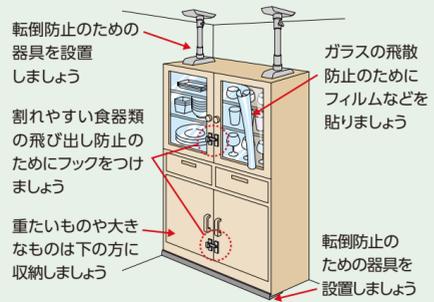


マンションにお住まいの方も、そうでない方も、コロナ禍の今！「在宅避難」ができるように、しっかり備えをしておきましょう

家の中でけがをしないために



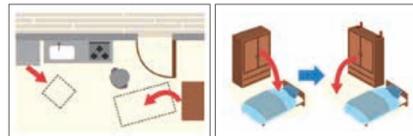
● 救急車を呼んでも…

大けがをしても、けが人が多くなる大規模災害時には、119番も繋がりにくくなり、また、救急車も直ぐに来られないことも想定されます。



● 家具の配置を考えましょう

大きな家具が倒れて、出口をふさいだらりと、火災などで逃げるときの妨げになります。寝ている場所や居る時間が長い場所では、転倒や物の落下を考えて、家具類を配置しましょう。



断水したときのために

● トイレの水が流せない…

トイレの我慢は体調不良につながります。いつでもトイレができるように携帯トイレなどを準備しておきましょう。



● 手が洗えません…

ウェットティッシュや手指消毒用のアルコール除菌液などを準備しておきましょう。



● 飲料水の備蓄は多めに…

大人ひとり1日約3Lの水が必要と言われています。非常食の調理にも水が必要です。十分な備蓄をしておきましょう。常温保存できるお茶やコーヒー、栄養のある野菜ジュースなども備蓄しておきましょう。



● 水分が不足すると…

心筋梗塞や脳梗塞など命にかかわる病気になりやすくなります。



停電したときのために

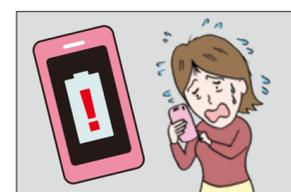
● 移動するときは…
けがをしないように注意しましょう。



● 食事やトイレのときは…
ランタン型の灯りが便利です。



● 大事な連絡ができるように…
災害時には家族の安否確認などで、いつもより携帯やスマホを使用します。充電できる用意をしておきましょう。



7日間生活できる備蓄をしましょう！

賞味期限のある食料品などの備蓄は無駄のない「ローリングストック」で備蓄しましょう



● 救援の遅れも想定して…

南海トラフ巨大地震では、被害が広範囲にわたるため救援などの遅れが想定されます。7日分生活できる備蓄をしておきましょう。



● 家族の状況に応じた備蓄を…

介護が必要な方がいる世帯や赤ちゃん・子どもがいる世帯など、家族の状況に応じて必要なものを備えましょう。



● 心身ともに疲弊する災害時だからこそ…

暖かい食事ができるように、カセットコンロやボンベ、湯せん調理ができるポリ袋などを備えましょう。



大切に!!

マンションde防災

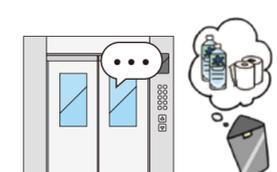
木造家屋と比較して地震による建物の損壊が少ないといわれるマンション。しっかり備えをすれば自宅で安心して生活できる「在宅避難」が可能となります!しかし、マンションならではの課題も…。

地震発生!! マンションで何が起ころ!?

ケース1 エレベーターが停まる

どうする? 閉じ込め

南海トラフ巨大地震では被害が広範囲にわたるため、救出までに相当な遅れが想定されます。エレベーター内での備蓄や救出方法を検討しましょう。



どうする? けが人の救出や搬送

たくさんの住民のみなさんの手助けや協力が必要になります。



どうする? 階段の昇り降り

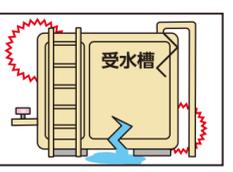
高層になるほど階段を昇り降りして部屋へ戻ることが難しくなります。高齢者や障がい者のために、集会室などの利用を考慮しておきましょう。



ケース2 受水槽・高架水槽が壊れる

どうする? 水が出ない

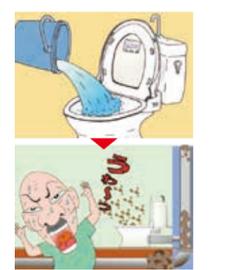
受水槽や高架水槽の破損により断水となることも少なくありません。階段を昇り降りして重い水を運ぶのは大変です。十分な水の備蓄をしておきましょう。



ケース3 排水管が壊れる

どうする? 汚水が部屋に

排水管などの破損も少なからず発生します。上の階で水を流したために、下の階で汚水があふれ出す被害も発生しています。水を流さないようにしましょう。



これらの他にも、災害時には行政からの救援物資の受け取りや情報の収集・共有など、住民のみなさんが、お互いに協力し合うことが多くあります。

避難所には情報が集まるが…

在宅避難ができるように、自分のウチの備えだけは十分にしていたけど、災害時を考えると、いろいろ住民どうしの協力も必要になるよね…

そうよね、災害時の事を考えると、助け合いやトラブル回避のために、住人どうしで話し合っ、必要なことを決めておかないとね…

● マンション内の防災の取組って、例えばこんなこと ●

- ✓ ジャッキ、バールなど家庭では準備できない救助用資材などをマンションで備蓄する
- ✓ マンション住民同士で助け合えるように防災組織を作る
- ✓ マンションで備蓄している物資の確認や定期的な防災訓練をする
- ✓ 防災の取組を通じて、いざというときのためにお互いに顔の見える関係を作る

災害時のルールを決める など、マンション内で防災の取組を進めましょう

防災の取組って言われても、何から始めたらいいのかわからないんだけど…

理事会の役員だけど、防災のことなんて詳しくないし、相談できる場所はないだろうか…

マンション防災の取組をお手伝いします

中央区役所では、防災対策に取り組むマンションへのサポートを実施しています。災害時でも安心して生活できるマンションづくりを進めませんか?

サポート内容(無料)

- ・防災出前講座の実施
- ・訓練やワークショップの実施
- ・防災マニュアルの策定 など

「何からはじめたらいいの?」「どんな訓練ができるだろうか?」「とにかく理事会に呼んで話を聞いてみよう!」そんな時は、お気軽にご相談ください。

申込み 市民協働課(市民協働)5階51番
問合せ ☎6267-9843