



集合住宅の 防災マニュアル作りガイド



はじめに

近年、住宅事情は様変わりし、高津区においても集合住宅が増えています。集合住宅は戸建て住宅と異なり、災害規模にもよりますが、マンション外部からの支援に全てを期待することは困難です。避難所は災害により家屋の倒壊・焼失など被害を受け生活が困難な人、または二次被害を受ける恐れがある人を一時的に収容・保護して、生活機能を確保する場所です。

集合住宅では、集合住宅に暮らす一人ひとりが防災・減災意識を日頃から持ち、備えることがとても重要です。なぜなら、都市部においては長期の自宅被災生活を強いられることが想定されるからです。事前にできる対策を行い、被災後も住み慣れた自宅での生活を継続することを目指しましょう。

この「集合住宅の防災マニュアル作りガイド」は「女性の視点でつくるかわさき防災プロジェクト(通称:JKB /市民グループ)」が高津区と共催で行った「集合住宅で災害 その時あなたは?—マンションなどの防災と地域連携」の講座の内容を編集してまとめたものです。

ただし、集合住宅の立地や規模、設備、居住者の構成などの事情は多様ですので、一律な防災マニュアルは現実的ではありません。本ガイドを参考にいただき、それぞれの集合住宅にあった、独自の防災マニュアルを作る際のヒントやきっかけとしていただければと思います。集合住宅に暮らす人がいざという時に、お互いの身を守るために近隣同士のつながりが日頃から取れていることは非常に大切なものとなりますので、コミュニティづくりの参考にいただければ幸いです。

※注釈：集合住宅とは、19階までです。超高層住宅には対応していません。





集合住宅にあった防災マニュアルを作ろう！

防災マニュアルを作る際には、次のようなステップを踏むことが考えられます。

Step

1

防災マニュアルを作る前に、今の現状把握をする。

- ①今住んでいる集合住宅には、独自の防災マニュアルはありますか。
→ ある わからない ない
- ②もし防災マニュアルがある場合、どこでその防災マニュアルを手に入れることができますか。
- ③防災マニュアルは、どのような構成になっていますか。一回で分かるように要点が簡潔にまとめられていますか。あなたにとって必要な情報が盛り込まれていますか。

と、いうように防災マニュアルがあるのか、あっても有効な内容が掲載されているのかなど現状把握することが第一歩です。

Step

2

防災マニュアル作成委員会を立ち上げる。

- ①住んでいる集合住宅に合った防災マニュアルがない場合は、独自に作成することも必要です。
- ②防災マニュアル作成委員会を立ち上げるのはどこに提案すればよいのかを確認します。
(例えば、管理組合に提案など)
- ③作成委員会の立ち上げを承認されたら、実際に作成するメンバーを募る準備が必要となります。

Step

3

防災マニュアル作成委員会のメンバー構成を決める。

- ①作成委員会のメンバーを居住者からボランティア募集するのか、または管理組合の役員で構成するのかを検討します。
- ②できる限り様々な年齢層や立場（介護を必要とする世帯、子どもがいる世帯、1人暮らし世帯など）の居住者に思いをはせることが重要ですので、作成委員のメンバーに多様な人に参画してもらうようにします。

Step

4

具体的なマニュアルの構成を検討する。

- ①どのような内容構成にするのか（停電時対策、火災時対策、震災対策等）、どのような形状にするのか（冊子形式など）、どのように全戸に配布するのかを、それぞれの集合住宅の規模や立地なども含めて検討することが必要です。②必要な情報は点検調査を行ったり、マンション管理会社に事前に確認しておきます。（例：機械式駐車場、受水槽、エレベーター、消防設備等）

Step

5

発行、全戸周知、必要に応じて改定する。

- ①1度作成したら終わりではなく、必要に応じて改定するなどマニュアルを管理する仕組みも考慮に入れる必要があります。
- ②作成したマニュアルの内容にちなんだ防災訓練などを居住者が参加して、年1回~2回程度は実施してみることが有効です。



一話完結法・回覧板方式とは

分厚いマニュアルではなく、A4 サイズ 1 枚裏表程度での項目を一話完結とし、それをクリアファイルなどに入れて新聞受け入れ等に入れていきます。

メリット

- ・ A4 サイズ 1 枚で、情報量に負担感がなく普段の生活の中で防災情報の共有ができ、防災意識も持続できる。
- ・ 全戸配布ではないので、費用が安価。
- ・ 掲示板ではゆっくり読めないが手元で読むことができるので、多くの居住者の目に触れる。
- ・ 近隣同士の声掛けきっかけになる。

デメリット

- ・ 回覧なので、手元に残らない。
- ・ 立地や規模、居住者層など多様なため、独自の内容に構成する必要がある。
- ・ 途中で回覧が遅延・止まることがある。

目次の一例です。

どんな内容を掲載していくのかを検討し、もくじを作成します。

- | | |
|---|---|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. 災害への日頃の備え <ol style="list-style-type: none"> ① 防災への備え方の基本（室内安全対策） ② 家庭内備蓄の仕方 ③ 特別なニーズを持つ方の備え
（乳幼児、妊産婦、障がい者、高齢者等） 2. 地震対策編 <ol style="list-style-type: none"> ① 初動時の対応法 ② ライフラインの状況と復旧までの過ごし方
（トイレ対策、非常食、衛生対策等） | <ol style="list-style-type: none"> ③ 家族の安否確認・外出時の対応 ④ 防犯の対策 3. 火災対策編 4. 水害対策編 5. マンションの災害本部の役割と対策編 <ol style="list-style-type: none"> ① 管理組合員における災害・減災活動 ② 災害対策本部の役割について ③ 災害時の復旧対策について 6. 災害時に利用する意思表示カード例 |
|---|---|

次のページからは、実際に高津区内のとあるマンションでマンション管理組合の理事とその声かけで集まった「防災マニュアル作成委員会」で手作りした防災マニュアルを一部改編して紹介しています。



1 家の中で地震にあったら、身を守る！

- ①命が一番大事です。頭と身体を保護しましょう。
頭を打って気を失ったり、ケガをしてしまうと、逃げられなくなってしまいます。
- ②家具が倒れて来る可能性があるので、物の少ない部屋へ避難します。
特にガラスのある窓際やキッチンの場合は食器棚等から離れます。
家具類の転倒や物の落下から身を守るために揺れがおさまるのを待ちます。

2 揺れがおさまったら

- ①廊下などの避難路を確保します。
(普段から玄関ドアに行くまでの廊下に物を置かないようにしましょう。)
- ②部屋の出口や玄関のドアをあけます。(またはベランダの窓)
(裸足で歩かないようにしましょう。飛び散ったガラス等でケガをする危険があります。)
- ③火元を確認し、スイッチを切りましょう。
(ガスの場合、マイコンメーターが設置されていると震度5以上で自動停止します。)

3 火事を出さないよう、火元確認！

- ①ガスの元栓をしめます。
- ② にある電気ブレーカーを切ります。
- ③電気製品のプラグを、全て抜きましょう。
まず、ストーブ・アイロン・ドライヤー・ホットカーペットなど…熱の出る製品から

4 壁や天井にヒビがあって危険な場合

- ①頭を保護しながら、外に避難しましょう。
- ②エレベーターは使いません。
- ③玄関ドアが開かなかったら、ベランダの隔て板を破って隣へ避難します。

5 自分と家族の安全が確保できたら

- ①各階（各階段）の に集まります。
- ②居住者で手分けして各部屋の安否確認を行います。
(結果は対策本部へ)



停電したらどうなる？

回覧板
Sample

● 断水します。

水道の水は、電力で全戸にいきわたるようになっています。
停電すると、電力が行き届かないので、断水します。

● トイレの水が流せません。

停電すると断水します。そうすると水が流せませんので排水管が詰まってあふれてしまいます。

● エレベーターが最寄りの階に止まりますので、すぐに降りてください。

地震時管制運転装置が付いていない場合は、全ての階のボタンを押して止まった階ですぐ降ります。

● ディスポーザー処理槽のポンプが止まりますので、 台所の水も流さないで下さい。

処理槽がいっぱいになって、逆流してしまいます。このマンションの場合は洗面所には流せません。

● お風呂がわかせず、床暖房も使えません。

ガスの操作盤は電気で動いていますので使用することができません。

● 機械式駐車場のパレットが昇降できなくなります。

電気が復旧するまで立ち入り禁止になります。

● 電動シャッターは、スイッチを切り操作盤のクランクを まわして上げ、紐を引いておろします。

● 自動ドアが開放状態になります。

長時間の停電では、つかえ棒等でロックします。出入りは通用口からお願いします。

● 長期間の停電の場合

援助を必要とする方には、ボランティアで水や食料を運ぶなどのお手伝いをお願いします。

停電への備えは 大丈夫ですか？

各部屋に、懐中電灯を備えましょう。

テーブルの上に置くランタン（手動式）、携帯電話の充電器（手動・ソーラー）、
トイレの壁に貼るタイプの明かり（電池式）も便利です。

カセットコンロや使い捨てカイロはありますか？



自宅被災生活のための非常食

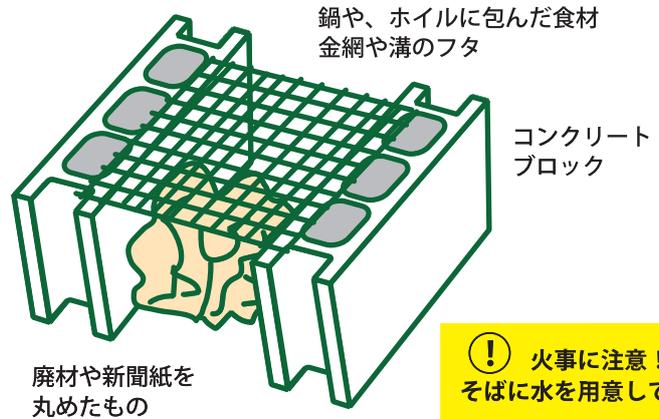
～断水・停電・ガス停止・排水禁止の中で～

回覧板
Sample

● 料理をするための火力は？

- カセットコンロは必需品です。
(ボンベ 1 本で約 1 時間。多めに備蓄を)
・注意！ボンベが熱くならないように。
(大きいナベは使わない・2 台並べない)
- 卓上IH調理器も便利です。
(電気の復旧は早いので)
- ナベをかけられる石油ストーブや、
七輪も良いでしょう。

● 炉を作る



❗ 火事に注意！
そばに水を用意して

● 火力を節約するには？

- 圧力鍋は、短時間で料理できます。(ご飯を炊く時はお米をサッと洗って火にかけ、沸騰したら弱火で3～5分。ゆっくりむらすとこびりつきません)
- 料理ができたら、鍋を毛布などで包んで保温し、余熱も利用しましょう。

● 水を節約するには？

- ペットボトルのシャワーで手を洗います。キャップに押しピンで穴を4か所あけたものを、ふだんから作っておくと良いです。
- 食器にラップをかぶせて使います。
ツヤのある広告紙で、折り紙の皿やコップを作り、ラップをかぶせて使い捨てにしてもよいでしょう。
- フライパンを使う時は、オープンペーパーやフライパン用アルミホイルを敷きます。
- まな板を使わないで、お菓子等の空箱を開いて、まな板の代わりにします。
- キッチンのはさみで食品を切るとまな板を使わなくても調理が可能です。
- 3つのバケツで、水を使いまわす。



① 手洗い・料理・
食器洗い

② 掃除・予洗い

③ トイレを流す

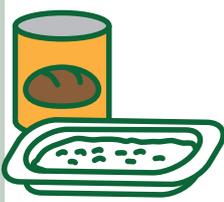


マグニチュード7.9の地震 ライフライン復旧日数(目安)

停電	1週間
都市ガス停止	1か月
断水	50日
排水禁止	80日

神奈川県被害予想

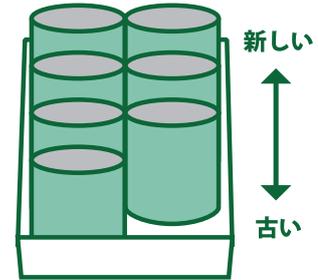
食材の備蓄方法について

 <p>食パン 1斤、冷凍しておく。 (自然解凍で食べられる)</p>	 <p>ご飯パック アルファ米 パンの缶詰を備蓄</p>	 <p>5年保存のおモチ (汁物に入れる・ゆでる・焼く)</p>	 <p>お米 (圧力) 鍋でたくか電気が復旧してから使う。</p>
 <p>乾パン 水に漬けると30分でやわらかくなる。ポリ袋に入れてください、汁物にいれても良い。</p>	 <p>小麦粉 すいとんを作る。ポリ袋に入れて水を加えて練り、汁物にしばらくだすと手が汚れない。ホットケーキミックスも便利。</p>	 <p>即席めん カップめん</p>	 <p>乾めん (うどん・そば・スパゲッティ等) ゆでなくても、汁に入れて食べられますが、ややまずい。</p>

最低1週間は自活できるように！

- やはり缶詰めが便利です。
(消費期限は、約3年です)
- 「ローリングストック (ところてん備蓄)」とは？

新しく買った食品を奥にしまい、手前にくる古い物から食べていきます。食べなれた、好きな缶詰を多めに買っておきます。



- 日持ちがする野菜・果物を多めに買っておきましょう。

大根・人参・玉ねぎ・さつまいも
じゃがいも・とうがん・にんにく等

① 震災の直後は？

- 余震が多く混乱しているので、火を使いません。
(冷蔵庫がたおれて、中身が床に落ちていることも)
- 冷蔵庫から、いたみやすぐ食べられる物を出して食べます。
(ハム・豆腐・かまぼこ・牛乳等)
- 冷蔵庫は、ドアにガムテープを貼ります。
- 肉や魚は、ポリ袋に入れて醤油や塩をからめます。
- 主食はパンやコーンフレーク・乾パンなど

② 少し落ち着いたら？

- 主食はお湯があれば食べられる物 (アルファ米・カップめん・おもちなど)。
缶詰めをおかずに。
- カセットコンロで簡単な調理を。日持ちしない肉・野菜・卵・冷凍食品等を使い切ります。
(汁物に入れるのが簡単：味噌汁やスープ・煮物)
- 野菜を漬物 (ポリ袋に入れてしょうゆや塩麹などをからめる) や干し野菜にしておきます。

③ 電気が復旧したら？

- 電気釜でご飯が炊けます！ IH 調理器・電子レンジ・トースターも使えます。
- 日持ちする野菜と缶詰めを組み合わせたおかずを考えてみましょう。
(サバ缶カレー・ツナと大根の煮物など。缶詰めを入れてご飯を炊いても OK)



水を確保する

回覧板
Sample

日頃から水の備蓄を意識した生活を心がけましょう。

● お風呂に水を貯めておく習慣を

残り湯は腐りやすいので、なるべくきれいな水を貯めます。

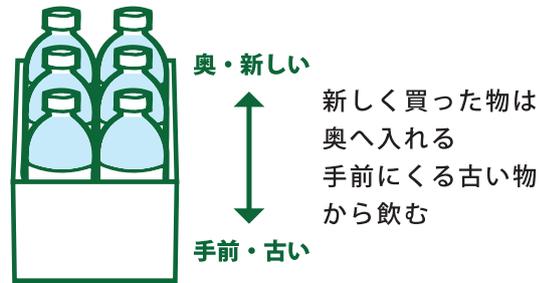
上層階では地震の揺れ幅が大きいため、浴槽からこぼれやすいので、水を少な目に入れます。

朝、洗濯に残り湯を使ったら、すぐに浴槽を洗って、水を張っておくと良いでしょう。

- ①浴槽に栓をして、シャワーヘッドを浴槽の中に入れます。
- ②浴槽のふたで押さえて、水を入れます。
- ③入浴する時は、追いだき（REHEAT）で沸かします。

● 水の備蓄は1週間分（1日に3リットル）の飲み水が必要です。

- 一週間分を「ローリングストック（ところてん式備蓄）」で保管。
- 新しく買ったペットボトルは奥にしまい、手前にある古いものから飲んでいきます。
- 5年保存のミネラルウォーターもあります。



● 洗濯機の水栓は、使用後は閉める習慣にしましょう。

地震でホースがはずれ、水漏れの原因になります。

川崎市には、雨水貯留槽設置への助成金交付制度があります。

*雨水を貯めて、いざという時の生活用水に！普段は植物の水やりなどに利用します。

詳しくは市のホームページをご覧ください。

雨水貯留槽設置への助成金交付制度：<http://www.city.kawasaki.jp/300/page/0000013883.html>

● 自宅近くの応急給水拠点を確認しましょう。

水を運ぶ容器（ポリタンクや給水袋）や、カートなど運ぶ手段も用意しておく。

上の階になるほど、食料や水・生活用品の備蓄量はたくさん必要です。エレベーターが停止した状態で、重い荷物を持って階段を上がるのは大変です。

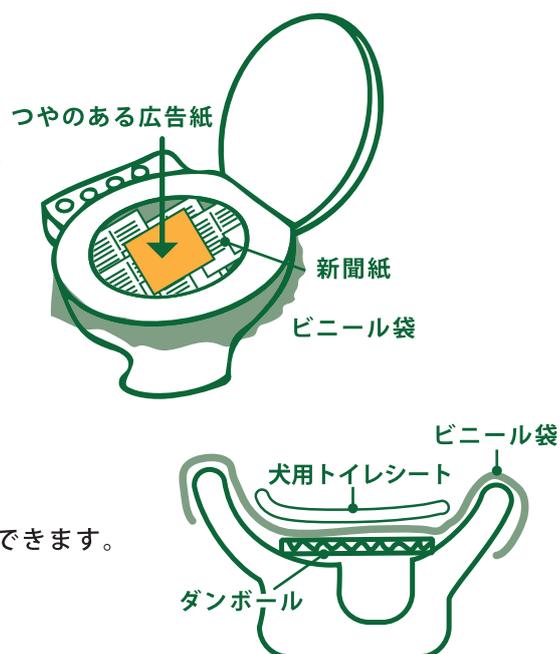
震度 以上で 排水禁止

排水管がこわれて汚水が漏れると大変です！（汚水が天井裏にたまって、落ちてきます。）
敷地内・公共下水道設備のどちらが破損しても、排水禁止になります。

● トイレの水も流せません。

自宅で大地震が起きた後、排水設備が確認できない場合は、まず、流さないでトイレを利用します。

- 45 リットルのゴミ袋をかぶせます。
（震度○以上では、排水管がこわれる可能性があるので、ルールとして排水禁止とします。）
- ビニールポンプなどで、貯水タンクと便座内の水を抜きます。
- 吸収材の色々
 - ① 凝固剤：スーパーなどの防災用品売り場で、1袋（7g）で50円位です。
（5gで約2～3回分固まる）
 - ② 犬用トイレシート（Mサイズ）：紙オムツでも可。
45リットルのポリ袋の下に、排水口のへこみをふさぐダンボールなどを敷きます。
1枚で3回分位吸収でき、包んで処理できます。
 - ③ 猫砂：紙製のものを使用します。3カップで2回分位吸収できます。
 - ④ 新聞紙・コップ法：尿はポリコップでとって、バケツへ。便とペーパーは新聞紙で包んでゴミ袋へ入れます。



● 台所や洗面所・お風呂の排水口は、ガムテープでふさいでおきましょう

（まちがって流さないように）

特に台所は、ディスポーザー処理槽がすぐ一杯になって逆流するので、流さないで下さい！

● 便座が使えない状態だったら、手づくりの非常用トイレを。

- ポリ容器トイレ：バケツなどのポリ容器のふちに、ガムテープでプチプチシートを貼る。
- ダンボールトイレ：作り方は別途、JKBが資料を作成し配布しています。
- その他：紙箱やレジ袋も利用できます。



● ごみ収集再開→「トイレごみ」と袋に書いて普通ごみに出す。

それまでは、各自保管して下さい。水分が出ないようにして下さい。



震災後に ゴミの収集がない！

断水で 手が洗えない・お風呂に入れない・洗たくができない・掃除ができない！

● ゴミ

- ゴミの収集が再開されるまでには、1～2か月かかるかもしれません。それまでゴミは、原則として分別して各自で保管して下さい。
- トイレごみは、分別して「トイレごみ」と書き、収集再開後は普通ごみに出します。（消臭には、石灰・重曹・粉石けんを使います）
- 消臭スプレーの備蓄をお願いします。



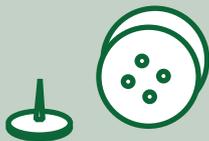
● 衛生

- 料理や食事の時は、食品ラップ・アルミホイル・使い捨て手袋・ポリ袋などを利用して、直接食べ物にさわらないようにしましょう。
- 消毒用アルコール・ジェル、逆性石けん液、クレゾールなどの消毒剤を備蓄しておきましょう。
- 手を清潔にします。
少ない水で手を洗うようになりますので、ウェットティッシュを使います。多めに買っておきましょう。

少ない水で手を洗う工夫

ハンドシャワー

① ペットボトルのフタに穴をあけて、



② 水をシャワーのようにかけてもらいます。



ポンプボトル

シャンプー等の空き容器に水を入れる



● 消毒液の作り方

塩素系漂白剤を入れ、水でうすめて作ります

- しょうゆやみりん等の、1リットル容器に漂白剤と水を入れます。
- 作る時や使う時は、必ずゴム手袋をつけて下さい。
- ノロウィルスは、排せつ物や嘔吐物から感染しますので、トイレの消毒は大切です。

排せつ物や、吐いた物の消毒

汚染された場所にまいてから、ふきとります。
水1リットルに塩素系漂白剤をキャップ4杯



食器・器具類・ふきん等の消毒

10分以上つけこんでから、水洗い。
水1リットルに塩素系漂白剤をキャップ2杯



お掃除や、衣類の消毒

衣類は消毒液につけこんでから、水洗い。
ふき掃除は、消毒液をタオルなどにしみこませて行います。
水1リットルに塩素系漂白剤をキャップ1杯



- いずれも消毒したあとで、水ぶきをして下さい。



塩素系の漂白剤は、酸性の物質と混ぜると塩素ガスが発生して危険です。
絶対に混ぜないようにして下さい。

● 除菌スプレーの作り方

- 市販の除菌スプレーがない時に、身近な材料で雑菌の繁殖をおさえることができます。
- 水4杯に対して酢(食用)1杯の割合で入れ、塩を少々加えて混ぜます。
- 霧吹きや、ポンプボトル(シャンプー容器など)に入れて使います。ふきんに付けて食器や包丁・テーブルをふいたりできます。



● 感染症の予防

- マスクの着用
震災後はホコリが多く、呼吸器官を守るためにマスクをしましょう。
インフルエンザなどの空気感染を防ぐためにも必要です。
- 換気
定期的に空気の入替えをしましょう。
- 掃除
停電で掃除機が使えない場合は、新聞紙を水でぬらしてちぎり、床にまいてホコリが立たないようにして、ほうきで掃除をします。

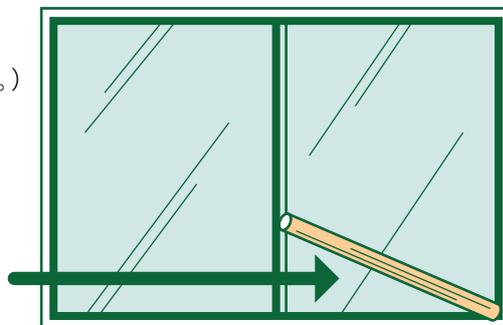


● 停電で、エントランスの自動ドアが閉まらない

ガラス扉のレールに角材をはめこんで、開かないようにする。

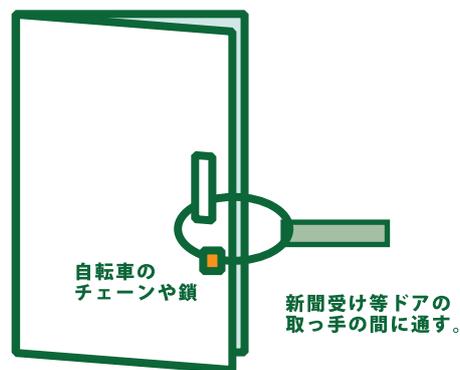
- 当番が中から来客を確認し、扉を開閉します。
(居住者はルームキーを提示してもらいます。)
- ルームキーで出入りできる通用口のみを使います。

エントランスのガラスドアを
手で開め、角材をドアの
レールにはめこむ



● 住戸の戸締り

- 玄関ドアがゆがんで、閉まらなくなった時
自転車のチェーンや、鎖を新聞受け等とドアの
取っ手の間に通して、カギをかけます。
※地震で玄関ドアが開かなくなったら、ベランダの隔て板を
破って隣戸から出させてもらう方が容易です。
- ベランダの隔て板は弱く作られているので、
地震でこわれる可能性が高いです。
侵入者に気付くように、空き箱など当たると
音がする物を置いておくとよいでしょう。



● パトロール

地震後は、停電で暗い・警察の手が回らない・物資が不足などで、治安が悪化する可能性があります。

- 夜間パトロールを、輪番で実施します。
- 昼間は、エントランスに日直を置き安全に配慮します。

● 注意点

- 避難する時に、行先のメモを玄関ドアに貼らないようにしましょう。(必要な人には知らせておく)
- ボランティアや公的機関を名乗るサギ犯が多くなるので、町内会・管理組合や管理会社を通して
依頼をします。



● ライフラインの復旧にかかる日数の予想

断水	30日	ガスの停止	53日
排水禁止	30日	固定電話の利用制限	14日
停電	6日	ガソリンの供給不安定	3週間

首都直下型地震による東京の被害想定報告書から（地震の規模や地域によって違います）

● ライフラインを復旧させる時の注意

● 給水開始：給水管の水漏れがないか、調べます。

- ① 家庭内の全ての水道の蛇口（水道栓）を閉めます。
- ② 水道のメーターが回っていれば、水漏れしています。

● 排水開始：排水管の水漏れがないか、調べます。

- ① 点検口を開けて観察します。
浴室の天井、押し入れの壁・洗面所のパイプスペースなど。
- ② トイレ・浴室・洗面所系統：1階から少しずつきれいな水を流してみます。
台所系統：ディスポーザーの点検が終わった後、1階から少しずつきれいな水を流します。



天井裏の配管

● 電気の復旧：電気製品のプラグを、コンセントから全て抜いておきましょう。

- ① ブレーカーのスイッチを入れます。
- ② 1つずつ電気製品のプラグをコンセントに差し込んで、異常がないか観察します。

● ガスの復旧：ガス器具のスイッチをすべて切ってから、ガスメーターを復旧します。

- ① メーターボックスをあけて、ガスメーターの復帰ボタンのキャップをはずします。
- ② 復帰ボタンを奥までしっかり押し、手を放します。（ボタンが元に戻り、赤ランプが再び点滅）
- ③ 約3分待ちます。（赤ランプの点滅が消えると、ガスが使えます。）

● 不在連絡のお願い

ライフラインは、全戸の点検・修理が終わらないと、集合住宅全体が復旧できません。
一時的に親戚の家などに避難する方もありますが、1泊以上留守にされる時は本部に届けて、いつでも連絡がとれるようにして下さい。
（共有部分の修理やライフラインの点検などで、室内に立ち入ることが多くなります。）

● 緊急復旧工事の財源

分譲マンションの場合、一時的に修繕積立金から立替え、のちに地震保険と区分所有者からの一時金徴収でまかないます。（修繕積立金を使ってしまうと、通常の修繕ができなくなります。）



管理組合などの役割



集合住宅内の自治会・賃貸マンションのオーナーはこれに準ずる

● 居住者が災害に備えるための情報を提供し、実際に即した防災訓練を実施する。

- 災害後 1 週間は自活できるような準備（水や食料、トイレ袋などの備蓄）を促す広報活動は重要です。食料など消耗品の備蓄は、小規模な集合住宅の管理組合が行う事は難しいので、個人で備蓄します。
- 防災訓練の実施：避難路、消火器・消火栓の使い方、家具の固定法、救助法、炊き出しなど。救助用具（柄が長いバール・ハンマー、ジャッキ、布製担架）とホワイトボード（ロール）は必要です。

● 建物の耐震性を確認して、必要な対策をとる

- 「耐震診断」を受けましょう ▶川崎市には、「マンション耐震診断補費用補助事業制度」があります。
- 特に旧耐震基準の建物（昭和 56 年 5 月以前に建築確認申請）は要注意です。
- 管理組合は実情を知り居住者に知らせると共に、耐震性が低い建物は耐震補強工事を検討します。

● 災害時に支援を必要とする人の名簿を作って、適切に管理する

特に介護を必要とする高齢者（要介護・認知症）や妊産婦、乳幼児、障がい者などの災害時要援護者を把握しアンケートなどで記入してもらいます。名簿類もプライバシーの問題がある場合は、管理用と安否確認用と分けて作成するなどの工夫も有効です。

● 集合住宅内のコミュニケーションをはかり、災害時の共助を容易にする

特に階ごとに安否確認や救助を行うので、同じ階に住む人どうしが顔見知りになる事は大切です。

● 竣工図書・修繕工事履歴を保管しておく。

- 竣工図書は、電子化して図面とは別に保管しておくといいでしょう。
- 修繕が早くできるように、出入り業者のリスト（連絡先や担当者）を保管します。
- 特に配管（給水管、汚水・雨水排水管）ルートや、耐力壁の場所を把握しておきます。

● 機械設備の取り扱い説明書を保管しておく。

特に停電時・災害時の対応を確認しておく必要があります。

● 災害後の対応が円滑にできるように、管理規約の改正を検討しておく

- 緊急の必要がある場合は、不在の住戸に立ち入ることができる規定（電気のブレーカーを切る等）や（災害後は、総会を開く事が難しいため）応急的な修繕工事に、修繕積立金を使えるようにしておきます。
※ともに、国土交通省で検討中。

● 「無事です」カードの配布（次頁にサンプル）

- 災害後、無事なら玄関ドアの表に貼っておきます。（貼られていない住戸だけ、安否確認をする。）
- 通電火災や水漏れなどの二次被害を防ぎます。
（いつも玄関ドアの裏に貼っておく事で、防災意識を保つことができます。）

無事です

に避難します

年 月 日 時 緊急連絡先：



✓ チェック
しよう

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> ガスの元栓を締める | <input type="checkbox"/> このマグネットを扉に貼る |
| <input type="checkbox"/> 電気のブレーカーを切る | <input type="checkbox"/> 近所に声をかけ、助け合う |
| <input type="checkbox"/> 持ち出し品を準備する | <input type="checkbox"/> 切れた電線など危険物に注意 |
| <input type="checkbox"/> 戸締りをする | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> 靴底のしっかりした靴をはく | <input type="checkbox"/> |

号室 安否確認票

この紙をご覧になりましたら、すぐに
災害対策本部 へ
ご連絡をお願いします。



電気のブレーカーを切り、ガスの元栓はすぐに
締めてください。
水道の栓は可能な限りは締めましょう。



居住者が参加する手作り防災訓練・防災会議を進めよう

集合住宅の防災は居住者自身が主体となり居住者が参加する防災訓練や防災会議を行うことが重要です。その訓練や会議を滞りなく行うためには住民のコミュニティをまず作らねばなりません。

集合住宅は煩わしい人付き合いをしなくてもよいから選んでいる方もいるでしょうが、ひとたび災害時になると集合住宅の防災マニュアルでご紹介した例をとっても、便利な生活が一変します。日中、管理組合の役員がいなくなると災害発生時に、マンションにいる居住者で対応できる体制づくりを進めておく必要があります。実際に被災地での事例をみると、居住者一人で乗り切るとはとても難しい問題が起こります。ではどのようにコミュニティを作っていくか。マンションと一口に言ってもいろいろな形態があります。

- 何千人が住む大規模マンション
- 築年数が新しく、比較的若い人が多く子供も多くいるマンション
- 100戸未満の小規模マンション
- 駅に近く単身者のためのワンルームマンション
- 築年数が古く、高齢者が多いマンション
- また自治会や管理組合があるマンション

等それぞれに合った対策を考えねばなりません。

例えば築年数が古い場合、マンション規模にもよりますがなんとなく顔見知りの場合が多いと思います。そのような所は管理組合員や自治会役員さん等が住民に声をかけ年に何回かお茶会などを開き、話題として防災に対する意識を高めて防災訓練や防災会議に繋げることができます。築年数が新しく小さいお子さんが多い場合、役員さん又は有志の方がお子さんに防災がテーマの大型絵本を使って読み聞かせをするなどもよいでしょう。小学生高学年～中学生が多い場合、備蓄の大切さを実感してもらうために、一人が1日に必要な量の水の入ったペットボトルを運んでもらう訓練や衣服や毛布で作った担架で人を運んでみるなど実践に近いものを防災訓練に取り入れてみることも出来ます。そのように子どもたちを巻き込むことで大人達の参加を促し、意識の変化につなげたり、防災を自分たちの事として考える居住者を少しずつでも増やし、防災訓練、防災会議開催の機運が高めていきましょう。防災備蓄倉庫や備品の把握、資器材・消防設備や非常用発電機なども女性も男性もいざというときに扱えるように定期的に点検をしながら、繰り返し訓練しておくことも重要です。発災する季節や時間帯によって違うこと、地域ごとにも異なることを視野に入れ、何度も繰り返しマニュアルが目に触れることで防災を自分や他の人の命に係わる事として捉えてもらうことが大切だと思います。

JKBの紹介



「女性の視点でつくるかわさき防災プロジェクト」(市民グループ)では、川崎市男女共同参画センターと連携し集合住宅における防災の取り組みについての訓練時の展示品や情報提供を行っております。

川崎市男女共同参画センター(愛称:すくらむ21) 防災担当 代表電話: 044-813-0808 E-mail: scrum21@scrum21.or.jp

防災に関する全般的なお問い合わせ先

川崎市高津区役所 危機管理担当 TEL: 044-861-3146 〒213-8570 高津区下作延 2-8-1 高津区役所 2階