



防災の手引き

ご家庭で、この手引きを確認しあいましょう！

家庭保存版

プランヴェール湘南茅ヶ崎自治会

目次

	ページ
はじめに	3
1. 茅ヶ崎市の大規模地震の想定	3
2. 当マンションの災害想定	3
3. 災害に対する日頃からの備え	5
4. 地震が発生したら(グラッ!ときたら)	7
5. 火災・ガス漏れが発生したら	8
6. 「災害対策本部」の設置	9
7. 被災後のマンション生活で守って欲しいこと	10
8. 防災訓練・防災教育について	10
添付資料	11
添付資料-1 伝言ダイヤル(171)の仕組みと操作方法	
添付資料-2 ガスの安全復帰手順	
参考 「被災証明」の申請	

【家庭保存版】の履歴

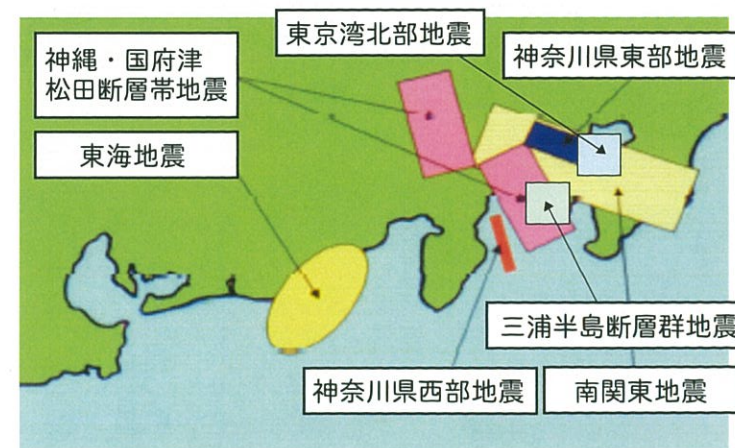
- 2010年(平成22年) 1月作成
- 2010年(平成22年) 2月改訂
- 2011年(平成23年) 10月改訂
- 2011年(平成23年) 12月改訂
 - 家庭版「防災・消防マニュアル」を12月に各戸へ配布
- 2017年(平成29年) 2月改訂、家庭保存版「防災の手引き」として配布
 - 【主な変更点】
 - 「東日本大震災」「熊本地震」「鳥取地震」を踏まえ、各戸の備蓄を「3日分以上」から「7日分以上」に変更
災害の程度によっては「避難所」へ避難するのではなく、「在宅避難」へ変更
 - マンションならではの各戸の順守項目の追加
 - カラー化で見やすく、内容を前回配布より軽減

はじめに

昔から怖いものは「地震・雷・火事…」と言われていますが、その中でも、いまだに事前の正確な予測が困難な地震は私たちの日常生活を不安にさせる一番の自然災害と言えます。そのような中、茅ヶ崎市では大地震を視野に入れた総合的な防災計画を定め、災害から市民の生命および財産を保護するとともに、災害の拡大防止と被害の軽減に努めています。一方、「プランヴェール湘南茅ヶ崎」(以下、当マンション)においても、防災気運の高まりを背景に、「自治会」や「自主防災組織」を中心として茅ヶ崎市による防災リーダー研修の受講、防災資機材の整備および当マンション内と地域での防災訓練の実施を行うことで当マンションとしての災害の拡大防止、被害軽減のための事前対策を施しております。この度、防災対策の一環として「家庭保存版 防災の手引き」として刷新いたしました。ぜひ、当マンションにお住いの皆様におかれましては、ここに書かれている内容をしっかりご理解いただくとともに、いつでも手に取ることのできる場所に保管いただきますよう、よろしくお願い申し上げます。

1. 茅ヶ崎市の大規模地震の想定

茅ヶ崎市の防災計画では、下記の「7つの大規模地震」が想定されています。いずれもマグニチュード7以上の巨大地震ですが、震度は5強～7が予想されています。



また、シミュレーションの結果から色々な被害が想定されており、これらは茅ヶ崎市のホームページで見たり、あるいは市役所ほかでも入手できます。

- 茅ヶ崎市防災マップ
- 地震による地域危険度測定調査 / 検証
- 「自分は大丈夫」と思っていませんか?
- 津波ハザードマップ
- 津波ハンドブック
- 液状化ハザードマップ
- 土砂災害ハザードマップ
- 応急手当講習テキスト

2. 当マンションの災害想定

1) 立地条件について

当マンションは、国や県の地質調査および茅ヶ崎市の防災マップ・ハザードマップなどのシミュレーションによれば、茅ヶ崎市の中では比較的恵まれた所に位置していると思われます。



2) 建物の耐震構造について

当マンションは「新耐震設計法」(1981年(昭和56年)建築基準法大改正・施行)に基づく手法により設計されたもので、「震度7程度」に耐える構造と思われます。

3) 「在宅避難」の推奨と移行



過去の大地震の経験、マンションの耐震性、「避難所」の収容能力をもとにした茅ヶ崎市からの推奨を受けて、当マンションでは災害程度が比較的軽度な場合は、「避難所」に避難するのではなく、原則「在宅避難」を基本的な考え方へと移行します。

指定避難場所の案内図

避難所 (地区防災拠点)

- ① 小和田小学校 (0.3 km)
- ② 赤羽根中学校 (0.7 km)
- ③ 松林小学校 (1.0 km)
- ④ 松林中学校 (2.0 km)

広域避難場所

-  湘南カントリークラブゴルフ場 (2.1 km)
-  茅ヶ崎高校・京急自動車学校 (2.4 km)



3. 災害に対する日頃からの備え

1) 【飲料水】【非常食】【簡易トイレ】の自己備蓄と【カセット式ガスコンロ】の備え

当マンションは前述のように茅ヶ崎市では比較的恵まれた所に位置していますが、大規模な災害時にはライフライン(電気・ガス・水道)は確実に停止し、日常生活は途端に困難となります。

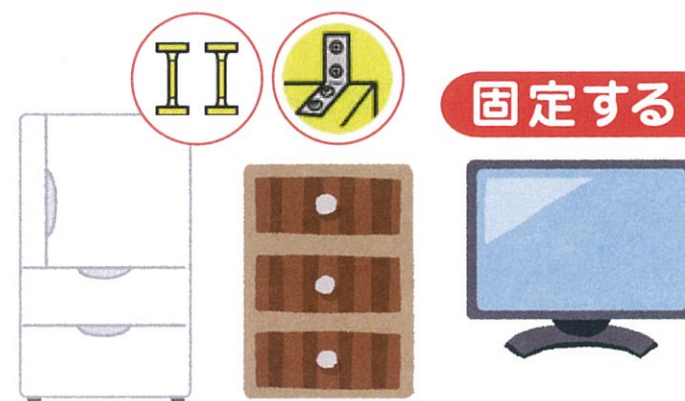
各戸で【飲料水】【非常食】【簡易トイレ】は「7日分以上」を備蓄しましょう。「市民便利帳 ちがさき生活ガイド」では、自己備蓄品は「7日分以上」としています。



7日分以上!

2) 家具などの固定

建物が大丈夫でも、家具やテレビなどの転倒による事故災害が多いのが実状です。金具や用具などを使って、しっかり固定しましょう。肝心なことは、固定する壁側の材質がコンクリートや強固な木材であることです。薄くて弱い装飾ボードの場合は、補助柱のある部分に固定して下さい。



3) 避難口の確保

物を置かない、ふさがない!

当マンションでは、災害時に避難脱出の際は玄関側のドアを利用しますが、地震によりドアが変形し脱出できなくなることがあります。

地震の場合は早目にドアを開放するか、ベランダ側の非常梯子を使いましょう。

火災が発生した場合に備え、共用通路やベランダには物を置かないようにしましょう。

ベランダは常に整理し、非常梯子のある避難口や隣との仕切り板をふさがないようにしましょう。

4) 怪我の原因になるガラス片

窓ガラスや家具類のガラス戸には、飛散防止フィルムを貼っておきましょう。

シャンデリアや照明器具なども落下して破損し、大変危険です。全体をカバーするフィルムや鎖などの落下防止で強化しましょう。

災害時には破損したガラス片を避けるため、普段から各所にスリッパやスニーカーを備えておきましょう。

5) 防災グッズの準備

ホームセンターなどで、防災グッズを簡単に入手することができます。必要な物を準備し、非常持出袋にまとめるなどして置き場所を明確にしておきましょう。



<非常持出袋の中身>

飲食類 ■ 飲料水 ■ 非常食 ■ 固形燃料・缶きり ■ マッチ・ライター	貴重品類 ■ 現金 ■ 印鑑・預金通帳 ■ 免許証・健康保険証
通信類 ■ 携帯ラジオ ■ メモ・筆記用具	衣類 ■ 下着・上着 ■ タオル・手袋
衛生用品類 ■ ティッシュ・生理用品 ■ 救急箱 ■ 石鹸・(水のいらない) シャンプー	その他 ■ ヘルメット ■ 懐中電灯 ■ 予備のメガネ・コンタクトレンズ

6) 家族の行動確認

普段から家庭内で話し合い、非常時の避難場所などを決めておきましょう。災害時は固定電話や携帯電話はつながりにくくなりますので、災害伝言ダイヤル（171）を利用しましょう。（P11の添付資料-1を参照下さい。）

4. 地震が発生したら(グラッ!ときたら)

巨大地震発生の直後は、自分の身をコントロールすることができず、何もできないということが実状だそうです。しかし、勇気を奮い立たせ、次に示す行動を取りましょう。

3秒	地震だ! ● 落ち着け! ● 身を守れ! ● 火を消せ! ● 玄関を開けろ!
1~2分	揺れがおさまった ● 火元を確認しろ! ● 家族を確認しろ! ● 靴を履け! ● 非常持出袋を持ち出せ!
3分	● 家族は無事か! ● 近くに火は? ● 繰り返す地震に注意を!
5分	● ラジオをつけろ! ● 電話はなるべく使わない! ● 車で逃げるな! ● デマに惑わされるな!

お願い事項

避難する場合は、

- **ブレーカーを遮断**して下さい。
- 「**避難完了板**」を玄関扉の外側に掲示願います。
- **災害弱者**の方に手助けをお願いします。
- **エレベーターは使わず**、階段またはベランダの非常梯子を使って下さい。



避難完了板



エレベーター内で災害に遭遇した時

- ①地震の初期微動（震度3程度）および火災発生時に停止します。
- ②動いている時は最寄の階に停止し、扉は約20秒前後開きます。その後自動的に閉じ、その階で停止します。
- ③閉じこめられた場合は、点滅している「開」のボタンを押すと扉が開きます。
- ④もし開かない場合は、「電話マーク」のボタンを押してサービス会社に通報します。
- ⑤震度4までは自動的に復帰しますが、それを超えた場合は停止したままです。

5. 火災・ガス漏れが発生したら

1) 初期消火の3原則

① 早く知らせる

- ・緊急用非常ボタンを押す。
- ・『火事だ!』と大声で隣近所に知らせる。
- ・119番へ通報する。

② 早く消火する

- ・出火から3分以内が消火できる限度。
- ・火元が小さいうちに座布団や毛布で消火。
- ・通路側玄関の近くにある消火器を使用。

③ 早く逃げる

- ・天井に燃え移ったら限界、避難。
- ・燃えている部屋の窓を閉め、空気を絶つ。
- ・煙の中では姿勢を低くして移動。
- ・避難はエレベーターを使わず、階段を使用。

2) 消火器の使い方

(消火器は2戸間隔で通路側玄関の近くにありますが)



① 安全ピンを抜く



② ホースを外して火元を狙って



③ レバーを強く握って放射

注意事項

消火栓・ホース類は消防署員が操作します。住民は触れられません。

3) ガス漏れが発生したら (ガス臭い時は)

- ① 窓を開け、部屋の空気を入れ換えて下さい。
- ② ガスコンロのつまみやメーターボックス内の元栓をしめる。
- ③ すぐに東京ガスへ連絡して下さい。(ガス漏れ通報緊急ダイヤル:045-945-1160)
- ④ 換気扇や電灯などの電気製品は、そのままの状態(通電している時は通電したまま)維持し、絶対に「スイッチの入り切りをしない」で下さい。
(スイッチの火花で爆発する恐れあり)

注意事項

メーターボックス内のガスメーターは、およそ「震度5」で自動遮断します。復旧については、P11の添付資料-2「ガスの安全復帰手順」を参照下さい。

6. 「災害対策本部」の設置

当マンションでは震度5強以上の巨大地震などの大災害発生時に「災害対策本部」が設置されます。(参考:茅ヶ崎市では震度5弱以上で、市役所内に「災害対策本部」設置。)

1) 「災害対策本部」のメンバーと組織構成

メンバーは「自主防災組織」「自治会」の全役員および「管理組合」の全理事で構成されます。(以下、「災害対策メンバー」と呼ぶ。)

ただし、「災害対策メンバー」とはいえ、自分自身や家族の安全、災害発生の防止、災害弱者の救援など設置前の作業があるため、「災害対策本部」の設置は災害発生後約30分~1時間後になると思われます。設置後は、設置場所を住戸の皆さんにお知らせします。また、災害が平日の日中に発生した場合は、「災害対策メンバー」の不足が予想されますので、メンバーとしての参加にご協力をお願いいたします。

2) 「災害対策本部」の任務

「災害対策本部」は、別冊(原本はコミュニティルームのキャビネットに管理)の「災害対策本部」用防災マニュアルに基づき、住民の人命保護を最優先として行動します。余力があれば、周辺地域の協力にあたります。「災害対策本部」は災害の状況により様々な行動をとりますが、全てマニュアル化し、どなたでも行動がとれるように準備しています。

「災害対策本部」の役割

1. 関係者全員	「災害対策本部」の設置、移動、解散など
2. 本部長	住民への避難指令、災害対策に関する指示事項
3. 副本部長	本部長の代行・補佐
4. 情報・総務・渉外班	(情報):被害/道路事情/災害復旧などの状況情報収集・掲示・記録 (総務):「災害対策メンバー」の記録・避難者登録、会議の招集など (渉外):「避難所」との情報交換・物資の調達交渉など
5. 警備・救護班	(警備):交通整理、防犯パトロールなど (救護):負傷者・患者の搬送、災害弱者への支援活動など
6. 消火・設備班	(消火):消火活動 (設備):被害調査、ライフラインの復旧・建物診断の情報収集など
7. 厚生・給食班	(厚生):仮設トイレの設営、ゴミの管理、清掃など (給食):食料・水の配給に関することなど

7. 被災後のマンション生活で守って欲しいこと

水を流さない!

地震で上下をつなぐパイプが破損しているおそれがあるため、トイレ・風呂・台所ではアナウンスがあるまで**水を流さない**で下さい。

ゴミを捨てない!

ゴミ集積場の秩序を守るため、アナウンスがあるまで**ゴミ・トイレゴミは勝手に捨てない**で下さい。

8. 防災訓練・防災教育について

有事の際に迅速且つ的確に行動がとれるよう、当マンションでは年に一回の「**防災訓練**」を実施しています。この中には、災害の一般知識講習、消火訓練、搬送訓練、応急救護訓練としてのAED取扱い法などをテーマとしております。また、茅ヶ崎市が行う「**防災リーダー研修**」や所属する 周辺6自治会での「小和田自治会連合会」主催の「**防災訓練**」があり、色々と体験できます。**これらには積極的に参加して下さい。**



添付資料-1 伝言ダイヤル(171)の仕組みと操作方法

●利用できる電話

災害用伝言ダイヤルの伝言登録および再生が利用できる電話は、

- ① 加入電話（プッシュおよびダイヤル回線とも）
- ② 公衆電話、ひかり電話、INSネット
- ③ 災害時にNTTが避難所に設置する特設公衆電話
- ④ 携帯電話、PHS

●提供開始

地震などの災害発生時に、被災者の安否を気遣う通話が増加し、被災地への通話がつながりにくい状況になった場合、サービスが提供される。

※ 提供の開始、登録できる電話番号など運用方法・提供条件については、テレビ・ラジオ・NTT東日本の公式ホームページなどを通じて知らせがある。

●登録できる電話番号（被災地電話番号）

災害により電話がかかりにくくなっている地域で、エリアの設定は概ね都道府県を単位として行われる。

●伝言録音時間・伝言保存期間・伝言蓄積数

- ① 伝言録音時間：1伝言あたり30秒以内
- ② 伝言保存期間：録音してから48時間
- ③ 伝言蓄積数：1電話番号あたり1～10伝言

●伝言の消去

伝言を預かってから保存期間を経過した時点で、自動的に消去される。

●利用料金

- ① 伝言の録音・再生時の通話料のみ必要
- ② 伝言録音などのセンター利用料は無料
- ③ 「避難所」に設置される特設公衆電話からの利用は無料

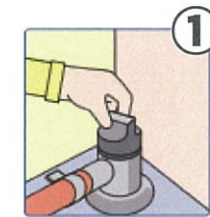
●その他

暗証番号の利用により、他人に聞かれたくない伝言など特定の方々の間での伝言録音・再生も利用できる。

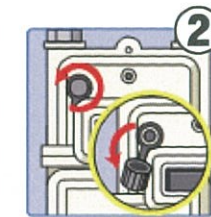
操作は、音声ガイダンスに従って簡単におこなえます



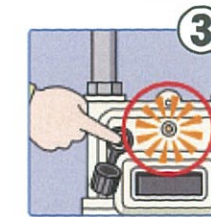
添付資料-2 ガスの安全復帰手順



すべてのガス機器を止める。



マイコンメーターの左上にある「復帰ボタン」のキャップをはずす。



復帰ボタンを奥までしっかり押し、表示ランプが点灯したらすぐに手を離す。



約**3分**待つ。マイコンメーター真ん中の赤ランプの点滅が消えるとガスが使える。

3分以上点滅が続くときはガス器具の止め忘れを確認して、③と④をやり直す

参考 「被災証明」の申請

震災の場合、被災者は各種保険金の受取、税金の免除、無担保の低利融資、義援金の給付、支援寄付金の給付など様々な支援を受けることができます。その時に必要となるのが「被災証明書」で、手続きは茅ヶ崎市の窓口です。