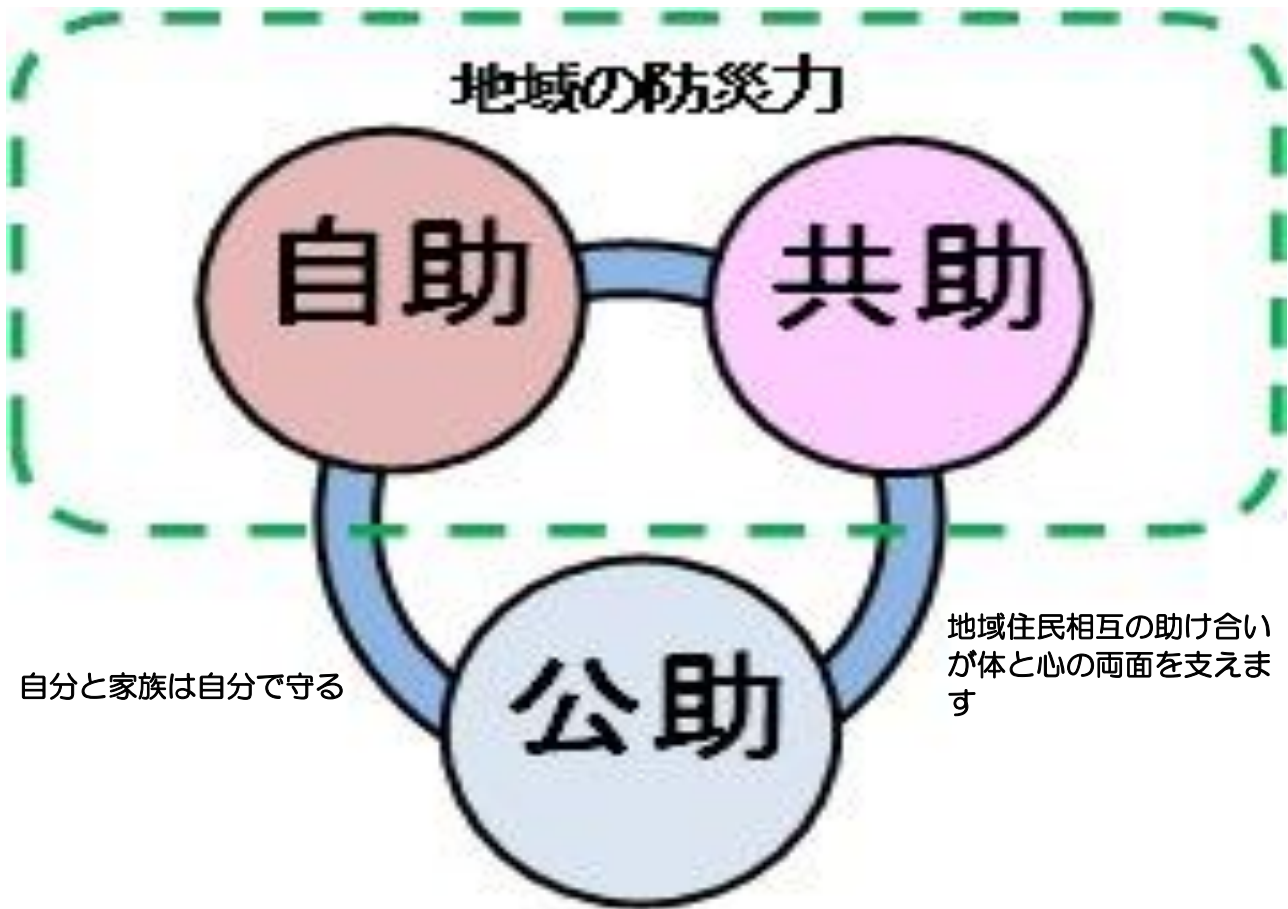


# 防災マニュアル



国・地方自治体・消防・警察・  
自衛隊等の防災・救援活動

アイビ・ネオハイツ酒々井管理組合

2020年12月

はじめに

2011年3月11日に発生した東日本大震災では、東北地方をはじめ、千葉県でも大きな被害が発生しました。幸い、アイビ・ネオハイツでは大きな被害はありませんでしたが、今後の大地震に備え、当マンションの実情に合わせた防災マニュアルを作成しました。尚、当マンションの立地条件から、他の地域と比べ、風水害の被害は小さいことから、地震対応を主体としています。

因みに、このマニュアルは、千葉市美浜区発行（平成30年5月）の「共同住宅者向け防災マニュアル」や「酒々井町の回覧板」等を基にして、防災委員会が作成したものです。

## 目次

1. 家具の転倒防止	頁1
2. 非常持出品	頁2
3. 備蓄品	頁3
4. 地震が起きたら	頁3～5
5. 自衛消防・自主防災隊の活動	頁6～9
6. 行政等の連絡先	頁9

## 1. 家具の転倒防止

過去の震災において、怪我をした方の多くは、家具の転倒等によるものでした。地震発生時、倒れてくる家具を避けることは困難で、家具の転倒や散乱により逃げ遅れることも考えられます。家具の固定や配置を見直しましょう。

- ① 家具は倒れる向きや場所を考えて配置する。寝室や子供の部屋にはできる限り家具を置かない。
- ② 家具の上には物を置かない。 を用いて、
- ③ 物の収納は重い物を下にし、家具の重心を低くする。
- ④ 食器棚や窓のガラスに飛散防止フィルムを貼る。
- ⑤ 可能な限り、背の低い家具等を選ぶ。
- ⑥ 転倒防止金具等で壁に固定し、家具を倒れにくくする。



(注) 転倒防止金具を取り付ける場合は、管理組合細則を守り、直径8mm以内の釘を用いて、3cm以内の打ち込みに止めること。

### 【 転倒防止金具の一例 】

名称	形状	使用方法	金額の目安
L字金具		壁と家具をL型金具で固定する。	300～1,000円
・ベルト ・チェーン ・プレート		家具と壁をそれぞれネジ止めした金具を、ベルトやチェーン等で結ぶ。	1,000円～ 2,000円
ポール (突っ張り棒)		棒状の突っ張りを、家具と天井の隙間に設置する。	5,000円～ 7,000円
ストッパー		家具の前面下部にくさび状に挟み込み、家具を壁側に傾斜させる。	1,000円～ 2,000円
マット		粘着性のゲル状のもので、家具の底面と床面を接着させる。	500～3,000円

### 【 家具転倒防止器具等取付補助金 】

町内に住民登録している75歳以上の一人暮らし世帯、75歳以上の方だけで構成されている世帯で、住民税非課税世帯の方を対象に、家具転倒防止器具の購入や取り付け費用に対して、1万円まで補助金が出ます。問い合わせは、健康福祉課（電話043-496-1171 内線133～135）へ

## 2. 非常持出品

- ・避難活動に支障が出ないように、荷物はできるだけ軽くしましょう。
- ・重さの目安は成人の男性で15kg、女性で10kg程度です。
- ・できれば家族全員にひとつずつリュックを用意し、玄関先・車のトランク等、持ち出しやすい場所に保管しておきましょう。

品目	品名等
貴重品類	<input type="checkbox"/> 印鑑 <input type="checkbox"/> 現金（紙幣、公衆電話用の10円硬貨）、貯金通帳、キャッシュカード <input type="checkbox"/> 健康保険証、運転免許証 <input type="checkbox"/> 住所録等
携帯ラジオ 携帯電話	<input type="checkbox"/> FM・AMの両方が聴ける小型のもの <input type="checkbox"/> 予備の電池（携帯用電話の電池を含む。）
照明器具	<input type="checkbox"/> 懐中電灯（できればひとりに1個） <input type="checkbox"/> 予備の電池 <input type="checkbox"/> ろうそく（太くて安定のよいもの）
ヘルメット	<input type="checkbox"/> 屋根瓦や看板等の落下物や転倒事故から頭部を守る為
非常食・水	<input type="checkbox"/> 乾パン、缶詰、ビスケット等、火を通さなくても食べられるもの <input type="checkbox"/> 水はミネラルウォーター等 <input type="checkbox"/> 赤ちゃんがいる場合は粉ミルク等
生活用品	<input type="checkbox"/> ナイフ、缶切り <input type="checkbox"/> ティッシュペーパー、ウェットティッシュ <input type="checkbox"/> ライター <input type="checkbox"/> ビニール袋等 <input type="checkbox"/> 簡易トイレ用品
衣類	<input type="checkbox"/> 下着、上着 <input type="checkbox"/> 靴下、ハンカチ、タオル等 <input type="checkbox"/> 赤ちゃんがいる場合は紙おむつ等

救急・衛生用品	<input type="checkbox"/> 絆創膏、ガーゼ、包帯、三角巾、消毒薬、マスク、除菌液 <input type="checkbox"/> 解熱剤、胃腸薬、風邪薬、鎮痛剤、目薬等 <input type="checkbox"/> 持病の為の常用薬
---------	--

### 3. 備蓄品

- ・ 公的機関による援助（公助）の体制が整い、救援物資が届くまでの数日間を自活する為のもの。
- ・ 最低でも3日分、できれば5日分を用意しましょう。

品目	品名等
水	<input type="checkbox"/> 飲料水はひとり1日3リットルが目安 <input type="checkbox"/> 保存期間を確認し、こまめに取り替える
食料品	<input type="checkbox"/> アルファ米、乾パン、切り餅、カップ麺、レトルト食品、菓子類等 簡単な調理や、そのまま食べられるもの
燃料・生活用品	<input type="checkbox"/> 卓上コンロ（ガスボンベは多めに用意） <input type="checkbox"/> 固形燃料 <input type="checkbox"/> 紙製食器、キッチン用ラップ、割り箸 <input type="checkbox"/> 洗面具、生理用品 <input type="checkbox"/> 新聞紙、ごみ袋、ビニールシート等

その他、あると 便利なもの	<input type="checkbox"/> 携帯トイレ	<input type="checkbox"/> 携帯鍋（コッヘル）	<input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ
	<input type="checkbox"/> 雨具	<input type="checkbox"/> ガムテープ	<input type="checkbox"/> さらし
	<input type="checkbox"/> 筆記用具	<input type="checkbox"/> 地図	<input type="checkbox"/> ドライシャンプー
	<input type="checkbox"/> ボディ洗浄剤	<input type="checkbox"/> 眼鏡	<input type="checkbox"/> 靴、スリッパ
消火	<input type="checkbox"/> 消火用具		

### 4. 地震が起きたら

下記のことを心がけて、（1）から順に落ち着いて行動しましょう。

#### （1）まずは身の安全を確保

- ・ 大きな揺れを感じたら、背の高い家具や窓のそばから離れ、丈夫な机やテーブル等の安全な場所に隠れて身を守りましょう。
- ・ 座布団等が身近にあれば、頭を保護しましょう。
- ・ 落下するおそれのある家具・電化製品・照明器具の下から離れましょう。



#### （2）すばやく火の始末

- ・ 揺れを感じたら、すばやく使っている火を消しましょう。
- ・ ガスは元栓を閉め、電気器具はプラグを抜きましょう。

ガスは震度5強相当を感知すると、安全装置が作動して自動的に停止します。復帰させるには、マイコンメーターに備えてある操作方法の手順に従って復帰作業を行ってください。

復帰作業を行っても復帰しない場合は、ガスの供給自体が停止しているため、供給開始後改めて操作を行ってください。

- ・万が一出火した時は、大声で近隣に声をかけ、火が小さいうちに消火しましょう。水や消火器以外でも、座布団で火を叩く、毛布で火を覆うといった方法もあります。火が出てから3分程度が消火できる限度です。火が大きくなったら避難しましょう。

**日常の心がけ** 火元近くに可燃物を置かない。

### (3) 脱出口の確保

- ・ドアや窓が変形して、外に出られなくなる可能性があるため、ドアや窓を素早く開けて脱出口を確保しましょう。

### (4) 室内・設備の確認と在宅避難の勧め

- ・**電気**：停電した場合、家電製品のプラグを抜くか、ブレーカーを落としましょう。再通電した時に、漏電により火災等の事故が発生することがあります。
- ・**室内の損傷**：ドアや窓が開くか、家具等の転倒により、日常生活に支障が出ないか確認しましょう。
- ・**水道**：建物が無事でも、配管の損傷により水が出ない場合があります。又、電気で水を汲み上げているため、停電により水が出ないことがあります。
- ・**トイレ**：排水管の破損があると汚水漏れや逆流があるため、水を流すのは排水管設備の状態が確認できてからにしましょう。

避難所はプライバシーの確保が難しく、ストレスが溜まって体調を崩してしまうこともあります。耐震性の高いマンションであれば、避難所への避難の必要性は低いと考えられます。酒々井中学校は、尾上、飯積、伊篠新田・今倉新田、東酒々井4・5・6丁目の居住者の指定避難所ですが、収容人員に限りがあります。室内・設備を確認して、可能であれば在宅避難をお勧めします。

### (5) 外に出る時はあわてずに

- ・ガラス・瓦・看板等の落下物に注意しましょう。
- ・塀ぎわ・崖・川べりには近づかないようにしましょう。

**日常の心がけ** 寝室にスリッパ等を用意しておく。

### (6) 正しい情報の入手

- ・ラジオ・テレビ・防災放送等から正しい情報を入手して、適切に行動しましょう。
- ・思いこみ・デマ・うわさ話・チェーンメールなどに惑わされないようにしましょう。

日常の心がけ

防災ラジオと予備の乾電池を用意しておく。



## (7) 家族の安否確認

大規模災害に遭った時、家族や友人に無事を知らせたい、家族や友人の安否を確認したい、そんな時に利用できるのが、災害時伝言ダイヤルです。安否確認の手段（どの手段で、どの電話番号で登録・再生するのか等）を、家族等で決めておきましょう。

### ■災害用伝言ダイヤル【171】：

電話機から音声の伝言を録音・再生するサービスです。伝言の保存期間は2日間（48時間）です。

- ・伝言を残したいときは、ダイヤル ①+⑦+①+自宅の電話番号を市街局番からダイヤルし、伝言を入れる。録音時間は、1分30秒以内です。
- ・家族や親戚・友人が安否を確認したいときは、ダイヤル ①+⑦+①+②+聞きたい家の電話番号をダイヤルし、伝言を聞く。

### ■災害用ブロードバンド伝言板【web171】：

インターネット上で安否情報を登録・確認するサービスです。

### ■携帯電話・PHS版災害用伝言サービス【携帯電話各社提供】

携帯電話で安否情報を登録・確認するサービスです。詳しくは、携帯電話各社へ問い合わせてください。

- ・NTTドコモ : <http://dengon.docomo.ne.jp/top.cq>
- ・ソフトバンク : <http://dengon.softbank.ne.jp/>
- ・au : <https://dengon.ezweb.ne.jp/>
- ・ウィルコム : <http://dengon.willcom-inc.com/dengon/Top.do>

災害時は通話が集中したり、通信局が被災する等、電話がつながりにくくなります。また、一方で、携帯電話のメールは比較的つながりやすいことも覚えておきましょう。毎月1日と15日の体験利用が可能な日に、試しに使って慣れておきましょう。

## (8) 冷静に避難

- 自治体等から避難指示があったら、災害対策本部を經由して冷静に避難する。
- 荷物は最小限にして、徒歩で避難。
- 車の使用は厳禁（渋滞を引き起こして、緊急車両の通行を妨げる）。

**日常の心がけ** 地域の避難場所を確認しておく

【 東酒々井6丁目の避難場所 】

一時避難所/避難場所	アイビ・ネオハイツ酒々井集会所 / 柿の木公園
------------	-------------------------

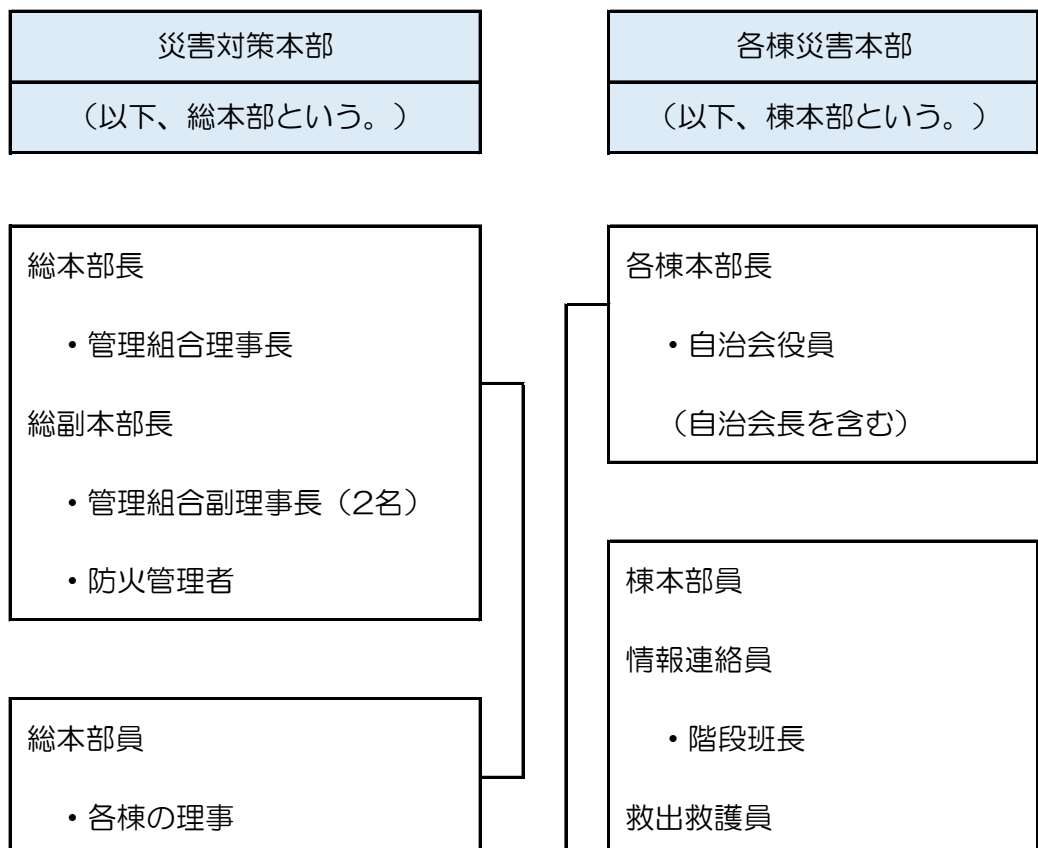
指定緊急避難場所	昭和公園
----------	------

指定避難所	酒々井中学校
-------	--------

5. 自衛消防・自主防災隊の活動

いざという時のために、日頃から居住者同士で話し合いをしたり、防災訓練を行う等して災害に備えましょう。災害が発生した場合は、自衛消防・自主防災隊の活動に協力し、周囲の方と助け合いましょう。

【 アイビ・ネオハイツ酒々井自衛消防・自主防災隊の編成 】



- |   |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>・階段班長</li> </ul> |
| <p>避難誘導員</p>  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>・階段班長</li> </ul> |
| <p>消火協力者</p>  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>・階段班長</li> </ul> |

## (1) 地震発生後、揺れがおさまったら

### a. 総本部

総本部は、原則として集会所とし、建物に重大な損傷が生じた時には、1号棟北側空地（防災倉庫隣地）にテントを展張し開設する。

① 震度5強以上の地震が発生したら、総本部員（総本部長等を含む。）は管理棟へ集合する。

- ・マンション全体の情報拠点として、対策本部を設置する。対策本部は主に情報の収集・発信、活動の指示を行う。

② 役割分担を確認後、本部の設置を居住者へ連絡する。

- ・発災直後は情報の収集・整理と、要支援者・負傷者の避難場所開設を優先する。

### b. 総本部長及び総副本部長

① 棟本部へ活動の指示を行う。

- ・早急に排水の禁止を通知、及び火災発生の有無を確認する。
- ・状況が判り次第、電気、ガス、水道等のライフラインや給食・給水について、居住者へ周知する。ゴミは一時各住戸で保管するよう要請。

② 行政等の関係機関と連絡、調整を行う。

③ 居住者への指示内容を決める。

### c. 棟本部

① 棟本部長は、建物前に各棟本部を設置する。

② 棟本部員は、居住者の安否、負傷者、建物被害等の情報を集約して、総本部へ伝達するとともに、総本部からの指示に従って活動する。

### d. 居住者

① 火事が発生したら、初期消火を行う。

② 安否確認の「大丈夫シール」を、玄関ドアに提示する。

### e. 階段班長

① 大丈夫シールが提示されていない住戸の玄関ドアを叩いて呼びかけたり、ベランダから呼びかける。

- ② 棟本部へ状況を連絡する。
- ③ 無事な居住者と協力して、住戸内に閉じ込められた居住者を救助する。
- ④ 災害時居住者名簿を棟本部へ渡す。

#### f. 情報連絡員

- ① 情報の収集・整理を行う。
  - ・ 居住者の安否
  - ・ 建物の被害状況
  - ・ 火災関連の情報等
- ② 情報収集・伝達を行う。
  - ・ 正確な情報を得るとともに、ニュースや酒々井町の災害対策本部との連絡により、棟本部及び総本部へ情報を伝達する。

#### g. 救出救護員

居住者の中に、看護師、介護経験者等の医療・福祉関係者がいれば、救出・救護への参加を要請する。

- ① 要援護者、負傷者の避難・誘導を行う。
- ② 共有スペース、集会所等に救護所を開設し、負傷者の救護を行う。
- ③ 避難者が来たら、名簿を作成する。
- ④ 必要に応じ、要援護者を＊拠点福祉避難所へ誘導する。

＊災害時、予め指定した施設の管理者に対して、避難者の受入れが可能な状況にある場合、拠点福祉避難所の開設を、町が要請します。開設された拠点福祉避難所へ、指定避難所において避難生活が困難な要援護者（高齢者、障害者、妊産婦等、災害時の一連の行動をとるのに支援を要する人）を移送します。直接避難することはできません。現在、酒々井町は未指定です。

#### h. 避難誘導員

避難・誘導場所を指示する。

#### l 消火協力員

- ① 延焼状況と延焼危険について確認する。
- ② 消火支援をする。

## (2) 地震発生から2日以降

#### a. 総本部

総本部長、総副本部長、棟本部長による本部会議を開催し、活動の指示を行う。

#### b. 総本部長及び総副本部長

- ① 行政等外部機関との連絡・調整を行う。
- ② 必要に応じて組織の改編を行う。
- ③ 防犯活動の指示を行う。

c. 棟本部長

- ① 本部との連絡、調整を行う。
- ② 各棟の状況を把握し、活動の指示を行う。
- ③ 防犯活動の指示を行う。

d. 情報連絡員

- ① 各棟対策本部のメンバーからの情報を集約し、整理する。
- ② 必要な情報を居住者へ伝達する。

e. 救出救護員

- ① 応急避難所を撤収する。
- ② 業務を終了し、他の業務を支援する。

f. 消火協力員

業務を終了し、他の業務を支援する。

### (3) 地震発生から4日目以降

a. 総本部長

ライフライン等の復旧が進んできた場合、本部の縮小・解散を決定する。

b. 棟本部長

総本部の指示により、活動の縮小・解散を指示する。

c. 情報連絡員

- ① 収集した情報を管理する。
- ② 行政からの連絡等を居住者へ伝達する。

## 6. 行政等の連絡先

### 【 酒々井町役場等 】

役場	043-496-1171
役場保健センター	043-496-0090

酒々井消防署	043-497-0119
佐倉警察署酒々井交番	043-496-3964

### 【 ライフライン 】

東京電力カスタマーセンター	0120-995-552
東京ガスお客様センター	0570-002211
NTTお客様相談センター	0120-019000
(株)広域高速ネット二九六	0120-533-296

【 救急病院 】

成田赤十字病院	0746-22-2311
日本医科大学千葉北総病院	0476-99-1111
聖隷佐倉市民病院	043-486-8111

【 近隣病院 】

千葉光徳会 千葉しすい病院	043-481-8111
---------------	--------------

【 設備 】

ホームライフコールセンター	0120-51-5036
---------------	--------------



















