

マンションで 大地震を 生き延びる！

～マンションで暮らし続けるために必要な準備～

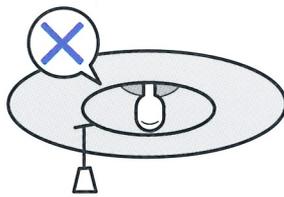
発災後に停電すると、マンションでは、、、

エレベーター停止



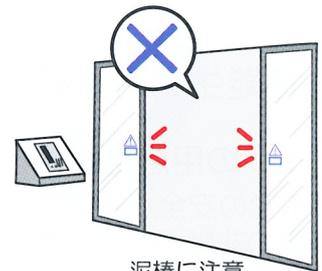
照明の消えた非常階段で昇降します

照明が消える



非常灯は、30分で消えます

オートロック停止



泥棒に注意

固定電話は使えない



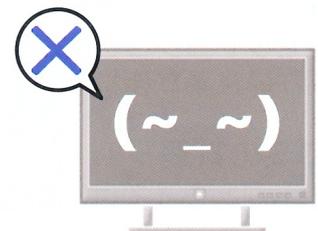
機種によっては使える電話もあります
多様な連絡方法を確保しましょう

停電は断水につながる



高層階では備蓄が重要

情報が得られない

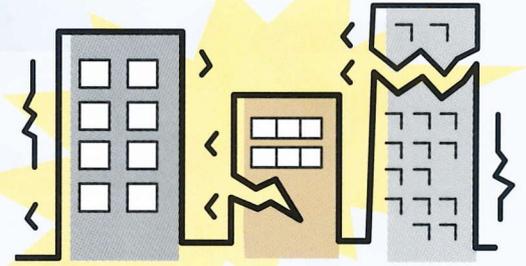


ラジオの準備をお忘れ無く

安全確保



まずは自分の身を守りましょう
揺れが収まるまでは、窓際を離れて
室内の安全な場所で様子をみましょう
あわてて飛び出すのは危険です



揺れが収まったら

- <1> 避難路の確保
ドアを開ける 窓には近寄らない
- <2> 火を消す
- <3> 隣近所の安否確認（声かけ）



動いていても
使用禁止

二次災害（通電火災、
ガス爆発、漏水事故など）
防止のため

避難が必要なときは

- <1> 避難する場合は、**ブレーカーを落とし、ガス、水道の元栓を閉める**
- <2> マンションのルールに従い、安否情報を報告する

子どもや高齢者、障害のある方などへの心配りを忘れずに、隣近所で協力して
安全を確保しましょう（日頃から要援護者リストの作成が必要です）

自主的避難生活（最初の3日間）

支援（行政や自衛隊、ボランティアなど）が来るのは、早くても4日目
以降と言われています
最初の3日間は、マンション内で協力して生き抜きましょう



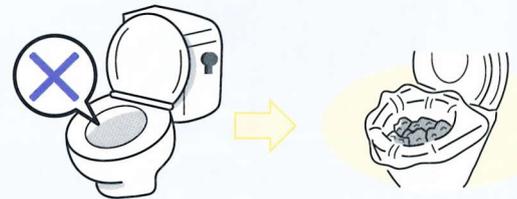
片付けを始める前に

被災状況の写真を撮りましょう
被害認定や補償請求に必要です

自主避難生活を送るポイント

・トイレの用意と管理

下水管の安全が確認できるまで、トイレは流せません
備蓄の非常用トイレを使用します



・エネルギー節約料理

電気、ガス、水道が使えなくても、普段食べ慣れたものを
食べる工夫をします
カセットコンロと調理用ポリ袋を活用すると、少しの水で
温かい食事が作れます



・ゴミの管理

指示があるまでは、**自宅内に保管**してください
マンション内のゴミ収集場所は、ルールを決めて利用します
自治体のゴミ収集が機能するまでには、1週間以上かかる
こともあります



トイレゴミ



生ゴミ



片付けゴミ

必ず分けて保管

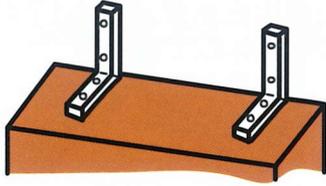
事前の備え（各家庭で行うこと）

マンションを震災時にも暮らし続けられる場所に！

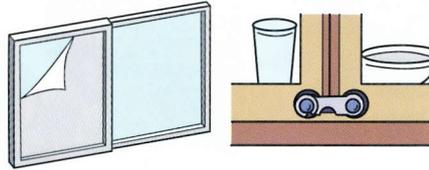
耐震対策

室内の耐震対策が**大切**です
高層階では**特に**揺れが大きくなります

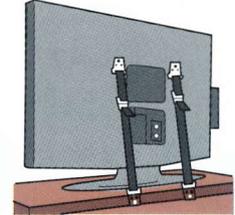
家具の転倒防止



ガラス飛散防止・扉ロック



テレビなどの転倒防止



寝室は、倒れてこない、落ちてこない、動いてこない場所に！

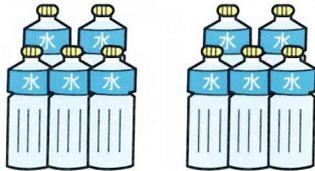
備蓄

各家庭で、トイレ、水、食料、電池など、支援がくるまでの期間（最低3日間）を生き抜ける準備をしておきましょう

非常用トイレ（便座にかぶせて使う）
5回×人数×3日間



飲用水 3ℓ×人数×3日間

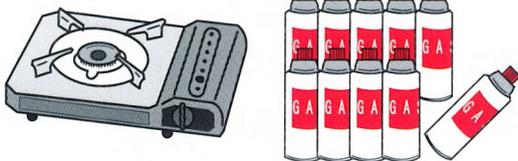


食料や生活用品はローリングストックで

家庭では、食べ慣れたものを少し多めに保存しておきます
災害時、コンビニやスーパーの商品は売り切れ、補充には時間がかかります



カセットコンロ&ガスボンベ10本以上



ラジオ



自分と家族の必需品

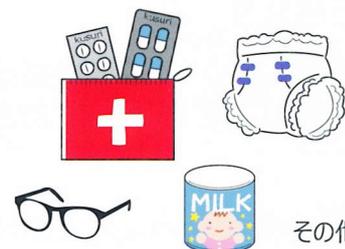
LEDヘッドランプ
（人数分）



LEDランタン



電池



その他色々

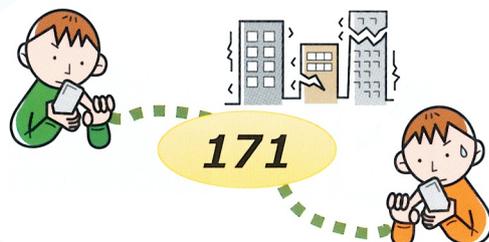
マンション全体での防災体制を確認しましょう

マンションや家族の情報を確認する方法

マンションや家族の情報を確認する方法をあらかじめ複数決めておきましょう

災害用伝言ダイヤル171を利用する方法もあります

災害用伝言ダイヤルは、マンション管理室の電話番号、家庭の電話番号などをキーに、災害時に電話で情報をやりとりする仕組みです



災害用伝言ダイヤル171

利用体験できる日

- ・毎月1日と15日
- ・1/1～1/3
- ・8/30～9/5
- ・1/15～1/21

連絡先を共有する

分譲マンションの建物や設備は区分所有者の共有です 震災後には、安否確認や修理の決定など、所有者の確認や意思を速やかに確認しなければならない場面が多く発生します 非常事態が解消するまでは、各世帯の最新の連絡先メールアドレス（または携帯電話番号）を管理組合や防災組織に知らせます

マンション内の共助

- マンション内の人と挨拶を交わしていますか？
- マンションの掲示板を頻りにチェックしていますか？
- 困ったときに相談できる人が、マンション内にいますか？
- 管理組合理事長の顔と名前や部屋番号を知っていますか？
- マンションの防災訓練に参加していますか？
- マンションに防災組織や防災マニュアルがありますか？



地域防災拠点との連携

行政の支援は、地域防災拠点を通じて住民に届きます

水、食料、情報は、マンションや町内会単位で協力して地域防災拠点に取りに行きます

防災組織として、地域防災拠点や給水拠点の位置などを自治体の発行している防災マップで確認しておきましょう



地域防災拠点は、横浜市内1箇所でも震度5強以上の地震があった場合に開設されます。主に以下のような役割を担っています。

- ①避難所
- ②最低限の水と食料の備蓄の場所
- ③安否情報・被害情報・救援物資情報の収集と伝達の場所