなどがあります。

● 非常時用飲料水の備蓄のコツ ●

東京都の水道水は、きれいな容器に入れておけばそのままでも3日間は飲料水として使うことができますと言われています。普段から空のペットボトルを数本とっておき、中に水道水を入れて、冷蔵庫に備えておけばいざという時の飲料水として使うことができます。

さらに多くの水を備えておきたい場合は、ポリタンクなどを使用します。

③ 停電した!

- 家電製品のプラグをコンセントから抜き、ブレーカーを落とす。
※電源が入ったままだと、通電した時に、火災などの原因になってしまうことがあります。
- 懐中電灯も備えておく。



ブレーカーの一例

④ ガスが止まった!

- 強い揺れやガス漏れを検知すると、マイコンメーターで自動的にガスが止まる。
※復帰には下のような作業が必要です。
※作業を行ってもガスが復帰しない時は、ガスの供給が停止しており、復帰には時間がかかると考えられます。
※マイコンメーターは、玄関脇の共用部廊下のメーター扉内などに設置されています。

● マイコンメーターの復帰方法 ●

注: ガスくさい時、ガス漏れの疑いがある時は、以下の操作は行いません。

- ①すべてのガス器具を止める(屋外の器具も)
 つまみを戻す
- ②復帰ボタンのキャップを外す
 左に回して取り外す
メーターガス栓は開けたまま
- ③復帰ボタンゆっくり奥まで押し込み、手を離す
 2秒待つ
ゆっくり離す
- ④ガスを使わずに3分待つ
点滅が消えていればガスの使用可
 キャップを元に戻す
3分待つ

● 火災対策も進めておこう ●

阪神淡路大震災の時のように、大地震の時は火災も建物や人的被害の拡大の要因となる場合があります。各家庭やマンション単位で、火災対策を進めておきましょう。

- 家庭用消火器を備えておく
(品川区防災課では、家庭用消火器のあっせん販売を行っています。問い合わせ先 5742-6696)
- マンション共用部での消火器の設置場所、その使い方を確認しておく
- マンション内の消火栓の場所、その使い方を確認しておく

(3) 正しい情報を手に入れる

災害時にはデマ・流言などに惑わされずに、正確な情報を収集できるように備えておきましょう。

停電が発生した場合、テレビや固定電話、携帯電話など、普段頼りにしている情報機器が使えなくなる場合があります。

電池式や自分で充電できるラジオなどを備えておけばいざという時の情報収集に役立ちます。携帯電話によるインターネット閲覧も有用ですが、併せて予備の電池や充電手段を用意しておく必要があります。

品川区では、株式会社南東京ケーブルテレ

ビ(ケーブルテレビ品川 デジタル11チャンネル)、エフエムインターウェブ株式会社(InterFM 76.1MHz)と災害時の協力協定を締結しており、災害時には公的な情報をこれらの放送網から放送します。

また、区のホームページ、災害時に電話会社によって実施される災害伝言サービス(171)などの使い方、近くの地域センターなどの公共施設の場所を知っておくことで、いざという時に正確な情報を入手することができます。

東日本大震災時の体験

不安の中で大切なものは情報

停電になり、テレビやラジオからの情報入手も困難になりました。電話やインターネットもつながらず、デマや不確かな情報が飛び交いました。ガス、水道、エレベーターなども止まり、度重なる余震の中で、何が起きているのか、この先どうすれば良いのかわかりませんでした。そんな状況の中で、マンション内の掲示板に貼られた「電気は5日ほどかかるようです」「食べ物の配給があります」などの情報に非常に助けられた居住者が多くいました。

(『分譲マンション防災マニュアル作成支援ガイドライン』仙台市 より)

● 災害情報交差点 ●

首都圏で震度5強以上の地震が発生した場合、在京ラジオ7局(NHK、TBS、文化放送、ニッポン放送、アール・エフ・ラジオ日本、エフエム東京、J-WAVE)では、1時間毎に1回、約10分間、「ラジオ災害情報交差点」という番組を全局同時で一斉に放送し、主にライフラインや被害状況等に関する情報を放送する予定となっています。毎年、阪神淡路大震災と東日本大震災、関東大震災のあった1月17日、3月11日、9月1日のAM8:46から放送も行っているため、ぜひ聞いてみましょう。

(4) 在宅避難生活への備え

① 食料・水は最低3日分、できれば1週間分

水道水の汲み置きは、そのままでも3日間は飲料水として使うことができると言われています。

食料は、自分の好みに合った、美味しいと思えるものを備蓄しておくといいでしょう。

お薦めする食品は、日持ちが良く味が飽きにくい、他食品との組み合わせが多彩なもの。例えば、クラッカー、缶詰、真空パックのご飯やお餅、そうめん、カップ麺、漬物、梅干や塩、味噌、砂糖、マヨネーズなどの調味料です。

● 食料備蓄のコツ ●

循環備蓄のすすめ

少数品目を一括で購入し、何年もずっと保存しておくのではなく、普段の買物の中で日持ちのするものを少し多めに買って置き、循環させることをお薦めします。それだけで3日分程度の備蓄は十分可能です。乾物や保存食を加えれば、さらに数日分の備蓄になります。冷蔵庫の物を先に食べ、次に常温保存の物、最後に保存食を食べるなど、食べる順番についても予め考えておきましょう。



在宅避難が出来ない場合も想定し、非常用持ち出し袋も用意しておきましょう。

② これだけはそろえておきたい基本グッズ

【安全に過ごす】

懐中電灯、軍手、ヘルメット

【衛生的に過ごす】

災害用トイレ／携帯トイレ、てぬぐい、ウェットティッシュ

【寒さに備える】

防寒着、毛布、ビニールシート

【温かい食事を調理する】

卓上コンロとガスボンベ、ライター

※お湯が沸かせれば、殺菌等も可能になります。

【正確な情報を手に入れる】

ラジオ、携帯電話、電池

③ 普段使っている、無くなると困るものも備えておく

目の悪い方がメガネやコンタクトを無くしてしまうと生活にも影響があります。

その他、処方薬、生理用品、紙おむつ、粉ミルク・哺乳瓶などは普段使っているものを備蓄用として備えておきましょう。ペットを飼っている方はケージやエサ、リードなども必要となります。

また、アレルギーなど、特別な事情のある方は、自分に合った食べ物や薬を必ず備えておいてください。

④ 多用途に使える便利グッズ

- ・ポリ袋
防寒着の代わりに。重ねて空き箱などと組み合わせればバケツ代わりにも
- ・食品用ラップ
食器等に巻けば洗い物を出さずに衛生的に食事ができる
- ・ウェットティッシュ
衛生管理や身体を拭く。最近は大判のものも売っている
- ・缶切り、ナイフ
十徳ナイフなどは本場に様々な場面で役立つ



第2章まとめ

大地震が起こっても、住みなれた自宅で“在宅避難”を可能にするには…

- ・地震の揺れを考えた家具配置や家具の転倒防止で室内の安全を確保する…P.18参照
- ・エレベーター停止・断水・停電などへの正しい対処を知っておく…P.19-20参照
- ・正しい情報を災害時に入手する手段を確保しておく…P.21参照
- ・在宅避難生活に備え、食料や生活備品等を備蓄しておく…P.22-23参照

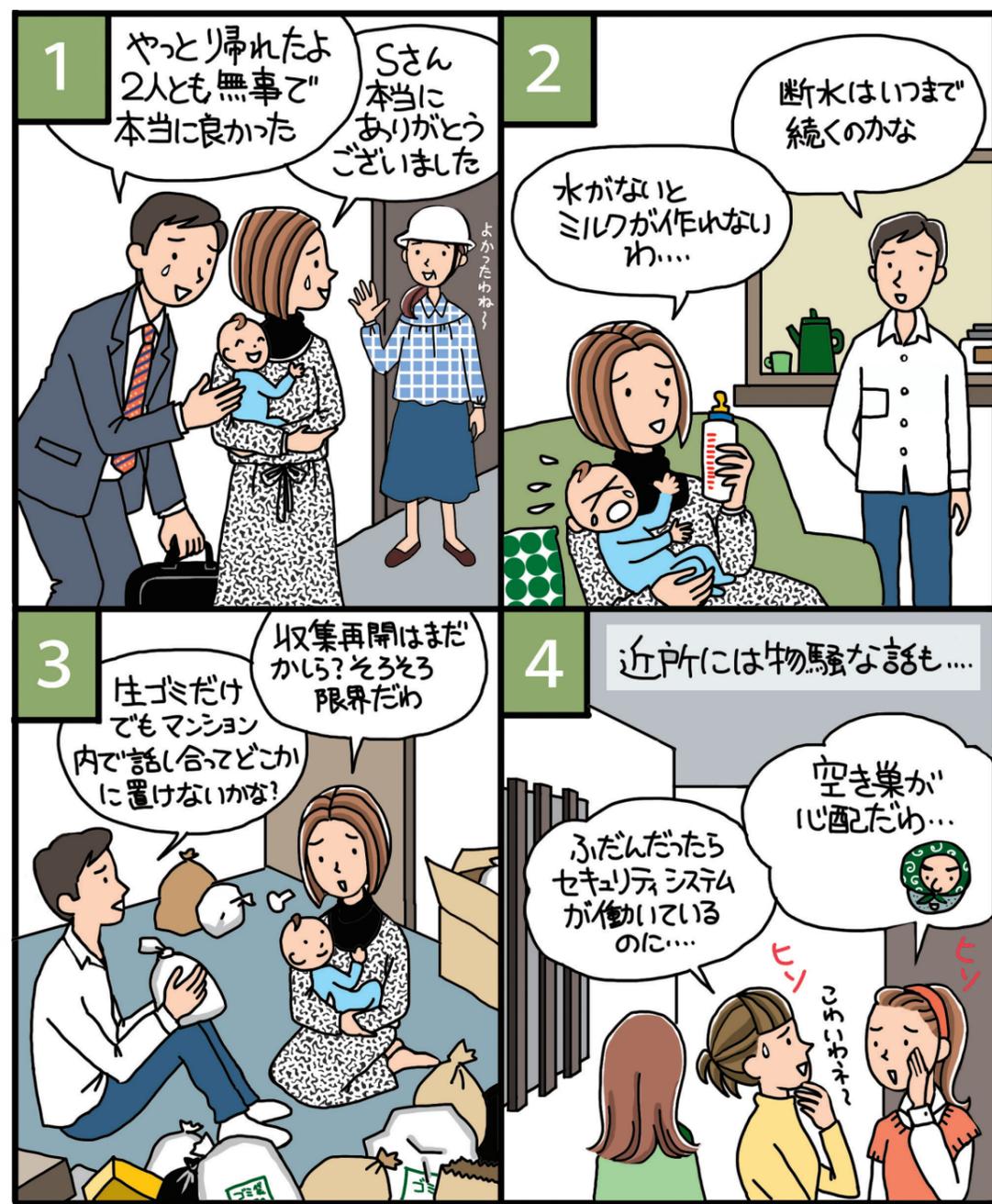
これらに加えて、各家庭単位ではできないマンション単位で行いたい備えや、災害時の助け合い=共助について、第3章でみていきましょう。



マンション内の支えあい

住民同士での取り組みをはじめよう（共助1）

ご主人が不在中に被災したT家、その後どうなったのでしょうか…



解説

- 地震はいつ、どのような状況下で起きるかわかりません。例えば自室に閉じ込められてしまった時、一人で困っている時、最も早く助けることが可能なのは、同じマンション内の住民です。
近隣の方々と普段から、いざという時に助け合えるようにしておきましょう。
- 普段からマンション内の設備の把握や、共同備蓄の準備を進めておけば、大地震時にこれらを有効に使えるでしょう。

- 多くの人が住む集合住宅であるマンションでは、住民一人一人の自助努力では補いきれず、周囲の住民と助け合ったり、協力しなければ、より安全・安心な被災生活を送れない場面に直面することがあります。例えばゴミの管理、停電等でセキュリティシステムが動かなくなった場合の防犯活動などです。

マンションでの「在宅避難」(被災後の生活)をより安全・安心なものとするためには、普段から同じマンション内の住民同士で、いざという時に助け合える関係づくりやマンション単位での備え、被災後のマンションの施設や設備の利用に関するルールづくりなどが必要です。

この章ではこれら“共助”の重要性や効果について、区内のマンションにおける先進取り組み事例を中心にみていきましょう。

東日本大震災時の体験

自助・共助の大切さを実感

防災は自助・共助・公助とよく言われますが、行政に頼らず自分たちで当座がしのげる事前準備の大切さを震災を通じて痛感しました。4分の1ほどが独居者の方なので、安否確認をスムーズに行うことや、要援護者を事前に把握することなどの取り組みが必要と考えています。今は集会室を会場に「一品持ち寄り食事会」を定期的開催し、高齢者や独居者を含め住民同士のコミュニケーションを深めようとしています。

(被災地のBマンション)

(1) 品川区内の取り組み事例紹介

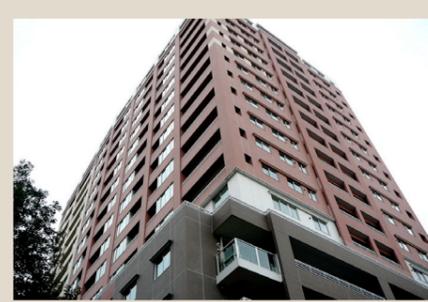
事例①

パークホームズ武蔵小山

地域との関係を重視、帰宅困難者等の受け入れも準備

■ 取り組み内容 ■

- ① 自主防災組織の形成・災害対応マニュアル作成
- ② 帰宅困難者等の受け入れ
施設内集会所を受け入れ場所として区との協定締結
- ③ 防災訓練の実施
住民避難訓練・帰宅困難者の受入訓練 年1回



所在地: 品川区小山
建物概要: 地上19階地下1階1棟08年8月築
居住形態: 約280戸

◆ 取り組みのきっかけはどのようなものですか？

東日本大震災をきっかけに、住民同士で話し合い、以前からあった自衛消防組織を土台に自主防災組織をつくり、災害対応マニュアルを作成しました。住民に地権者が複数おり、地域との交流があったことなども取り組み推進の土台となりました。

◆ 取り組みの内容について教えてください。

管理組合からの提案で、区と災害協定を結んで、帰宅困難者等の受け入れ施設としての指定を受けました。2012年7月には、最寄の駅から帰宅困難者を誘導する訓練も実施し、約80人の住民が参加しました。

耐震・耐火に優れた建物であることから、災害発生時もマンション内に留まることを前提とすること、水・食料は各家庭での備蓄をベースとすることを方針として定め、住民への周知にも努めています。

◆ 苦労した点、今後の課題等は？

訓練等に参加する住民の拡大、防災意識の更なる啓発が必要だと考えています。

苦労したのは、多様なライフスタイルを持つ

住民が参加しやすい組織づくりと、マンションの実態を反映した現実的な訓練シナリオづくりです。専門的知見が必要でした。また、障害者や高齢者などの災害時要援護者を支援するしくみをつくりたいのですが、プライバシーの問題等で、なかなか実態を把握できない面があります。

防災備品や食料等の共同備蓄の案が出されたこともありましたが、費用面で合意を得られませんでした。各家庭がどれだけ水・食料等を備蓄しているか、確認が出来ていない状況です。今後はトイレ対策、高層マンションである利点を活かした通信手段など、地域の防災拠点として住民や地域に貢献していく方法など具体的に検討していきたいです。



帰宅困難者等受け入れ訓練の様子

事例②

大崎ウエストシティタワーズ

災害時の体制・役割分担を「地震災害用ハンドブック」で明らかに

■ 取り組み内容 ■

- ① 備蓄倉庫・貯水槽・電源設備など充実した防災設備
- ② 「地震災害用ハンドブック」の作成
自治会、管理組合、防災センター(管理会社)、住民の役割分担を明確化
- ③ 防災訓練の実施 年2回



所在地: 品川区大崎
建物概要: 地上39階地下2階2棟
09年8月築
居住形態: 約1000戸

◆ 防災対策の特徴を教えてください。

約1,000世帯、2,300人が暮らす大型マンションです。建物・エレベーターとも耐震性が高く、備蓄倉庫、大型貯水槽や汚水桝、7時間運転可能な非常用電源設備など、防災設備が充実しています。備蓄では、住民のための水・食料・毛布・簡易トイレ等のほか、自治会長等と防災センター職員が情報連絡するための無線機も備えています。

ハード面だけでなく、ソフト面も充実しています。防災センター(管理会社)には常時4人の管理会社職員が待機しており、災害発生時に消火活動や施設点検、安否確認等を行う体制を整えているだけでなく、マンション独自の課題を踏まえた「地震災害用ハンドブック」の作成、年2回の防災訓練などを行っています。

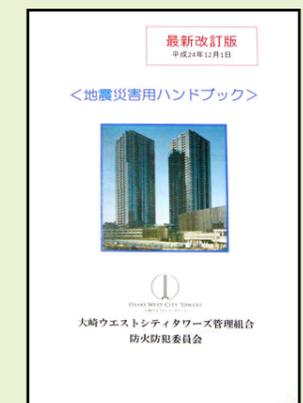
◆ 「地震災害用ハンドブック」はどのようなものですか？

災害時における自治会、管理組合、防災センター、マンション住民のそれぞれの役割分担や具体的な対応方法等を明確化する資料として作成しました。マンション内での在宅避難を前提とし、災害の規模に応じた対策本部の設置、負傷者の救護活動や施設設備の点検などにつ

いて、手順を定めています。地域の消防関係者にも参画して頂いて、1年半かけて作成しました。今後は、作成したハンドブックに基づき、住民の防災意識を高めたいと考えています。

◆ 今後はどのような取り組みを行う予定ですか？

セキュリティが充実している反面、コミュニティが分断されている面があり、フロア単位でのコミュニティ形成に取り組みたいと考えています。また、東日本大震災の際には高層階の住民が余震への不安から、夜間に1階の会議室やゲストルームに滞在した例があり、今後の対応も課題です。周辺のマンションと連携した防災体制整備についても検討したいです。



事例 ③

ファミリー西五反田 東館

班長の一年交代制で理解者を増やす
要援護者リストも作成



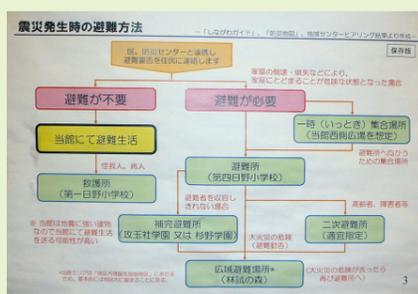
所在地: 品川区西五反田
建物概要: 地上31階 04年3月築
居住形態: 400戸(賃貸)

■ 取り組み内容 ■

- ①班長(各フロア代表者)の配置と防災教育
- ②災害時要援護者リストの作成
- ③防災訓練の実施

◆自治会組織の特徴を教えてください。

18名の執行委員と各フロア1名ずつの班長から構成されています。班長は1年交代制としており、年々、マンション内に班長経験者が増える仕組みとなっています。これにより、若い世代の住民や入居年数が短い住民の声も自治会に届きやすくなっています。班長を通じて住民の中に自治会に対する理解が浸透し、防災訓練や各種イベントに対する住民協力が得やすい環境となってきています。



自治会で避難手順を共有部へ掲示

◆取り組みの内容はどのようなものですか？

班長への防災教育として、年に6回班長会議を開催し、備蓄倉庫などの防災施設の見学、防災ビデオの上映、防災資料の配布・説明などを行っています。

また、災害時に支援が必要な子ども、高齢者、障害者等の所在を調査し、要援護者リストとし

て取りまとめています。要援護者リストは、班長が自治会費を集金する際に、各家庭の同意を得て情報収集し、年1回更新しています。要援護者リストは防災センターで保管し、災害時、自治会役員が利用できるルールとしています。この他、要援護者対策として、エレベーター停止時に高層階にいる要援護者を1階に移動させる訓練も実施しています。



非常用階段避難車キャリダン使用訓練

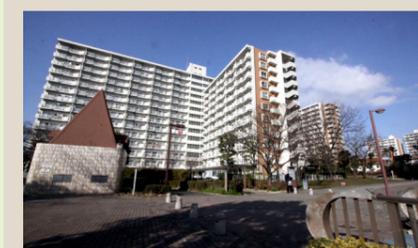
◆今後、どのような取り組みを行う予定ですか？

災害時、1階共有スペースを開放し、地域住民や帰宅困難者を受け入れることを考えています。現在、このために必要な物資備蓄の方法や運用体制等について検討しているところです。物資備蓄にあたっては、東日本大震災を教訓に、水、食料等の他、女性用の物資やトイレ用品なども備蓄する計画です。

事例 ④

潮路南第二ハイツ(24号棟～36号棟)

20年以上続く防災フェア
日常からの交流と活躍の場が鍵



所在地: 品川区八潮
建物概要: 13棟 地上5～13階 84年3月築
居住形態: 約500戸

■ 取り組み内容 ■

- ①自治会と管理組合が一体となった組織運営
- ②20年以上続く防災フェア

◆防災対策にあたる組織の特徴を教えてください。

自治会と管理組合が一体となっており、同一メンバーにあたっています(ただし、役職の兼務は一切無し)。資金管理の透明性が高くなり、細かい費用まで全て記録し、住民に公開しています。防災に係る取り組みの合意形成や実施においても動きやすい体制と自負しています。

◆防災フェアはどのような内容ですか？

20年以上続いている行事です。初期消火、非常時通報、ベランダ間の隔壁を割って逃げるなどの基礎訓練に、AEDの使い方や受水槽の見学など、毎年新しいメニューを付け加えています。実践的な訓練を重視しており、例えば消火訓練には各家庭に配布しているスプレー式簡易消火器を実際に使います。子ども向けに警察と連携したパトカーの試乗会、シールの配布などの工夫も行っています。「炊き出し訓練」を兼ねたカレーづくりも行います。また、あえて寒い時期(12月)に実施し、雨天等においても中止とすることはありません。災害はいつくるかわからないからです。

◆取り組みが長続きしている秘訣は何でしょうか？

日常からのコミュニケーションが重要です。年間を通しておもちつきや、高齢者の集いな

ど、住民が集まるイベントが多くあります。敷地内の畑からの収穫物なども活用し、皆が楽しみながら交流する場となっています。防災委員会は現行委員だけでなく、OBや有資格者などによる「特別委員」制度も設けており、たくさんの方が協力してくれます。一朝一夕にはいきませんが、とにかく何よりも、参加・交流です。また、これらの活動の結果や予告をより広くお知らせするために、ニュース(潮南新聞)の発行も行っています。

◆今後、どのような取り組みを考えておられますか？

昨年は、住民合意のもと、全室の窓ガラスや玄関ドアを震災対応のものに替える施設改修を行いました。今後はマンション住民の一時受入のための管理室の機能強化、水・食料・簡易トイレ等の計画的な備蓄など、マンション住民が在宅避難できる体制を整えたいと考えています。



防災フェア フライバでバルコニーの隔壁を壊す訓練

(2)最も早く助け合えるのは同じマンションの住民同士

ご家族やあなた自身がマンションのエレベーター内に閉じ込められた時、自室で負傷して動けなくなった時、そんな時に最も身近で助け合え、頼りになるのは同じマンションに住む方々です。

大災害発生時には、避難生活などを支える公的支援が機能し始めるまでには、最短でも3日ほどかかるといわれています。近隣の方々といざという時に速やかに助け合えるよう、

日ごろからの“顔の見える関係づくり”が重要です。特に高齢者、障害者、乳幼児、妊産婦、外国人（日本語がよく理解できない方）など、災害時の避難や救出救助活動、災害後の生活面で助けが必要な災害時要援護者が、マンション内でどこにいるのか普段から知り、意識しておくことが災害時のいち早い救出救助につながります。

東日本大震災時の体験

閉じ込め住戸が複数発生 組合が中心となった救助活動

理事長が中心となって全戸を巡回したところ18戸でドアが開きませんでした。ベランダや窓から入り、内側から体当たりをしたりすることでこじ開け、救助に成功しました。閉じ込めの住戸は組合役員の活動で解消することが出来ました。組合の皆さんに感謝しています。

（『分譲マンション防災マニュアル作成支援ガイドライン』仙台市 より）

(3)在宅避難生活においても近隣との協力は不可欠

ゴミの収集がストップした場合、ゴミは自宅で保管することが原則です。しかし、腐りだした食べ物など、衛生的な面から自宅へ置くことが望ましくないものもあります。これらを各自が勝手に廃棄しては、集積場所はすぐにいっぱいになります。さらに、停電でセキュリティシステムが働かなくなった場合の防犯活動や出入りの管理、公的機関等からの救援

物資等の受け取りなど、住民同士で協力しあい、ルールを決めて行動する必要があります。普段は何気なく使っているマンション内の共有スペースや施設も、災害時にはこれらの活動のために、普段と違った使い方が必要となることがあります。これらの運営もマンション内の住民同士で協力して行っていかなければなりません。

東日本大震災時の体験

共有スペースを自主避難スペースとして活用

地震直後に自治会長や管理組合理事経験者等が中心となって、住民に防災センター前への集合を指示。各戸の安否確認の後、約100名の居住者が、徒歩で避難所である近くの小学校に移動しました。しかし、避難所は人で溢れ、100名が入る余地はとて無く、マンションに引き返して1階ロビーと2階集会室を自主避難スペースとして活用しました。乳幼児のミルクのためのお湯の確保、炊き出し等もそこで行いました。備蓄はありませんでしたが、停電で冷蔵庫の中身がダメになることを話し、各戸に協力を呼びかけて、食材の提供を受けました。

（被災地のNマンション 築24年・15階他2棟・200戸超）

第3章まとめ

災害時に同じマンションの住民同士で必要な助け合い＝共助とは…

- ・ 区内のマンションの取り組み事例を参考に、「地震災害用ハンドブック」の作成、要援護者リストの作成、防災訓練の実施などに取り組んでみましょう…P.26-29参照
- ・ 地震発生時には居室やエレベーター内に閉じ込められることがあります。家具の転倒などで負傷者も発生します。同じマンションの住民同士で助け合いましょう…P.30参照
- ・ 同じマンションの住民同士で協力して、被災後のゴミの管理、救援物資の受け取り、共用スペースの活用などのルールを定めておきましょう…P.31参照

あなたのマンションで何ができるか、考えてみましょう。マンション単位での防災の取り組みや防災組織の立ち上げを進める際の具体的な手法や手順について、第4章でみていきましょう。



区内の 取り組み事例

エレベーター停止時に活躍する「おんぶ隊」

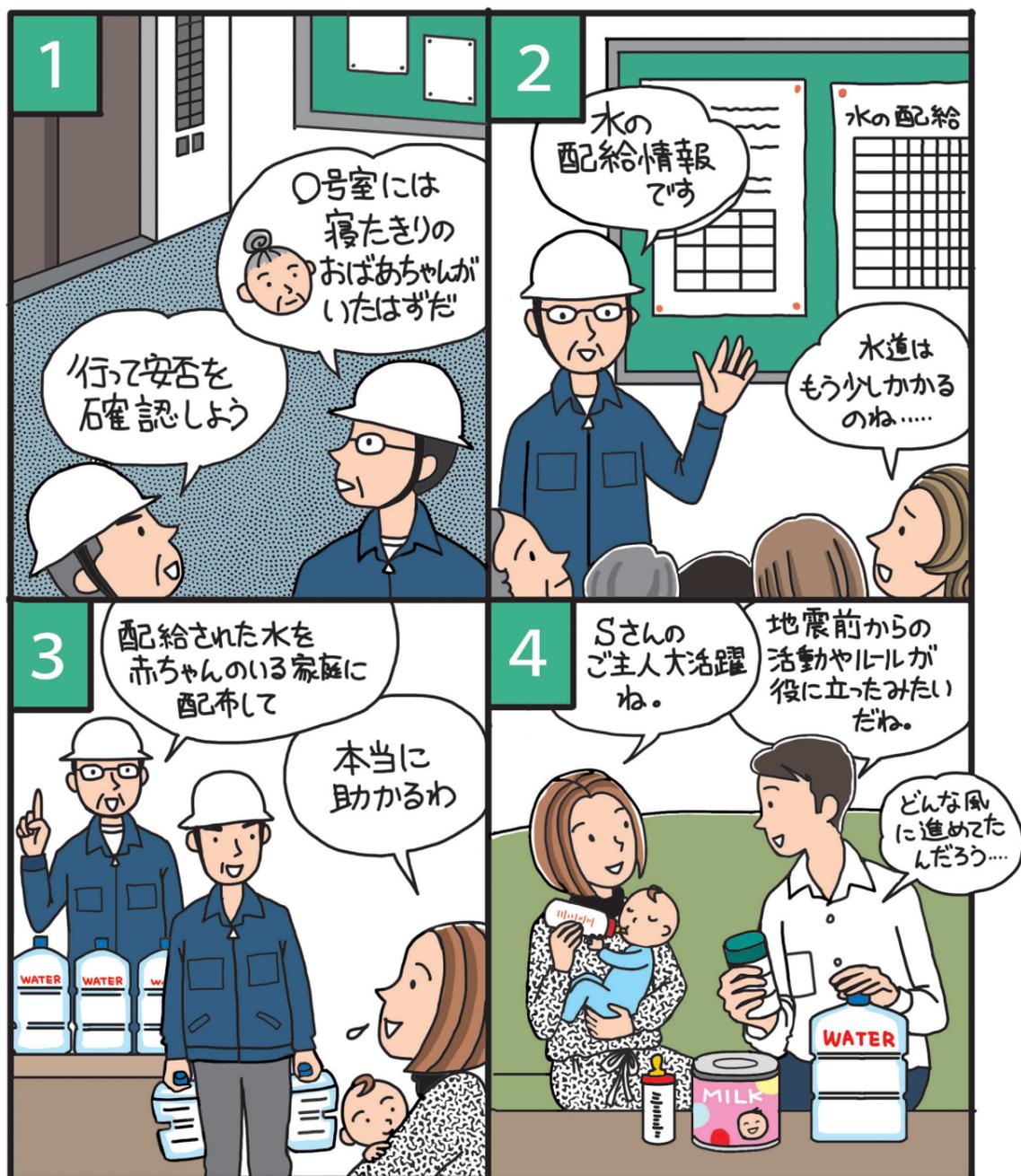
品川区八潮にある潮路南第二ハイツでは、エレベーターが停止した際に、高齢者や障害者、負傷者等をおぶって階段を運べるようにおんぶ紐を自治会で備蓄しています。またマンションでの防災訓練の際に、おんぶ隊を結成し、実際におんぶ紐を使って人を運搬する訓練も実施しています。

日頃の防災訓練と合わせて、ちょっと工夫を加えた新しい体験を取り入れることで、興味を持ってくれる人、参加してくれる人が増えるそうです。

防災組織づくり

さらに備えを
充実させるために (共助2)

一方、マンションの管理組合役員の S家のご主人は…



解説

- 地震発生直後の互いの安否確認活動、救出救助活動は特に日常からの連携や交流による差が出るところです。フロア別などの活動単位の設定や要援護者の把握などを普段から進めておけば、よりスムーズに災害時の活動を進めることができます。
- 大きな災害の後には、流言やデマも含む様々な情報が飛び交います。災害の規模や被害、ライフラインの復旧等に関する公的な信頼できる情報をマンション単位で収集し、住

民へ周知する方法などを予め確認し、準備しておく必要があります。

- マンションで備蓄していた防災備品や支援物資の受け取り、管理や活用、住民への情報の伝達方法や配布の方法なども予め決めておけば、困っている人に速やかに配ることができるでしょう。

防災の取り組みをマンションぐるみで推進し、災害発生時に必要な共助活動を実施するための組織が、自主防災組織です。

この章では、自主防災組織のつくり方、平常時にマンション単位で取り組んでおきたい活動などを具体的にみていきましょう。



区内の 取り組み事例

高層階住民の低層階避難への対応や 地域への貢献の方法を模索

品川区大崎にある大崎ウエストシティタワーズでは、東日本大震災の際にも大きな被害はありませんでした。しかし、一部の高層階の住民が余震への不安などから、夜間に1階のロビーや共有スペースに滞在したため、震災以前から備蓄していた毛布などを活用しました。

高層マンションにとってエレベーターは必要不可欠です。そのため、災害発生時にエレベーターが停止した場合に備えて、マンション管理会社と協力し、独自の安全点検要員の確保について検討しています。また、停電の際、より長くエレベーターを稼働できるように、非常発電設備の燃料確保も今後の課題です。

その他、施設内の未利用スペースに周辺地域の防災備品を預かったり、備蓄品の地域への提供など、地域と連携、地域に貢献できる方法の検討を進めています。

(1) 活動の進め方

マンション単位で防災対策を推進していく際の活動の進め方の一例を示します。

自主防災組織づくりとともに進めていきたいのが、震災時活動マニュアルの策定です。

震災時活動マニュアルを策定しておけば、いざという時の防災活動がよりスムーズにな

ります。マンション内に情報発信しながら、段階的に取り組みを進めていくことで、住民の防災意識を高め、理解者・協力者を増やしながら進めていくことができれば、より実践的なマニュアルができるでしょう。

■活動の進め方の例

自主防災組織づくりの準備 (P.35)

- ① 検討チームの立ち上げ
- ② 日常からの関係づくり
- ③ 活動情報を発信して防災意識の啓発



(2) 自主防災組織づくりの準備

①検討チームの立ち上げ

分譲マンションの場合、管理組合や自治会組織をベースに自主防災組織を形成することをお勧めします。役員の中から協力者や理解者を集めて、まずは数人による「検討チーム」を立ち上げ、管理組合や自治会の定例会等の場で提案していきましょう。有志で立ち上げる場合も、管理組合等に承認してもらうことを目指して準備を進めましょう。

検討過程では、管理会社や専門家（マンション内に詳しい方がいるかも知れません）等にも相談してみましょう。

【賃貸住宅の場合】

賃貸住宅は、管理組合や自治会が存在しないのが一般的です。そこで、マンション住民の自主防災組織の立ち上げに対する調査や検討の場を、自衛消防訓練やイベント等の場などで企画してみましょう。そして、その参加者の中から協力者を集めることを始めます。

②日常からの関係づくり

自主防災組織づくりの話し合いや、担い手探しを進めるには日常からの居住者間の関係が重要です。日常のあいさつなどから、互いに顔の見える関係づくりに努めましょう。

地域の町会や自治会に加入することも良いでしょう。その他、地域行事などを通じて住民同士の交流を深めたり、おもつきやバーベキューなどの有志参加の交流行事を企画し、

その中で少しずつ防災の話を深めていった例もあります。

③活動情報を発信して防災意識の啓発

防災に関する取り組みを始めたら、その検討や活動の経過をマンション内の居住者に情報発信しながら進めていくことが大切です。回覧や掲示板を活用したり、ニュースの発行などを通じて、活動の経緯や検討結果をお知らせしましょう。

日ごろから、区のホームページ、「災害にそなえて」（品川区トップページ→もしものときは→災害にそなえて）などに掲載されている災害に備えるための情報、防災施策に関する情報を収集して、参考にしておきましょう。マンション単位で備えたい防災備品のあっせん販売や、建物の耐震化に関する情報も掲載されていますので活用しましょう。

防災対策への認識や関心を高め、仲間を増やしながら、検討を進めていく工夫が重要です。最初は反応が鈍いかも知れませんが、地道に続けることで少しずつ協力者が増えていった事例もあります。

(3) 平常時の活動

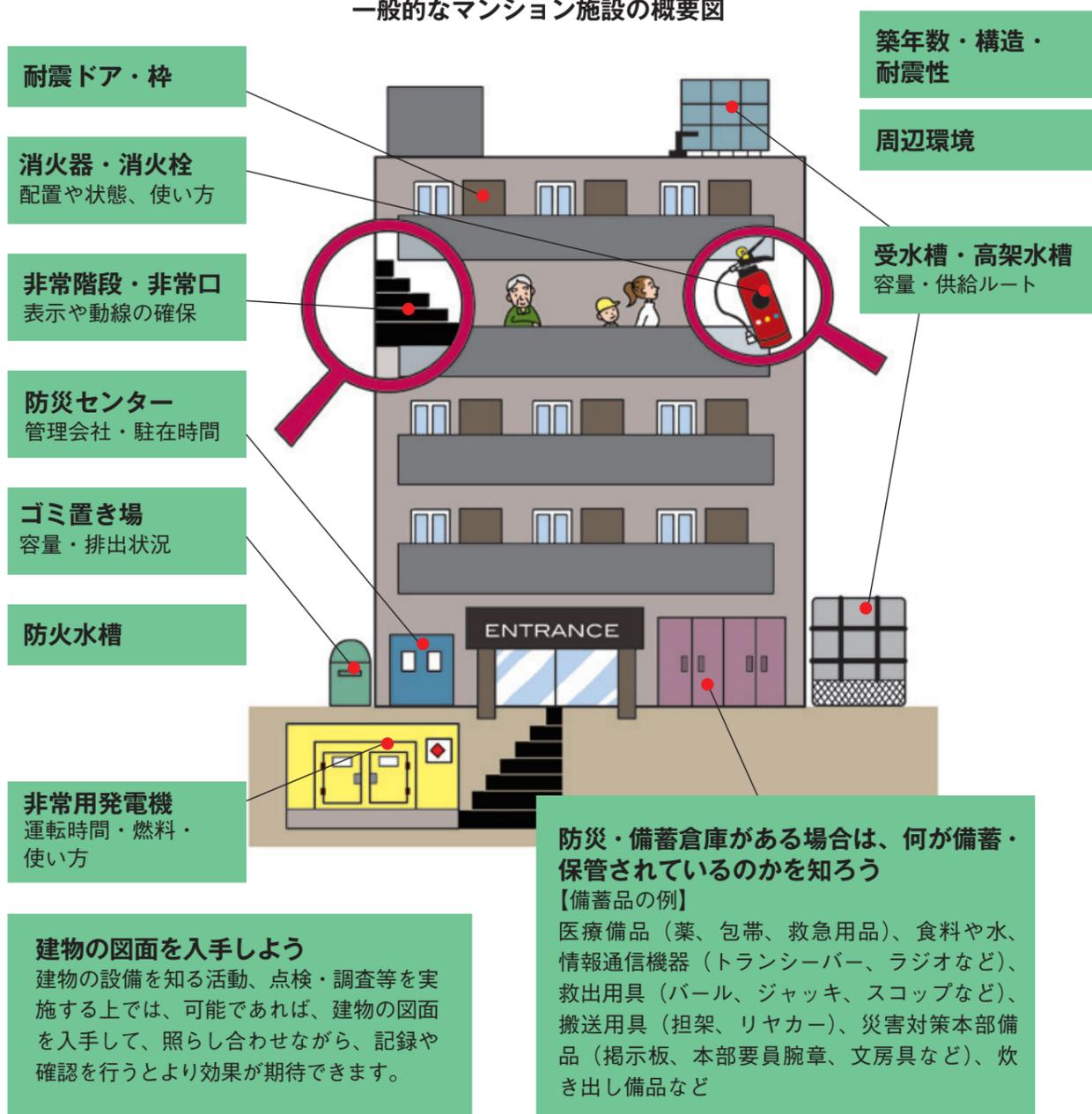
① 建物・設備を知る活動

防災対策を進めるにあたっては、まずお住まいのマンションの建物や設備の特性や実情、周辺環境等を把握し、それに合わせた対策を

進めていくことが重要です。

以下のような設備の有無や場所、状態を確認してみましょう。

一般的なマンション施設の概要図



② 住民を知る活動

同じマンション内にどんな人たちが住んでいるのか、普段生活しているだけではなかなか知る事のできない情報をアンケート等で調査し、いざという時に活用できるよう整理しておきましょう。

防災目的であることをアピールし、きちんとした個人情報の管理を行えば、多くの住民が協力してくれるはずです。

アンケートのひな形例を資料編に掲載いたしますのでご活用ください。

【調査事項の例】

■災害時要援護者

高齢者、障害者、乳幼児、妊産婦、外国人など災害時に助けが必要な住民の存在

■災害時協力員（マンション内で災害対策本部に協力できる人材）

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存在

■各家庭の防災対策実施状況・防災意識

■その他防災に関する住民の要望や不安、意見・疑問等

③ 被害の想定と防災訓練

建物・設備や環境、住民など、得られた情報を基に、災害発生時にどんな事態がマンション内で起こるか想定してみましょう。そして、見つけた課題に応じた防災訓練を企画すれば、防災対策の充実、住民の防災意識の向上に、より効果的です。

課題がなかなかわからない場合は、防災の専門家などを招いた講演会やワークショップなどの開催も有効です。

（例）

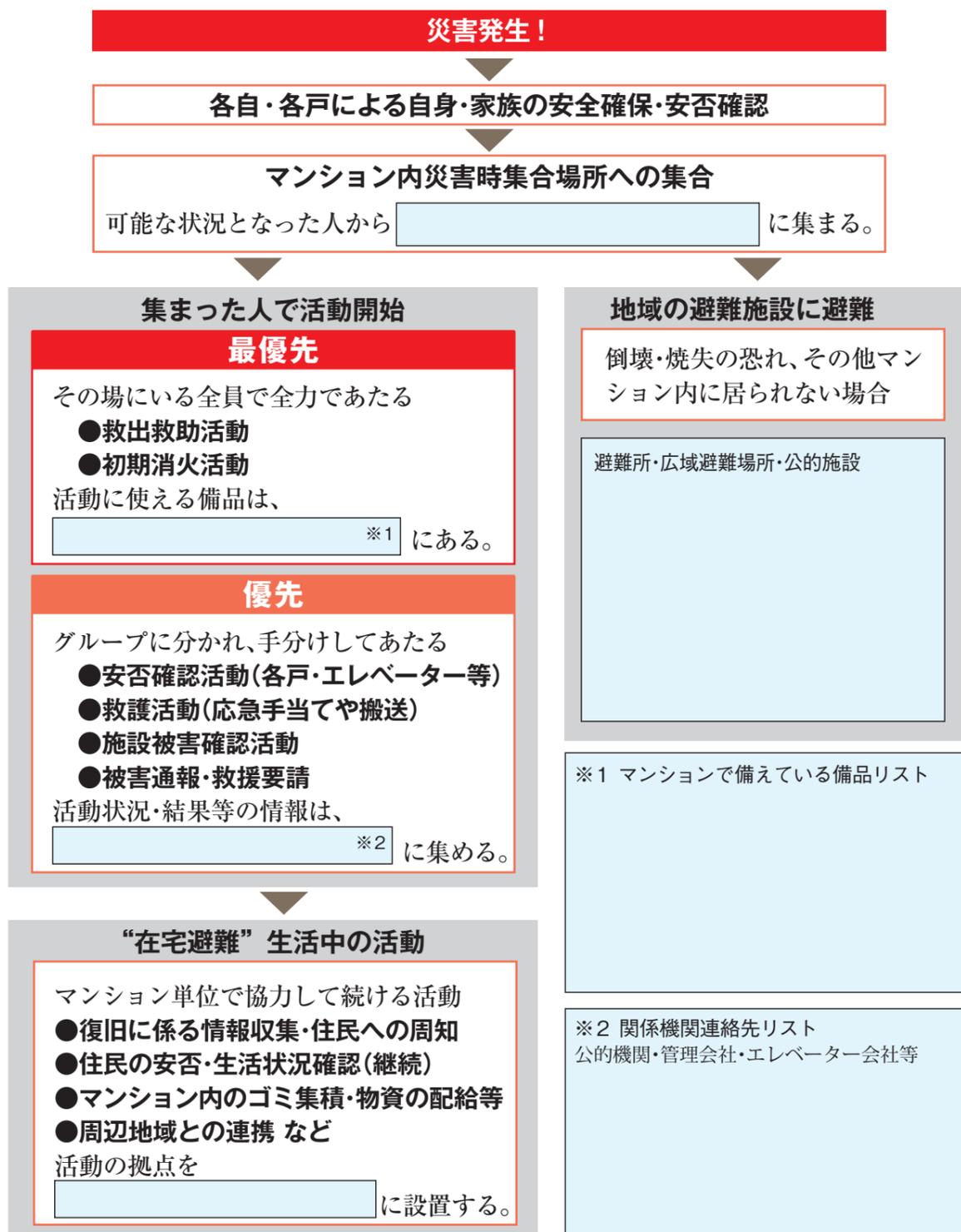
- ・ ゴミ置き場は何日でいっぱいになってしまうのか。
- ・ 断水や停電にはどのような対応ができるのか。その対応は何日有効なのか。
- ・ 誰が防災倉庫の鍵を開け、防災備品をどのように使うのか。
- ・ 安否確認や負傷者の搬送、初期消火などの活動をどのように行うのか。
- ・ 救助要請や情報の収集、発信をどのように行うのか。

最初は、自衛消防組織の訓練の時に、マンションの実情に合わせたプラスアルファのメニューを取り入れるなど、簡易な形で行えるよう工夫してみましょう。

※自衛消防組織：消防法第8条に該当する防火対象物を含む建物で延べ面積が1,000㎡以上ある場合などに設置・活動が義務付けられている。

震災時活動マニュアル【初級編】 災害発生時の活動フローの作成

地域の施設や関係機関の連絡先の他、マンション内での災害発生時の集合場所や防災備品の置き場などを定め、マンション内での周知を図ります。



38 ※完成したら…マンション内に掲示する、各戸に配布・回覧するなどして、周知を図りましょう。

(4) 自主防災組織の立ち上げ

それまでの防災対策の推進・実施に関わってきた人たちを核に、自主防災組織を立ち上げます。

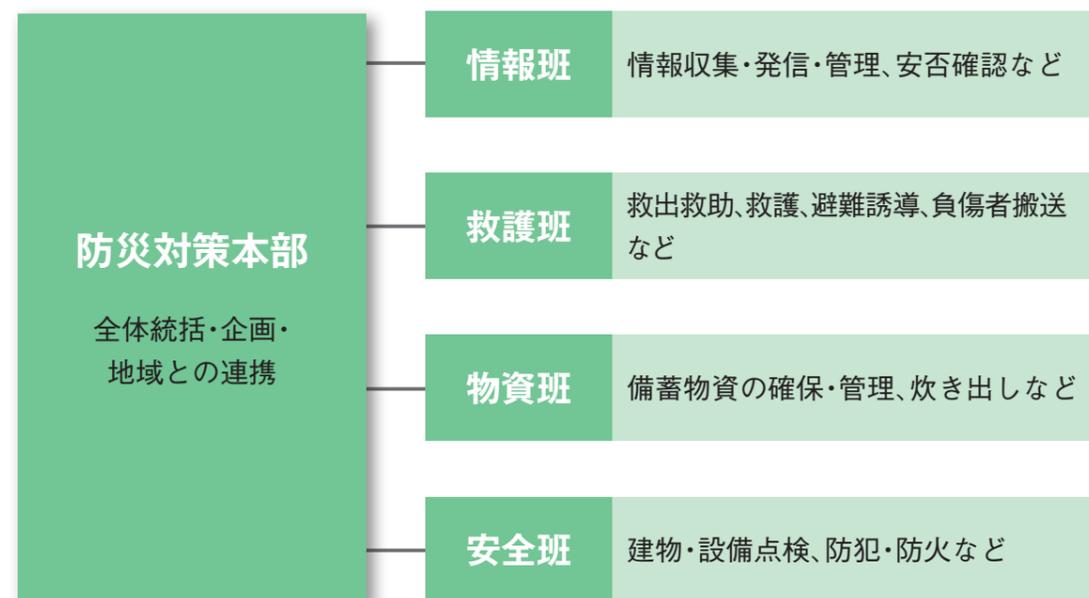
組織の平常時における体制例は以下のとおりです。

戸数の多い大規模なマンションの場合は、全居住エリアからバランスがとれた参加者を確保するための配慮も必要です。フロアや棟などの単位ごとに数名ずつ選出して、それぞれの単位ごとの代表を決めておくと、災害発

生時の体制が組みやすくなります。

メンバーや各部門の代表者などは、できれば数年おきに交代するよう心がけましょう。特定の個人やグループに負担が集中しないようにすると同時に、マンション内での防災に関する理解者を増やしていくことにもつながります。また、組織が固定化してしまうと、組織としての柔軟性を欠き、有事に活動がしにくくなってしまいうことにも繋がりがかねません。

平常時のマンション自主防災組織体制図(例)



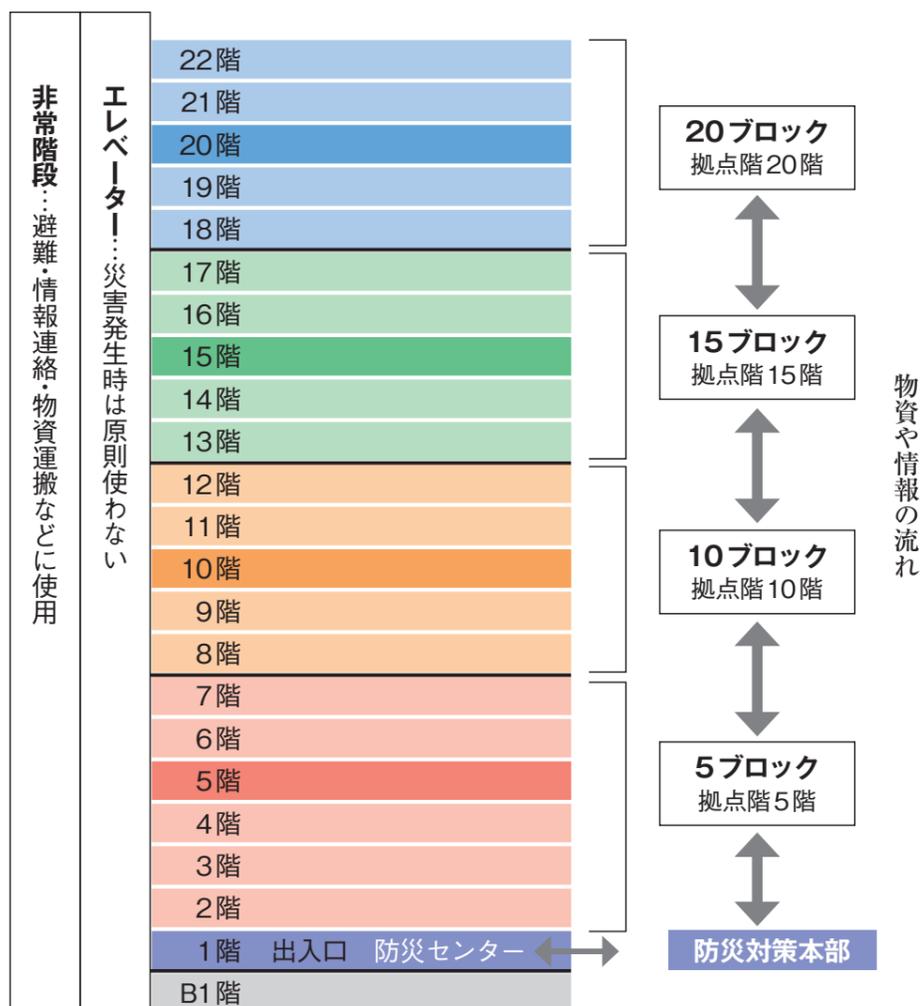
● より身近なフロアやブロックでの活動単位づくり ●

住戸数の多い、大型マンションや超高層マンションの場合、フロアやブロックごと、棟別などの活動単位を設定しておく、いざという時の助け合いや連携が取りやすくなります。

活動単位は、階段での移動が比較的容易な、4～最大6フロア程度とし、中央階や中央地点を災害発生時の集合階・集合場所とします。日常の交流や活動においてもこの単位を意識しながら進めてみましょう。また、設定した単位の名称には集合階・集合場所名を入れるとより早く覚えてもらうことができます。

災害発生時には、安否確認等はこの単位をベースに行い、マンション全体の情報連絡や物資の受渡し等もこの単位間のリレー方式で行えば、よりスムーズに必要な活動を行えます。

■大規模住宅のブロック単位設定例



● 住宅の規模やタイプに応じた震災時活動マニュアル ●

震災時の活動については、大きくは共通の流れがありますが、詳細においては住宅の規模やタイプに応じた検討が必要な場合があります。

1) 小規模マンション

タイプ： 戸数が少ない小規模住宅。防災センターや防災設備などの施設がなく、管理人等も駐在（定時）であることが多い。

連絡体制： 各階⇔対策本部 各階の情報をリレー形式で連絡する体制を構築します。

その他： 管理人が不在の時間帯の対処、活動体制等の確認・検討が必要です。



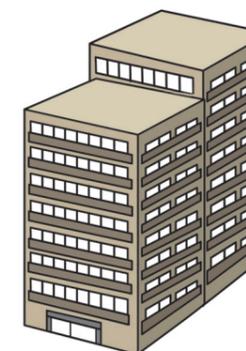
2) 大規模マンション

タイプ： 戸数が多い大規模住宅。防災センターや防災設備などがあり、管理人も常住（24時間）であることが多い。高層棟がある場合は、エレベーター停止時の階段移動の問題等がより顕著となる。

活動単位： ブロック等の活動単位を設定しておきます。（P40参照）

連絡体制： 各階⇔拠点階⇔対策本部 各階の情報を複数階でまとめ、情報連絡設備等を活用して連絡する、段階的な連絡体制を構築します。

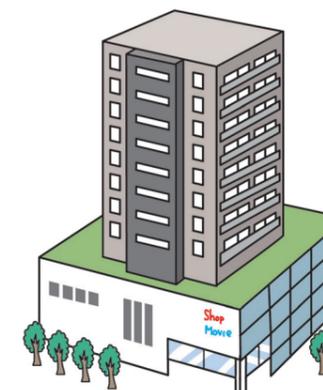
その他： 高層階住民の待避所や救護所の設置の検討、所有している防災設備の活用方法（例：防災倉庫、各戸インターホンや非常電話などの情報連絡設備）について、検討が必要です。



3) 複合用途マンション

タイプ： 店舗や事務所等の用途が同一建物内にある住宅

検討事項： 災害時はそれぞれ、居住者は居住者、事業所は事業所での活動が基本となっていますが、マニュアルを検討する際には、建物の管理体制の確認とともに、事前に互いの状況を把握して協力できる内容を整理しておく必要があります。特に、連絡方法や活動内容について、事前に共通認識をもつことができれば災害時の混乱発生を防ぐことができます。



震災時活動マニュアル【中級編】活動体制の想定

平常時や災害発生時におけるマンション内での活動単位や活動体制の想定をしましょう。平常時における各役職は1年～数年任期で交

代することとし、活動が進んできたら、活動グループ単位ごとにも設定するなど理解者・協力者を少しずつ増やしていきましょう。

①防災活動のグループ単位表 マンション名

グループ名	ブロック範囲	戸数	平常時代表	災害発生時集合場所
(記入例) 南棟中層	南棟 8～12 階	30 戸	1111 号室 ●●	南棟 10 階東側EV前ホール

※戸数の少ないマンションの場合は設定の必要はありません。

②防災活動のグループ役割分担表 グループ名

役割	氏名	棟・部屋
代表		
情報班	班長	
	班員	
救護班	班長	
	班員	
物資班	班長	
	班員	
安全班	班長	
	班員	

※災害発生時は上記体制にこだわりすぎることなく、集まったメンバーで緊急性を要する活動から速やかにあたります。

※代表ほか、各担当の任期は()年とします。

※完成したら、初級編の活動フローと合わせて掲示・回覧等で周知に努めましょう。

(5) 年間活動計画をつくろう

組織を立ち上げたら、定期的に会合を持つようにして、防災対策・活動の検討・推進、定着化、住民の意識啓発等に努めましょう。そのためには、おおまかでも良いので、年間の活動計画をまず立てることが重要です。年間活動計画は例えば右のようなものです。

活動計画は実現性のある無理のないものから始めましょう。特に防災訓練や地域イベントの参加においては、最初は交流を深めることを目的とし、子ども連れや若い人が参加、

興味を持ってくれるように内容を工夫すると良いでしょう。

4～6月	総会開催・年間活動計画作成 災害時要援護者の確認
7～9月	広報誌発行 応急給水所の確認 地域イベントへの参加
10～12月	避難誘導方法・避難経路の確認 地域の防災訓練への参加
1～3月	広報誌発行 建物・設備の点検・確認

第4章まとめ

自主防災組織づくりの準備…P.35参照

・ 検討チームの立ち上げ、交流の場づくり、活動情報の発信による住民の防災意識の啓発など、組織づくりの準備を進めましょう

平常時の活動…P.36・37参照

・ 建物・設備を確認することで防災対策の課題を見つけましょう
 ・ 同じマンションに住む住民を知り、平常時や災害時の活動体制に活かしましょう
 ・ 起こりうる被害を知り、防災訓練を実施しましょう

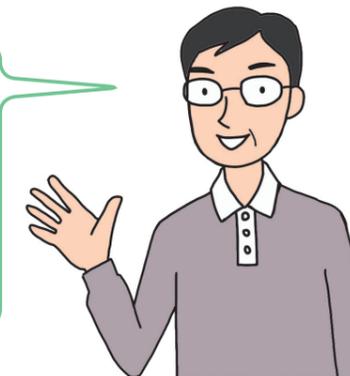
自主防災組織の立ち上げ・年間活動計画の作成…P.38～41、43参照

・ マンションの実情や規模に合わせた活動体制を組みましょう
 ・ 活動の定期化、継続のために、年間活動計画を作成しましょう

震災時活動マニュアルの作成…P.38・42参照

・ 災害発生時の活動フローや活動体制の想定など、震災時の活動マニュアルの作成を進めましょう
 ・ 活動を通じて、その都度マニュアルを見直し「在宅避難」を実現させましょう

最後に品川区の防災対策支援(公助)、そして震災時活動マニュアルの上級編、役割分担に基づく活動や組織運営の手順まで定めたマニュアルのひな形をみてみましょう。



品川区で行っている防災施策・支援(公助)

1. 耐震化支援事業

品川区では、品川区耐震改修促進計画に基づき、アドバイザーの派遣や耐震診断・補強設計・改修工事費用の助成により、マンションの耐震化を促進しています。

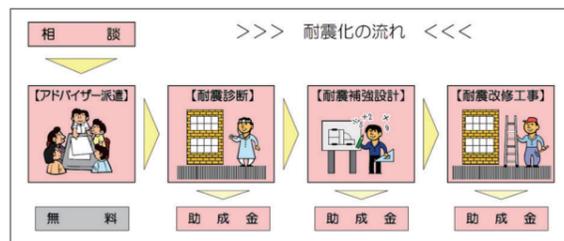
・対象建物: 昭和56年5月31日以前に建築された地上3階以上の分譲マンションのうち、下記のいずれかに該当するもの

- ①延べ床面積1,000㎡以上のもの
- ②敷地が品川区地域防災計画において定められた啓開道路に接するもの

・対象者: マンション管理組合など

・助成金: アドバイザー派遣は無料、耐震診断は費用の1/2(限度額150万)、補強設計は費用の1/3(限度額100万)、改修工事は費用の1/3(限度額2500万)

問い合わせ 都市計画課 ☎5742-6634



2. 家庭用防災用品・消火器のあっせん、家具転倒防止器具の取付支援

●防災用品あっせん

区民および品川区内に勤務先のある方を対象に、家具転倒防止器具、簡易トイレ等の防災用品をあっせんしています。あっせんチラシは、区のホームページ、または防災課窓口で配布しています。

●家庭用消火器の購入と薬剤詰替のあっせん

粉末消火器(5型) 4,600円 薬剤詰替 3,300~6,200円

※耐用年数(標準的な使用条件の場合はおよそ10年)を経過した消火器の薬剤詰替はできません。

問い合わせ 防災課 ☎5742-6696

●家具転倒防止器具の取付支援

家具転倒防止器具の取付事業者を紹介しています。

問い合わせ 都市計画課 ☎5742-6777

●高齢者等の家具転倒防止対策助成事業

65歳以上の高齢者世帯または障害者のいる世帯が対象です。

区が委託したシルバー人材センターが、家具転倒防止器具の選定、取付を行います。

助成額は費用2万円を上限に非課税世帯は負担なし、課税世帯は費用の1割負担となります。

問い合わせ 高齢者いきがい課 ☎5742-6735

3. 分譲マンションの管理支援

●平成24年度より「マンション管理組合防災対策等検討交流会」を年2回程度開催しています。(会員制)

●分譲マンションの維持管理や修繕などの問題への取組みとして、下記のような支援を行っています。

- ・分譲マンション管理相談(予約制:祝日を除いた、毎月第2・4水曜日 午後1~4時)
- ・区内の分譲マンション管理組合に対して、相談員(マンション管理士、一級建築士)の派遣(各3回まで)
- ・居住者および管理組合役員の方等を対象に、講演や懇談会を通じて情報の提供や交換を行う場としてマンション管理セミナーおよび、交流会を開催(各年2回程度。開催日は区の広報紙「広報しながわ」等でお知らせしています)

問い合わせ 都市計画課 ☎5742-6777

4. 品川区ホームページ

上記施策の詳細情報、その他防災に関する情報が掲載されています。

震災時活動マニュアル【上級編】をつくろう

震災発生時の役割分担、活動や組織運営の手順まで定めたものが「震災時活動マニュアル【上級編】」です。以下にひな形を示します。

二重四角内、部分の検討・確認、記載事項の決定と記入を進めれば、活動マニュアルができるようになっています。

(※1) **震災時活動マニュアル**

1. 災害対策本部設置基準と活動拠点

震度 (※2) 以上の地震が発生した際、 (※3) のメンバーは自身と家族の身の安全の確保・安否の確認等の後、速やかに (※4) に集まるよう努めます。

集まったメンバーで (※5) に、災害対策本部を立ち上げ、被害状況・安否確認の情報収集体制、必要な救出救助活動の実施体制を整え、活動を開始します。被害状況等により、 (※5) の場所が使えなかった場合は、 (※6) の場所に災害対策本部を設置します。

【解説・検討のヒントなど】

※1: 組織名

マンションや自主防災組織の名称を入れる。

※2: 災害対策本部の参集・設置基準

震度5弱以上の地震が起こると、エレベーター閉じ込め、帰宅困難者の大量発生、負傷者の発生が想定される。東日本大震災の際の品川区の震度は震度5弱~5強であった。

※3: 参集メンバー

自主防災組織のメンバー、自治会・管理組合のメンバーの他、災害時協力員(37ページ参照)にも集まってもらうようにする。

※4: 発災時の災害対策本部要員集合場所

集まりやすい場所、危険性の低い場所、アクセスしやすい場所を設定する。

※5・6: 災害対策本部の設置場所

以下のような条件を満たす場所が適していると考えられるが、マンションの実情に合わせて設定すれば良い。第二設置候補場所も決めておき、日ごろからの周知に努める。

- ・外に出やすく、出入り口に近い場所(防犯も考慮)
- ・窓などがあり、採光・通風が可能な場所(停電時にも対応可能)
- ・防災センター(ある場合)に近い場所
- ・数名~数十名の住民が話し合ったり、作業ができるスペースがある場所
- ・居住者になじみの場所でわかりやすい場所
- ・防災備品の収納場所が確保できる、または収納場所にアクセスしやすい場所

【災害発生時におけるマンション内の防災対策活動場所及び関連施設等の一覧】

名称	設置場所	用途・活動内容
災害時対策本部要員 集合場所		災害発生時に本部要員がまず集 まる場所
災害対策本部		災害発生時の活動拠点
災害対策本部(第二候補)		上記場所が使えなかった場合の 災害対策本部設置場所
救護所	(※1)	負傷者や体調不良者が休む場 所、手当等を行う場所
一時避難場所	(※2)	居室での生活が困難となった住 民が一時的に避難生活を行う 場所
情報掲示板設置場所		災害情報、生活情報等の掲示、住 民への周知
防災備蓄倉庫①		主な収納品…
防災備蓄倉庫②		主な収納品…

※マンション全体の施設配置図の図面等があれば、活動拠点設置候補場所等を記入の上、資料として添える。

※埋められるところから、徐々に充実させていけば良い。

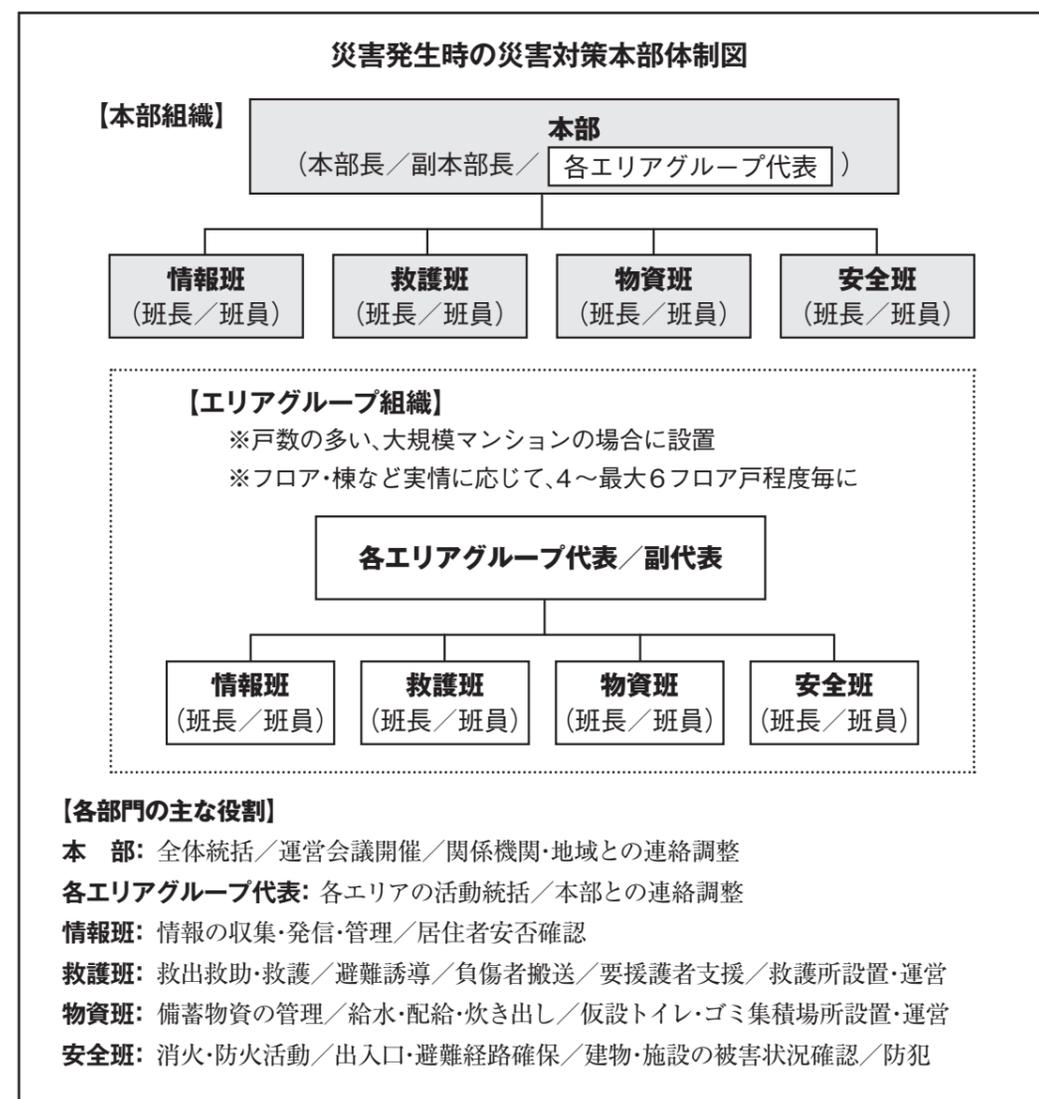
【解説・検討のヒントなど】

※1: 救護所 できるだけ衛生的で、採光・通風がとれる場所が良い。

※2: 一時避難場所 低層階など外へのアクセスが良く、バリアフリーな場所が良い。

2. 災害対策本部活動体制

災害対策本部の組織は以下の組織図に基づいて立ち上げます。各部門の代表者やメンバーについては、平常時の体制に縛られることなく、被害の状況に応じて集まったメンバーで役割を分担します。そして可能な限り速やかに、人命を最優先とした住民の安否の確認、救出救助等の活動を開始します。



※資料編の災害対策本部要員・災害時協力者名簿を記入し、添えられると良い。

【解説・検討のヒントなど】

平常時の体制に縛られてしまうと、該当者が不在や負傷してしまった際に、活動の立ち遅れ等にもつながりかねません。災害発生時には、居合わせた人たちが臨機応変に、速やかに必要な活動を開始する体制を整えることが重要です。

■エリアグループ分け(全体戸数の多い大規模マンションの場合)

災害発生時の活動においては、マンション全体を以下のエリアグループに分け、グループごとに代表者を設けます。各住戸の安否の確認や避難誘導、救出救助等の初期活動から、避難生活等においても、このグループを単位として活動にあたり、各種の役割分担等も行います。

グループ名	ブロック範囲	平常時代表	災害発生時エリアグループ別集合場所
(記入例) 南棟中層	南棟 8～12 階	1111 号室 ●●	南棟 10 階東側 E V 前ホール

【解説・検討のヒントなど】

世帯数の多いマンションの場合、エリアグループ分けの単位は予め決めておき、自主防災組織の平常時の組織化・活動においても、このグループ単位で、役員や参加者を選出しておくようにすると良いでしょう。また、災害時は可能であれば、このグループごとに情報・救護・物資の担当者をそれぞれ出す体制を組めるように努めましょう。

東日本大震災時の体験

日常からの備えで対策本部をスムーズに立ち上げ

町内会、管理組合に所属する人員が在宅しており、早い時期に自主防災組織による対策本部を立ち上げることができました。

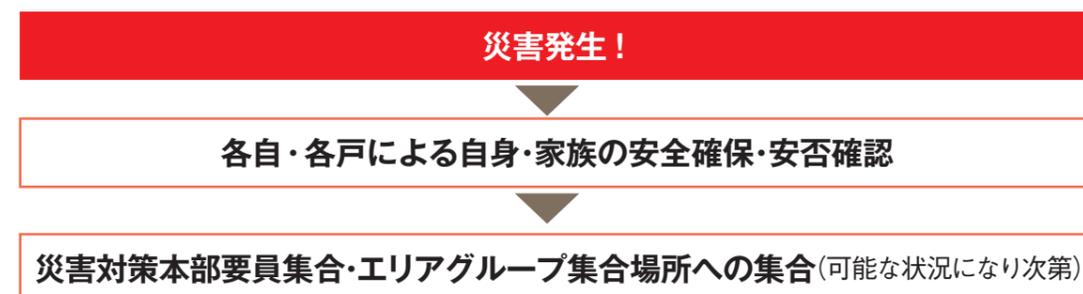
さっそく住戸の安否確認を行いました。閉じ込めが 2 件発生しましたが、大きな人身被害はありませんでした。その後炊き出しの準備を始めましたが、各戸から冷蔵庫の食材を提供いただき、5 日間を過ごすことができました。4 日目に電気が復旧しました。

平常時から、自主防災組織の編成や防災訓練、防災用品の備蓄をしておいたことが、避難所に行かずにマンション内で助け合って過ごせた要因と感じています。

(被災地の S マンション・築 25 年・15 階建て・200 戸超)

3. 活動手順

(1) 全体の流れ



	発災期(災害発生～1日目)	被災生活期(2～3日目)	復旧期(4日目以降)	
	→			
①対策本部	災害対策本部の立ち上げ 代表者選出と役割分担 活動体制・整備・指示 避難先の検討 関係機関・地域への連絡調整 →50ページ参照	本部運営体制の充実 全体指揮・運営会議開催 関係機関・地域との連絡調整 →53ページ参照	本部運営の継続 →55ページ参照	徐々に平常時の体制へ(本部・各班体制の縮小↓廃止)
②情報班	居住者安否確認 各戸被害状況確認 災害情報の収集 情報掲示板の設置・運営 →51ページ参照	情報の収集・発信・管理 情報掲示板運営の継続 →53ページ参照	情報の収集・発信・管理 →55ページ参照	
③救護班	救出救助・救護活動 要援護者の安否確認 救護所の設置・運営 →51ページ参照	救出救助・救護活動 見回り訪問 救護所の運営 →53ページ参照	救護活動 救護所の運営 見回り訪問 健康管理活動 →55ページ参照	
④物資班	防災資機材の準備・配置 仮設トイレの設置 一時避難場所の設置 備蓄物資の管理・配布 →52ページ参照	物資・食料の管理 飲料水の管理 救援物資の受入準備 炊き出しの実施 →54ページ参照	物資・食料の管理 飲料水の管理 救援物資の受入・管理 炊き出しの実施 →55ページ参照	
⑤安全班	消火活動 出入口の確保・避難誘導 エレベーター確認 建物・設備の被害状況確認 安全確保 →52ページ参照	安全確保 防犯防火活動・出入管理 一時ゴミ集積所の設置 →54ページ参照	安全確保 防犯防火活動・出入管理 一時ゴミ集積所の管理 →55ページ参照	

(2)活動マニュアル

(1)発災期(災害発生～1日目) (2)被災生活期(2～3日目) (3)復旧期(4日目以降)

活動マニュアル、役割分担はあくまで一例です。実際の災害時には、各班の役割を越えて、その場に集まれる者全員で協力して活動にあたる事態が発生する場合があります。

①対策本部の発災期の活動

<災害対策本部の立ち上げ>

- ・災害対策本部要員集合場所である に集合後、保管場所 から、震災時活動マニュアル・居住者名簿・要援護者名簿等を取り出す。
- ・マニュアルに基づき、参集メンバーで に対策本部を立ち上げる。

<代表者選出と役割分担>

- ・参集メンバーから、災害時発生の災害対策本部体制図(47ページ)に基づいて、役割分担、代表者・各部門責任者等の選出を行う。

<活動体制整備・指示>

- ・人命を最優先とした活動を指示、開始する。
- ・活動の状況・結果に関する情報を本部に集める体制を構築する。

<避難先の検討>

- ・マンション内に留まれる場合は、正常な生活が確保できるまで、対策本部及び管理組合を中心に支えあう。
- ・建物に倒壊や焼失の危険性がある場合、その他マンション内に留まることが困難と判断される場合は、地域の指定避難所 に集団避難する。

<関係機関・地域への連絡・調整>

68ページの一覧を元に、必要に応じて関係機関への連絡・調整を行う。

(1)発災期(災害発生～1日目) (2)被災生活期(2～3日目) (3)復旧期(4日目以降)

② 情報班の発災期の活動

<居住者安否確認><各戸被害状況確認>(最優先!)

- ・「居住者名簿」に基づき、住民の安否確認を行い、「安否情報シート」に記録する。^(※1)
- ・安否の確認がとれない住民について「連絡依頼書」、また各戸の被害状況について「災害連絡カード」等を用いて把握に努める。^(※2)
- ・把握した情報を取りまとめ、本部に報告する。

<災害情報の収集>(落ち着いたら)

- ・地震の規模・震源地、マンション外の被害状況、管理会社の対応、水や食料の入手方法、ライフラインの復旧予定時期など正しい災害情報・生活情報の収集に努める。

情報収集の方法や使用する機器に関するメモ^(※3)

<情報掲示板の設置・運営>(落ち着いたら)

- ・収集した災害情報、その他早急に住民に周知が必要な事項等を、 の情報掲示板等に掲示し、周知を図る。

③ 救護班の発災期の活動

<救出救助・救護活動>(最優先!)

- ・負傷者、建物倒壊や転倒家具等により閉じ込められた者の救出救助・救護活動を行う。
- ・軽傷者の応急手当てを行う。重傷者は専門家(医師、看護師等)の協力を要請し、^(※5)医療機関への搬送準備、身元や連絡先の確認等にあたる。

<要援護者の安否確認>(最優先!)

- ・「要援護者名簿」に基づき、要援護者の状況を確認。救護・避難等の支援を行う。^(※6)

<救護所の設置・運営>(落ち着いたら)

- ・ に救護所を設置する。
- ・医療資格所有者・経験者を配置し、救護所をベースに負傷者の手当て、具合が悪くなった人の収容等を行う。

【解説・検討のヒントなど】

- ※1: 資料編の「様式2- 居住者名簿」「様式6- 安否情報シート」を活用する。
- ※2: 資料編の「様式8- 連絡依頼書」「様式7- 災害連絡カード」を活用する。
- ※3: 21ページ「正しい情報を手に入れる」の記述を参考にする。
- ※4: 情報掲示板の設置予定場所を記入。(46ページと共通)
- ※5: 災害時に協力が可能な住民について把握し、リストアップしておく。資料編の「様式4- 災害対策本部要員・災害時協力者名簿」を活用する。
- ※6: 資料編の「様式3- 要援護者名簿」を活用する。
- ※7: 救護所の設置予定場所を記載する。

【解説・検討のヒントなど】

- ※1: 災害対策本部要員集合場所を記入。(45ページの※4と共通)
- ※2: マニュアル、居住者名簿等の保管場所は、対策本部設置予定場所内、もしくはその付近とし、管理をする。
- ※3: 災害対策本部設置予定場所を記入。(45ページの※5と共通)
- ※4: 地域の指定避難所を記入。

(1)発災期(災害発生～1日目) (2)被災生活期(2～3日目) (3)復旧期(4日目以降)

④ 物資班の発災期の活動

<防災資機材の準備・配置> (最優先!)

- ・ 防災備蓄倉庫等の保管場所から、初期の救出救助・救援活動に必要な資材を取り出し、情報班・救護班・安全班と連携して、必要な現場に届ける。
- ・ その他、各場所に必要な備品を配置する。^(※1)

<仮設トイレの設置> (優先)

- ・ 仮設トイレの設置と管理を行う。(または携帯用トイレの配布)

<一時避難場所の設置> (落ち着いたら)

- ・ 居室に居続けることが難しくなった住民が一時避難し、生活する一時避難場所を、
[]^(※2) に設置する。

<備蓄物資の管理と配布> (落ち着いたら)

- ・ 飲料水・食料、その他生活用品等の配給品の必要な住戸や人数を把握し、「備蓄品配布リスト」を作成して、対策本部に報告する。^(※3)
- ・ 備蓄物資の管理・配布を行う。

⑤ 安全班の発災期の活動

<消火活動> (最優先!)

- ・ 出火が確認された場合、消防機関への通報、初期消火に努める。
- ・ 消火が難しいと判断した場合、周囲への周知、避難の勧告・誘導等を行う。

<出入口の確保・避難誘導> (最優先!)

- ・ エントランスや避難経路の安全を確認、出入りや避難の動線を確保する。
- ・ 必要に応じて、被災者の避難誘導を行う。

<エレベーター確認> (最優先!)

- ・ エレベーターの中に閉じ込められた人がいないか確認する。閉じ込められた人がいたら、エレベーター会社等に連絡し、救助を要請する。

エレベーター管理会社名と連絡先

<建物・設備の被害状況確認> <安全確保> (優先)

- ・ 外壁・内壁のひびや崩落、ガラスの飛散・落下物などの建物被害、地盤沈下や出火状況等周辺被害状況の確認を行う。
- ・ 危険が確認された箇所、安全がまだ確認されていない箇所について、「立入禁止」等の掲示を行い、安全を確保する。

(1)発災期(災害発生～1日目) (2)被災生活期(2～3日目) (3)復旧期(4日目以降)

① 対策本部の被災生活期の活動

<本部運営体制の充実>

災害の規模や被害状況を踏まえ、対策本部、各班、エリアグループの運営体制の充実に努める。例えば以下のような活動の検討・実施に努める。

- ・ 住民の中から、専門家を含めた有志を募る。^(※1)
- ・ 災害対策本部要員名簿を作成する。^(※2)

<全体指揮・運営会議開催>

- ・ 各班の活動状況を把握し、情報の収集、全体の運営の統括、指揮を行う。
- ・ 必要に応じて各班やエリアグループの代表等を招集して「対策本部運営会議」を開催し、情報の集約・共有に努めると共に、新たな課題、要望事項等への対応を協議・決定する。

<関係機関・地域との連絡調整>

- ・ マンションを代表し、関係機関や周辺地域との連絡・調整を行う。

② 情報班の被災生活期の活動

<情報の収集・発信・管理>

- ・ 引き続き、居住者安否確認、各戸被害状況、災害情報等の情報を収集・管理し、本部への報告を行う。

<情報掲示板の運営の継続>

- ・ 収集した災害情報の他、各住居や一時避難スペースにおける生活ルール、運営会議での決定事項等も必要に応じて掲示し、住民への周知を図る。

③ 救護班の被災生活期の活動

<救出救助・救護活動>

- ・ 引き続き、必要な負傷者・要援護者等の救出救助活動を行う。
- ・ 救護所の運営を行う。

<見回り訪問> <救護所運営>

- ・ 一時避難場所での生活者、在宅避難者などの見回り訪問・救護所運営活動を行う。

【解説・検討のヒントなど】

- ※1: 災害時に役立つ資格や知識、経験・特技を持つ住民について、平常時の活動の中でアンケート調査等で把握し、リストアップする。資料編の「様式1- 大災害に備えるための居住者アンケート」を活用する。
- ※2: 資料編の「様式4- 災害対策本部要員・災害時協力者名簿」を活用する。

- 【解説・検討のヒントなど】
- ※1: 資料編の「様式5- 備蓄品・収納場所リスト」等を活用する。
 - ※2: 一時避難場所の設置場所を記載する。(46ページの※2と共通)
 - ※3: 資料編の「様式9- 備蓄品配布リスト」を活用する。

(1)発災期(災害発生～1日目)

(2)被災生活期(2～3日目)

(3)復旧期(4日目以降)

④物資班の被災生活期の活動

<物資・食料の管理>

- ・ 備蓄物資・食料の管理を引き続き行う。

<飲料水の管理>

- ・ 受水槽からの給水管理、備蓄飲料水の配布など飲料水の確保・配給を行う。

<救援物資の受入準備>

- ・ 公的機関や外部からの救援物資の受入準備を行う。

<炊き出しの実施>

- ・ 各戸への食材提供の依頼(停電の場合、冷蔵庫内の食料は日持ちしないことの周知と併せて)を行う。
- ・ 集まった食材、備蓄食料等を活用し、炊き出しを実施する。

⑤安全班の被災生活期の活動

<安全確保>

- ・ 立入禁止区域の設定、建物被害状況の確認など、引き続き安全確保活動を行う。

<防犯防火活動・出入管理>

- ・ 施設の出入管理(不審者・犯罪者の排除)、パトロール等、防犯防火活動を行う。

<一時ゴミ集積所の設置>

- ・ 各戸及び運営本部から出るゴミの集積所を設置する。

☆ゴミ収集再開までの被災生活中のゴミは、各戸が自宅で保管するのを前提とする。

しかし、在宅避難が長引いたり、収集再開までに時間を要する場合、各戸で管理しきれないゴミ、腐敗したゴミなどを一時集積する場所の確保、運営を行う。

(1)発災期(災害発生～1日目)

(2)被災生活期(2～3日目)

(3)復旧期(4日目以降)

①対策本部の復旧期の活動

<本部運営の継続>

- ・ 被害・住民の生活等の状況に合わせて、対策本部、各班の活動を継続する。
- ・ ライフラインの復旧、公的支援、余震等の状況を踏まえて、活動体制の縮小を図り、段階的に平常時の体制(管理組合・自治会の体制)への移行を図る。
- ・ 平常時の体制への移行に時間がかかる場合、各組織の担当者や責任者に輪番制を導入するなど、関係者への運営負担の分散・軽減を図る。

②情報班の復旧期の活動

<情報の収集・発信・管理>

- ・ 引き続き、各種情報の収集・発信・管理、本部への報告を行う。
- ・ ライフライン等の復旧、公的支援、り災証明や保証等に関わる情報の収集に努める。
- ・ 活動を通じて得た住民や被災者の情報の管理を行う。
- ・ マスコミの取材や公的機関の調査等への協力・対応を行う。
- ・ 引き続き情報掲示板の運営等を行い、収集した情報の周知を行う。

③救護班の復旧期の活動

<救護活動><救護所運営>

- ・ 引き続き、必要な負傷者・要援護者等の救護活動、救護所の運営を行う。

<見回り訪問><健康管理活動>

- ・ 一時避難場所での生活者、在宅避難者などの見回り訪問・健康管理活動を行う。

④物資班の復旧期の活動

<物資・食料の管理>

- ・ 備蓄物資・食料の管理、配給品の管理・配布を引き続き行う。

<飲料水の管理>

- ・ 備蓄飲料水の管理、飲料水の確保・配給を行う。

<救援物資の受入・管理>

- ・ 公的機関や外部からの救援物資の受入・管理を行う。

<炊き出しの実施>

- ・ 引き続き、必要に応じて炊き出しを実施する。

⑤安全班の復旧期の活動

<安全確保>

- ・ 立入禁止区域の設定、建物被害状況の確認など、引き続き安全確保活動を行う。

<防犯防火活動・出入管理>

- ・ 施設の出入管理(不審者・犯罪者の排除)、パトロール等、防犯防火活動を行う。

<一時ゴミ集積所の管理>

- ・ 各戸及び運営本部から出るゴミの管理・排出指導等を行う。

資料編

マニュアルの策定や災害時に使える様式集

■ 平常時に調査し、記入しておく

様式 1- 大災害に備えるための居住者アンケート	P.58
様式 2- 居住者名簿	P.59
様式 3- 要援護者名簿	P.60
様式 4- 災害対策本部要員・災害時協力者名簿	P.61
様式 5- 備蓄品・収納場所リスト	P.62

■ 災害発生時の安否確認等に使用する

様式 6- 安否情報シート	P.63
様式 7- 災害連絡カード	P.64
様式 8- 連絡依頼書	P.65

■ 災害発生後の備蓄品や備品の管理・配布の際に使用する

様式 9- 備蓄品配布リスト	P.66
様式10- 備蓄品・救援物資等使用・受領リスト	P.67

■ 緊急時に連絡を取り合う

様式 11- 関係機関連絡先一覧	P.68
------------------	------

4. 生活ルール

マンション内での在宅避難、災害対策本部や一時避難場所の運営、各種活動中におけるマンション内の各種施設の利用、生活上のルールを以下のように定め、住民に周知を徹底する。

① トイレの利用ルール

- ・ トイレの利用は、災害時用の簡易トイレや携帯トイレ、災害対策本部が設置する仮設トイレ等を利用する。
- ・ 安全確認がされるまで各戸のトイレの利用、特に水を流すことは控える。(排水管破損による汚水の逆流や漏れ出しを防ぐため)

仮設トイレの設置場所、その他トイレ対策等の記載

② ゴミの排出ルール

- ・ ゴミ収集再開までのゴミの保管は、各戸内で行うことを原則とする。通常の集積場所等への排出は行わない。
- ・ 停電中は冷蔵庫も停止。生鮮食品等、傷みやすい廃棄物については、念入りに密封するなど、分別・管理方法に気をつける。
- ・ 各戸で保管しきれなくなったゴミ、保管するには衛生上等で問題のあるゴミなどについては、災害対策本部が設置する一時ゴミ集積所に集める。ただし、同場所への排出は本部の指示に従って、節度のあるルールを守った排出を行う。

一時ゴミ集積所の設置場所、排出のルール等の記載

様式3- 要援護者名簿

年 月 日現在 (枚中 枚目)

棟・部屋番号	要援護者氏名	要援護者の状態・ 必要な支援の内容等	緊急連絡先	その他特記事項等

様式4- 災害対策本部要員・災害時協力者名簿

年 月 日現在 (枚中 枚目)

役割	氏名	棟・部屋	連絡先
本部長・各エリアグループ代表			
副本部長・各エリアグループ副代表			
情報班	班長		
	班員		
救護班	班長		
	班員		
物資班	班長		
	班員		
安全班	班長		
	班員		

※災害発生時は、上記の常時の体制にこだわりすぎることなく、その時その場に集まったメンバーで、まず体制を組み、救出救助、消火活動等の緊急性を要する活動を速やかに行う。

氏名	棟・部屋	連絡先	協力の内容・特技・資格等

様式7- 災害連絡カード

安否状況等・下記欄をご記入後、

(提出の方法を記入)

ください。

棟・部屋番号	代表者氏名	居住人数	連絡先
被害状況	室内の状況		
	居住者の安否 負傷者の状況等		
	幼児・高齢者等 の災害時要援護 者の有無・状況		
今後の予定 (□にチェック)	<input type="checkbox"/> 自宅で生活 <input type="checkbox"/> 避難所に避難(避難所: _____) <input type="checkbox"/> 親戚・友人宅等へ避難 避 難 先 _____ 氏 名・名 称 _____ 住 所・所 在 地 _____ 連 絡 先 _____ <input type="checkbox"/> その他 _____		
その他・ 要望事項等			

記入日時: 年 月 日

様式8- 連絡依頼書

	<h3>号室 居住者様</h3> <p>管理組合(災害対策本部)からのお願い</p>
--	---

居住者の安否を確認しています。
帰宅されましたら、

までご連絡ください。

現在の状況をご説明し、
「災害連絡カード」をお渡しいたします。

様式11- 関係機関 連絡先一覧

連絡先		電話番号
品川区役所(本庁舎)		3777-1111
消防署	品川消防署	3474-0119
	大井消防署	3765-0119
	荏原消防署	3786-0119

連絡先		電話番号
警察署	品川警察署	3450-0110
	大崎警察署	3494-0110
	大井警察署	3778-0110
	荏原警察署	3781-0110
	東京湾岸警察署	3570-0110

連絡先		電話番号
鉄 道	JR(JR東日本お問い合わせセンター)	050-2016-1600
	東急電鉄(東急お客さまセンター)	03-3477-0109
	京急電鉄(京急ご案内センター)	03-5789-8686 045-441-0999
	都営地下鉄(都営交通お客様センター)	03-3816-5700
	りんかい線(運輸部運転課)	03-3527-6785
	東京モノレール(東京モノレールお客さまセンター)	03-3374-4303
電 気	東京電力品川支社カスタマーセンター	0120-995-001
上水道	東京都水道局品川営業所	03-5749-5573
ガ ス	東京ガス お客様センター	0570-002-211
電 話	NTT東日本	116(固定電話から) 0120-116-000
下水道	東京都下水道局南部下水道事務所品川出張所	03-3495-0351

連絡先を控えておきましょう。

名称	担当者	所在地	電話番号
(例)エレベーター保守点検会社	△△△△	品川区広町〇-〇-〇	〇〇〇〇-〇〇〇〇

高層マンション防災対策の手引き

「在宅避難」を実現する自助・共助のすすめ

(平成25年3月作成)

編集発行 品川区防災まちづくり事業部防災課
品川区広町2丁目1番36号
電話(3777)1111(代)

※本手引きに記載している問い合わせ先や金額等は平成26年12月現在です。