

マンション防災 ガイドブック



豊島区内では、マンションの建設が進み、それに伴い居住者も多くなっています。中高層住宅は、一般的には耐震性にすぐれているため、地震による建物自体への被害は、少ないといわれています。

しかし、高層階住宅は特有の揺れがあり、それに伴う室内の家具の転倒・移動等により被害が発生しやすいことや、エレベーターが停止し、中に閉じ込められるという事態が起こることが予想されています。

また、ライフラインのストップ、エレベーターの運転休止によって、負傷者の搬送が困難になったり、上階への物資搬送の負担など高層階ゆえの困難が予想されます。

このガイドブックは、中高層住宅にお住まいの方、管理組合・自治会の方が、大地震に備えた活動や組織づくりなど、防災対策を進めていただけるようにまとめたものです。

地

震が起きると…

震が起きると…

大きくゆっくり揺れます

中高層住宅などは一般的に上層階になるほど揺れが大きくゆっくり揺れます。この現象を「長周期地震動」と呼びます。長周期地震動は主に次の特徴があります。

①地震の特性

震源が浅くて大きい地震ほど長周期地震動が発生しやすくなります。

②伝播経路

震源から遠い地域でも揺れが伝わっていきます。

③地盤の特性

大規模な平野や盆地は、柔らかい堆積層のため長周期の波が増幅されます。

(参考)長周期地震動階級

気象庁では、長周期地震動の強さを地震の「震度」とは別に「階級」という形でお知らせしています。詳細については下表のとおりです。



※気象庁ホームページより引用

様々な被害が発生します

ライフラインのストップ

大きな地震が起きると本管の破裂や施設や本管等の安全確認のため、ライフラインがストップし、復旧までに時間がかかることが予想されます。



エレベーターの停止

安全確保のため、エレベーターは停止します。人が乗っていた場合閉じ込められる危険があります。また、当面使用は難しく、上階への人や物資の運搬に支障をきたします。



トイレの使用不可・不能

便器自体に被害がなくても、排水管等に被害があれば、下水管まで水がいかないため、トイレは使用できなくなります。被害状況がわかるまで使用は控えましょう。



家具の転倒・移動、ガラスの飛散

対策を講じていない室内では、地震の揺れにより家具等の転倒・移動や棚から物の落下が起きます。また、窓ガラスが割れて飛散することもあります。



※東京消防庁ホームページより引用

庭での対策

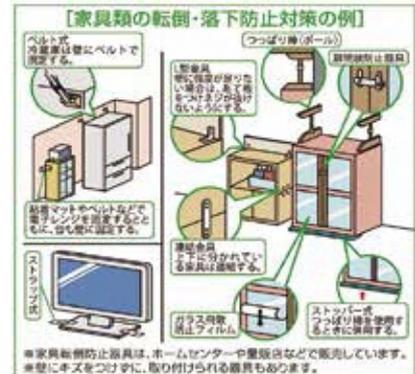
地震に備えて

家具の転倒・移動・落下の防止

家具の転倒・移動・落下による負傷や、建物自体への損傷を防ぐため、家具転倒防止器具を設置しましょう。

家具の転倒防止対策の基本は「ネジによる固定」です。壁下地の柱や間柱などに固定しましょう。壁や柱に固定できない場合、つっぱり棒を使った固定や家具と床の間にストッパーを使用して固定する方法などがあります。

また、ガラスの飛散を防止するために飛散防止フィルムを張りましょう。



※東京消防庁ホームページより引用

感震ブレーカーの設置

一定の地震を感知すると、ブレーカーを作動させ通電を止める器具です。

停電後の復旧の際、漏電・通電火災を防ぐ役割があります。



生活必需品の備蓄

いざという時に備え、最低限の備蓄をしましょう。

水や食料品のほか、トイレ袋や電池なども必要です。



豊島区の情報発信ツール

災害時の情報収集は非常に重要です。

豊島区ではホームページをはじめとして、下に示す情報発信ツールを用意しています。

防災情報を含め様々な情報を発信しています。是非活用しましょう。



豊島区ホームページ

<https://www.city.toshima.lg.jp>



豊島区防災危機管理課公式フェイスブック

<https://facebook.com/bousaitoshima>



豊島区ツイッター

https://twitter.com/city_toshima



豊島区安全・安心メール

<https://service.sugumail.com/toshima/>

地震発生後

身の安全の確保

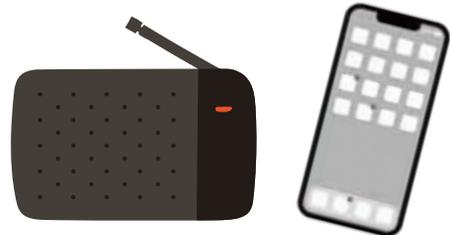
机の下などに入るなどして身の安全を確保しましょう。

揺れが治まってから火の始末、出入口の確保をしましょう。



状況の確認

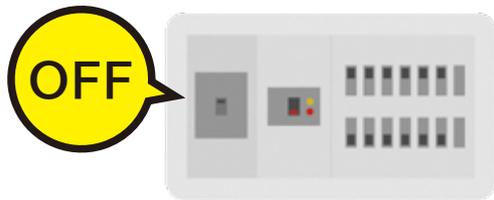
自分や家族は負傷していないかや自宅の被害状況を確認するとともに、テレビ・ラジオ・携帯電話等で正確な災害情報を収集しましょう。



停電したら...

電化製品のコンセントを抜くかブレーカーを落として通電状態を遮断しましょう。

電力復旧時に通電火災が発生するおそれがあります。



ガスが止まったら...

震度5相当を感知すると、安全装置が作動して自動的に停止します。

安全が確認出来たら、マイコンメーターを操作して復旧しましょう。



水道が止まったら...

水道が止まると、トイレが使えなくなります。

使用できない場合は簡易トイレやトイレ袋を使用しましょう。



エレベーター利用中の時は...

揺れを感じたら行先階のボタンをすべて押し、最初に停まった階でおりましょう。

万が一閉じ込められてしまったら、非常用ボタンを押して外部に通報し、救助を待ちましょう。



管理組合での対応

管理組合での対応

地震に備えて

防災対策の推進

管理組合が中心になって防災対策に取り組みましょう。管理組合がない場合は地域の町会等に加入しましょう。

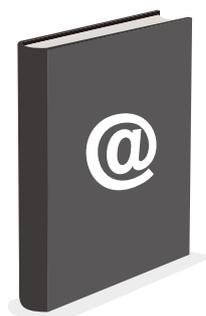
可能な限り全世帯が参加できるようにすることが大切です。



居住者名簿の作成と管理

区分所有者及び居住者の名簿を作成しましょう。

作成後は責任者が保管するなど適切な方法で管理しましょう。



災害時要配慮者の把握 支援体制の確立

居住者の中に、体の不自由な方で地震での避難が難しい方(災害時要配慮者)がいれば、事前に把握しましょう。

また、事前に避難の支援ができる体制を作っておきましょう。



防災計画・マニュアルの作成

居住者の世帯・年齢構成にあった防災計画・マニュアルを作成しましょう。

作成後は防災訓練等で検証を行い、必要に応じて随時更新しましょう。



防災資器材・備蓄物資の整備

右に示した「防災資器材・備蓄品リスト」を参考に、自分の組合に必要な資器材及び備蓄物資を用意しましょう。

用意したあとは、防災訓練等で使用方法等を確認しましょう。

★防災資器材リスト(参考例)

- ・油圧式ジャッキ
- ・ボール、ハンマー、のこぎり
- ・担架、リヤカー
- ・ヘルメット、手袋、メガホン
- ・ラジオ、毛布、救急箱
- ・脚立、救助用ロープ

★備蓄品リスト(参考例)

- ・飲料水
- ・アルファ化米
- ・栄養価の高いお菓子
- ・子供用ミルク
- ・おむつ
- ・衛生用品
- ・トイレ袋

地震に備えて

防災訓練の実施

年1回以上訓練を実施しましょう。訓練の際は防災計画・マニュアルで決められた避難や傷病者搬送方法等について検証しましょう。



管理会社等との事前調整

管理会社や設備の保守点検業者と災害時の対応について、下に示す事項を参考に事前に調整しておきましょう。

★調整事項(参考例)

- ・建物や設備に被害が生じた場合の対応
- ・ごみの集積などの衛生対策の確認
- ・エレベーター等の修理復旧計画の作成

町会・自治会との協力体制

地域の町会・自治会に加入し、防災訓練を行うなどして、災害時の協力体制を整えておきましょう。

また、日ごろから地域の行事に参加し、地域住民との交流を図りましょう。



管理会社との連絡維持

管理組合は、災害後の居住者の状況や動向、要望を把握しておく必要があります。そのために、あらかじめ災害時における連絡手段を把握しておくとともに、発災時の情報提供や状況確認方法を居住者に周知しておきましょう。

居住者

管理
組合

地域の事業所や商店街との連携

地域に事業所や商店街があれば、災害時にお互いが助け合える体制を築きましょう。

互いに協力することで災害時大きな助けとなります。



地震発生後

災害対策本部の立上げ

災害対策本部を立ち上げ、人的・物的被害の状況を集約して、対策を検討したのち、全体を指揮、実行しましょう。

防災センターがある場合は、居住者の安全確保と生活維持のための活動拠点としましょう。



初期消火

火災が発生した場合は初期消火を行いましょう。

各家庭の安全が確保できた居住者は消火活動に協力し延焼防止に努めましょう。



救出・救護

室内に閉じ込められた人の救出、傷病者の応急救護を行いましょう。

必要な場合は、AED（自動体外式除細動器）を使用しましょう。



災害時要配慮者の支援

事前に準備した名簿を使用して、災害時要配慮者の安否を確認しましょう。避難が必要な場合は、地域の安全な場所に誘導しましょう。



避難誘導

地震後に大規模火災の発生等で危険が迫っている場合は一時集合場所に集合したあと速やかに避難場所に避難しましょう。

避難する際は集団で行動しましょう。



物資の管理・配給

食料品や水などの備蓄物資や救援物資を適切に管理し、居住者に公平に配給しましょう。

災害時要配慮者には優先的に配分し、高層階居住者には物資運搬の手助けをしましょう。



連 絡 先 一 覧

区行政関連	所在地	電話番号
豊島区役所(代表)	南池袋2-45-1	03-3981-1111
防災危機管理課	南池袋2-45-1	03-3981-2100

警察署	所在地	電話番号
池袋警察署	西池袋1-7-5	03-3986-0110
巣鴨警察署	北大塚1-15-15	03-3910-0110
目白警察署	目白2-10-2	03-3987-0110

消防署	所在地	電話番号
豊島消防署	東池袋3-19-20	03-3985-0119
// 巣鴨出張所	巣鴨4-30-8	03-3949-0119
// 目白出張所	目白2-10-3	03-3989-0119
池袋消防署	西池袋2-37-8	03-3988-0119
// 高松出張所	高松1-2-4	03-3959-0119
// 長崎出張所	長崎3-7-5	03-3955-0119

東京都関連機関	所在地	電話番号
水道局豊島営業所	西池袋1-7-7	03-5958-5870
下水道局北部下水道事務所 豊島出張所	雑司ヶ谷1-11-9	03-3989-8523
第四建設事務所	南大塚2-36-2	03-5978-1703

インフラ関係機関	電話番号
東京電力(株) 東京カスタマーセンター(第二)	0120-995-006
東京ガス(株) 東京ガスお客様センター	0570-002211
東日本電信電話(株)	116

発行・編集／ 豊島区総務部防災危機管理課

東京都豊島区南池袋2-45-1

TEL:03-3981-2100 FAX:03-3981-5018