

マンション等居住者以外の皆様も是非ご一読ください

# マンション防災

～日頃の備えと地域での連携が必要です～



東京都では、約 900 万人の都民がマンション等の共同住宅に住んでいます。耐震基準を満たしたマンション等は、被害が軽微であれば在宅避難が可能となります。在宅避難を継続するためには、各家庭とマンション全体での備えが必要です。

また、マンション等居住者以外の住民との相互連携による「共助」も欠かせません。

マンション等居住者も地域コミュニティの一員として防災活動に参画しましょう。



# 地震発生、その瞬間

## 何が起こるのか

- 人や家具・家電が転倒し、収容物も散乱
- エレベーターが止まり、中に閉じ込められたり、高層階からの移動が困難

## 長周期地震動について

高層マンションでは揺れの周期が長い長周期地震動が発生すると、ゆっくりとした大きな揺れが生じ、家具の転倒などの原因となることも想定されます。



## とるべき行動 一人ひとりが自分事として

### 各家庭で…

- まずは自分と家族の身を守る**  
家具の転倒などから身を守りましょう。  
エレベーターでは、すべての階の行先ボタンを押し、止まった階で降りましょう。
- 自分の無事を知らせ、隣近所の安否確認を**  
マンション内のルールに従い、支援を必要とする人がいる住戸には、ノックや声かけをして無事を確認しましょう。
- 部屋にとどまるか外部に避難するかを考える**  
耐震基準を満たしたマンション等の共同住宅は倒壊の危険性が低く、在宅避難が可能となります。



### 居住者みんなで…

- 災害対応用スペースを活用する**  
居住者が共同で使用できるスペースは、支援物資の仕分け場所やエレベーター停止時の滞留場所など、災害時に有効活用できます。
- 必要な情報を伝え合い、共同で作業分担する**  
連絡や物資運搬、清掃、防犯見回り、支援を必要とする人への声かけなど、居住者同士で分担して困難を共に乗り越えましょう。
- 避難所と連携し、在宅避難者へのケアをスムーズに**  
最寄りの避難所に、被災状況や避難生活者数、情報伝達の方法などを連絡しておき、地域と連携しましょう。
- 町会・自治会など地域の支援活動に協力する**  
マンション等の共同住宅の居住者であっても地域の一員です。避難所の人手が不足している場合等、運営に協力しましょう。



地域の支援活動に  
協力しよう

# 在宅避難で気をつけたいポイント

## トイレは流さない

上の階の居住者が排水管の損傷に気付かずにトイレを使用すると、下の階で汚水があふれ出るおそれがあります。排水管の復旧が確認できるまでトイレは流さず、携帯トイレ・簡易トイレを使用します。



## エレベーターは使用しない



故障・停電などで緊急停止し、閉じ込め被害にあう可能性があるため、点検が終わるまでは非常階段を利用します。万が一、閉じ込められたらインターホンで連絡をとり、救助を待ちます。

詳細は東京防災 P.66

## いま、できる各家庭の備え

- 各戸で1週間分の水と食料品など、在宅避難のための必需品を準備している
- 携帯トイレ・簡易トイレの備えがある
- 室内の備え（部屋の安全確認、家具配置の工夫、家具の転倒防止）ができています
- 消火器や消火栓等の位置、初期消火方法を確認している
- 感震ブレーカー等による備えがある



東京  備蓄ナビ

## 賃貸マンションでは

家具の転倒防止対策の際、固定方法等が制約されることもあります。管理会社等へ確認のうえ対応しましょう。また、自主防災組織等がない場合でも、災害応急対応は居住者自身が行わなければなりません。管理会社を中心に連絡体制を構築することに加え、日頃からのあいさつを通じ、隣近所と顔見知りになっておくことも重要です。



## みんなで助かるために… 共助のすすめ

マンション等の共同住宅では、いざ災害が起こったら、管理組合等や自主防災組織をはじめとしたマンション全体で協力して対応することが大切です。

### いま、できるマンション全体の備え

災害に備えて、建物の設備確認をはじめ、エレベーターの応急復旧や排水管の確認手順、居住者への情報発信方法などについてルールを決めておくことが有効です。

- ポスターなどで防災の呼びかけが十分に行われている
- 隣近所の人と、日頃から顔の見える付き合いができています
- いざというときの災害対応用のスペースを決めている
- 管理組合等においても備蓄が十分にある
- 消火器・発電機・リヤカーなどの資器材が揃っている
- エレベーター停止に備え、防災倉庫は数階ごとに設置してある
- エレベーターに安全装置が設置してある
- 防災マニュアルを作成し、居住者が共有している
- 防災訓練を定期的実施している
- 自主防災組織を結成している
- 居住者名簿、要配慮者名簿を整備している



詳細はくらし防災 P.71

### 東京とどまるマンション情報登録・閲覧制度

災害による停電時等でも、住み慣れた自宅での生活を継続しやすいマンションの情報を登録、公表しています。



## 地域ぐるみでの助け合い

日頃から居住者間でのあいさつや声かけを通じて顔の見える付き合いをすることや自治会を組織しておくことも重要です。さらには地域の町会・自治会と連携することなども、災害時に力を発揮することに繋がります。



詳細は東京防災 P.72

リサイクル適性

登録番号(5)16

この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。