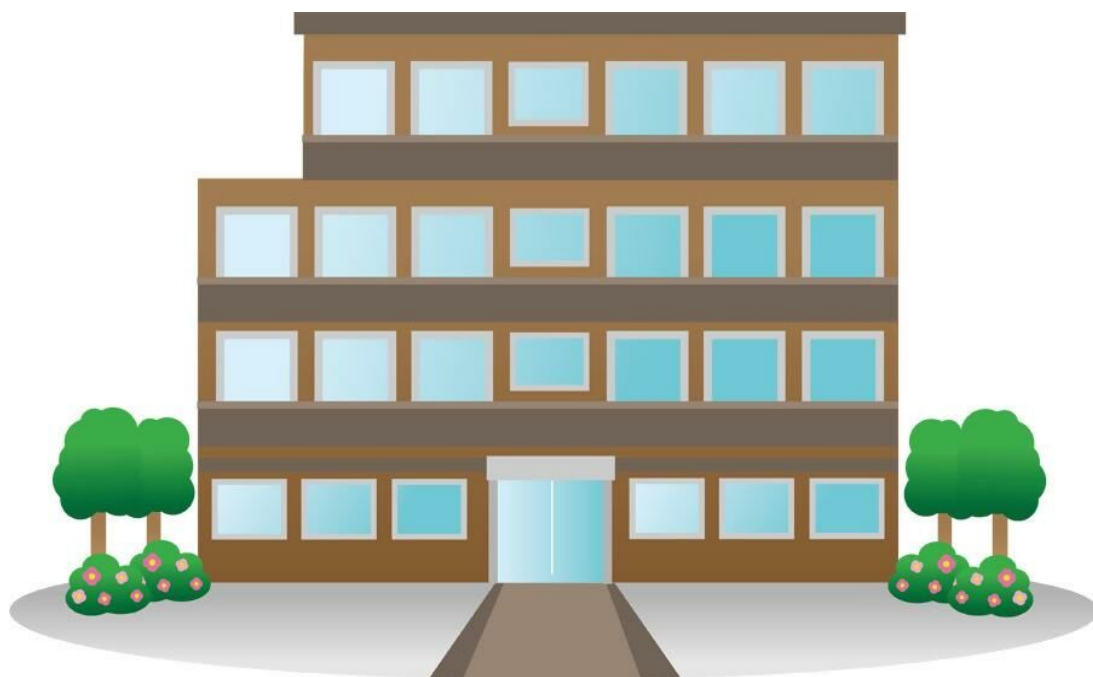


マンション防災マニュアルの手引き



目黒区都市整備部住宅課
電話番号 03-5722-9878
目黒区総合庁舎6階
(平成31年4月)

はじめに

東日本大震災後、「マンション防災力の強化」の必要性が高まっています。特に首都直下地震が予想される都内においては、各管理組合が個々のマンション事情に応じて、いかに大地震に備えた体制づくりをするかということが重要になっています。

今回、「マンション防災マニュアルの手引き」を国や東京都の動きや目黒区地域防災計画、目黒区防災行動マニュアル等に合わせ改定しました。各マンションの「マンション防災マニュアルの作成」の参考として、この手引きを活用してください。

マンション防災力の強化策

マンションの防災力を高めるためには、防災組織の立ち上げが必要です。防災組織は、理事等役員とは別の組合員が担当することが望ましいですが、小規模マンションでは、理事の兼任でも構いません。またマンションの居住者は、在宅避難が基本となります。災害時の被害を最小に抑えるべく、自ら取り組む「自助」、管理組合で取り組む「共助」が非常に重要になります。

下記のフロー図のとおり、防災組織を立ち上げたら、家族構成等居住者の状況を把握し、災害用の居住者名簿の作成や備蓄品を整備しましょう。特に要配慮者の把握が重要です。災害時の協力体制を作りましょう。

マンション防災力の強化策と流れ

マンション防災力のチェック（P2に記載）

- ・マンション防災チェックリストで現在のマンションの防災力を把握する



防災組織を立ち上げる（P3に記載）

- ・専門部会を設置
- ・役員以外からも公募
- ・目的や役割を明確にして総会決議
- ・管理会社の協力も要検討



居住者の状況を把握する

- ・アンケート等を活用（P5に記載）



防災マニュアルと備蓄品を整備する（P6～P9に記載）

- ・対応フローに沿って、マニュアルを作成
- ・平常時から決めておくことの整理
- ・各家庭とマンションの管理組合で備蓄品を準備



定期的に防災訓練や会議を実施する

マンション防災力のチェック

マンション防災チェックリストで現在のマンションの防災力を把握しましょう。

項目	チェック欄	チェック内容
防災組織の立ち上げ (P3)	<input type="checkbox"/>	組合内に防災組織がある
要配慮者の把握 (P5)	<input type="checkbox"/>	要配慮者（※）を組合として把握している
防災マニュアルの整備 (P6～P8)	<input type="checkbox"/>	定期的に防災訓練を行っている
	<input type="checkbox"/>	安否確認方法を決めている
	<input type="checkbox"/>	エレベーターの仕様を把握している
	<input type="checkbox"/>	エレベーター等の保守会社の連絡先を把握している
	<input type="checkbox"/>	組合として消防用設備等を把握している
備蓄品の整備 (P9)	<input type="checkbox"/>	組合として応急手当用品を備蓄している
	<input type="checkbox"/>	組合として救命工具を備蓄している
	<input type="checkbox"/>	組合として食料品、飲料水を備蓄している
避難場所等の周知 (P10)	<input type="checkbox"/>	組合として行政指定の避難場所を案内している
	<input type="checkbox"/>	組合としてマンション内の避難ルートを周知できている
その他	<input type="checkbox"/>	管理組合が保存している書類を被災した場合を考慮してバックアップ（電子化等）を行っている。

※ 要配慮者とは

高齢者・障害者・乳幼児・妊産婦・外国人など、発災前の備え、発災時の避難行動、避難後の生活などの各段階において、特に配慮を要するかたを要配慮者といいます。

また要配慮者のうち、災害が発生または災害が発生するおそれがある場合に、自ら避難することが困難なかたで、円滑かつ迅速な避難のために、特に支援が必要なかたを避難行動要支援者といいます。要支援者に関しては、区で名簿の作成を行っております。P10をご参照ください。

防災組織の基本構造

防災組織を立ち上げましょう。災害時は居住者同士で協力して、対応する必要があります。防災組織の立ち上げ方法と防災組織の一例に関しては下記を参照してください。

●防災組織の立ち上げ例

- (1)有志等により防災組織立ち上げについて総会の合意を得る。
- (2)合意を得たら、「防災対策発足チーム」（仮称）を編成する。
- (3)防災対策チームで班構成、活動案を検討して、居住者に意見募集をする。
- (4)募集した意見を集約、修正して理事会に提案する。
- (5)理事会での承認決議を経て管理組合総会に提案する。
- (6)総会にて承認決議を経た後、本部長、班長、班員を決めて活動を開始する。

※注意点

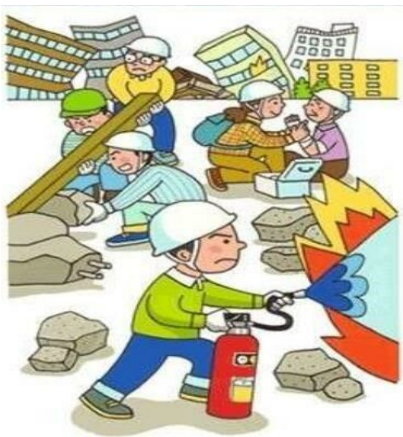
- ・意見募集の回収の際は、個人情報の取り扱いに注意する。

●防災組織の一例



本部長・副本部長

- ・全体指揮
- ・関係機関への連絡



■情報班

- ・安否確認
- ・危険箇所確認
- ・被害確認
- ・広報

●消火班

- ・初期消火
- ・火災周知
- ・火災予防周知

●救助救護班

- ・救助
- ・応急手当
- ・搬送

■避難誘導班

- ・避難誘導
- ・避難補助
- ・避難場所指示

生活班

- ・トイレ対策
- ・ゴミの管理
- ・備蓄品管理

※マンションの規模に応じて、■、●印同士の班はそれぞれ1つの班として兼ねることが可能です。

●年間活動計画

防災組織を定めたら年間活動計画を作成して、活動しましょう。年間活動計画で挙げるものとしては以下のようなものがあります。

- ・総会の開催
- ・避難ルートの点検（年数回）
- ・地域の行事参加（防災訓練等）
- ・マンション巡回強化
- ・備蓄品の購入
- ・要配慮者の避難方法の確認
- ・マンションの防災訓練（消火栓・消火器訓練含む）
- ・次年度の役員選出

防災組織の構成と役割

以下の表を参考にして、マンションの戸数や事情に合わせて内容を変更しましょう。

班	大地震時の活動内容	平常時の活動内容
本部長 副本部長	<ul style="list-style-type: none"> ◆災害対策本部の設置 ◆建物被害の把握と活動指示 ◆関係機関との連携・調整（行政、消防、管理会社、エレベーター保守会社等） 	<ul style="list-style-type: none"> ◆建物、防災設備の実態把握と点検、調査 <ul style="list-style-type: none"> ・建物の図面を入手する ・受水槽、高架水槽の取付、劣化状態を確認する ・バルコニーの植栽、置物の注意喚起 ◆災害時の規約の見直し <ul style="list-style-type: none"> ・災害時、緊急時に救助のために区分所有部分に立ち入ることできるかを確認する ◆建物の修繕計画、耐震補強等と連携した取組・防災活動（防災訓練等）の企画と実施 <ul style="list-style-type: none"> ・過去の災害事例の研究 ・直近の消防用設備等点検を参考に非常避難設備を確認する ・災害時の集合場所を決めておく ・居住者同士の顔合わせ機会とする
情報班	<ul style="list-style-type: none"> ◆居住者安否等・建物被害の情報収集 ◆危険箇所の立ち入り禁止措置 ◆本部と居住者の情報連絡 ◆居住者への情報提供 	<ul style="list-style-type: none"> ◆安否確認方法の確立 <ul style="list-style-type: none"> ・安否確認シール（参考例）等の作成 ◆立入禁止、使用禁止用のテープ等の準備 ◆防災に関する情報把握と提供 <ul style="list-style-type: none"> ・避難生活における注意点の周知 ・災害用テントの組み立て方を確認する ・ハザードマップの把握 ◆アンケート等の実施
消火班	<ul style="list-style-type: none"> ◆火災の確認と初期消火 ◆二次災害防止のための居住者への火災予防周知 	<ul style="list-style-type: none"> ◆防災設備の取扱いの確認 ◆消火訓練 <ul style="list-style-type: none"> ・配置、状態、使い方を確認する ・消防署との連携を確認する ・役割分担を確認する ◆避難障害物の確認と除去
救助救護班	<ul style="list-style-type: none"> ◆救護所の開設と運営 ◆閉じ込め者の救助 ◆負傷者、要配慮者の救護等 ◆医療機関までの搬送と付添 	<ul style="list-style-type: none"> ◆応急手当の講習受講 ◆資機材、医薬品等の備蓄管理 <ul style="list-style-type: none"> ・救助活動に必要なバール、のこぎり、ジャッキ等の取扱い方法を確認する
避難誘導班	<ul style="list-style-type: none"> ◆要配慮者の避難支援 ◆火災発生時、混雑場所・危険箇所での誘導 ◆建物・設備の安全確保 ◆地域避難所の情報提供 ◆地域と連携した建物内外における防犯活動の実施 ◆出入口管理 	<ul style="list-style-type: none"> ◆要配慮者の把握 ◆避難経路の確認、地域避難所の把握 <ul style="list-style-type: none"> ・断水、停電、エレベーター停止時の対応研究 ・付近の危険箇所の確認
生活班	<ul style="list-style-type: none"> ◆備蓄品の配布 ◆マンホールトイレの設置と衛生管理 ◆炊き出しの実施 ◆地域への協力 ◆ごみ集積場所の確保と管理 ◆不足品の調達 ◆飲料水、救援物資等の受取り 	<ul style="list-style-type: none"> ◆防災備蓄品の計画的配備と維持管理 <ul style="list-style-type: none"> ・保管場所の確認 ・食料品、飲料水等の備蓄品の管理 ◆支援物資の受取り

補足

各班の「平常時の活動内容」を参考にしながら、平常時に決めておくことを整理しましょう。整理したあとは、マニュアル内に盛り込み、居住者に周知しておきましょう。

居住者や地域との関係づくり

●居住者名簿（防災用）の参考例

アンケート等を活用して、要配慮者や災害時に協力が可能なかたなどを把握しておくといざというときの迅速な活動に役立ちます。作成にあたっては、個人情報となるので、総会で取り扱い方法、管理方法、ひな形などを定めておくとともに、居住者に対しては、災害時以外は使用・閲覧しないこと、マンション外部への提供はしないことなどを、あらかじめ周知しておく必要があります。

項目の一例

（１）世帯の代表者欄

- ・代表者氏名 ・部屋番号 ・職業 ・電話番号 ・緊急連絡先など

（２）世帯情報欄

- ・各世帯員の氏名 ・生年月日 ・職業、学校名など

（３）災害時協力者欄

災害時に協力が可能なかたを把握するための欄です。

- ・協力可否
- ・協力可能な居住者の氏名
- ・災害時に役立つ資格・知識欄（医療関係・福祉関係・救命救急講習受講・その他）など

（４）要配慮者欄

災害時に支援が必要なかたを把握するための欄です。

- ・支援が必要なかたの有無
- ・支援が必要なかたの氏名
- ・移動手段の有無（車いす、杖、歩行器など）
- ・コミュニケーションに関する配慮の有無
- ・医療的ケアの有無
- など

●居住者同士のコミュニケーション

家具転倒防止対策や備蓄品等、各家庭での備えは大切ですが、家庭・個人の力だけでは限界があります。マンション内の居住者との良い関係づくりを心掛け、災害時の協力体制の土台を作りましょう。日頃から積極的に挨拶等を行い、コミュニケーションを図りましょう。

●地域との関係づくり

災害時は、地域が協力して応急活動に取り組むことが被害拡大を防ぐことにつながります。いざという時に備えて、地域との関係を深めることも重要です。地域の行事に積極的に参加し、日頃から地域住民との親睦を深めましょう。

また、町会等の地域が主催している合同防災訓練に参加することも大切です。

震災時の留意点

まずは自分の身、家族の安全を確認することを居住者に周知することが大切です。

(1) 自分の身の安全に努める

- 高層階では、数分揺れが続くことがあるため、机の下などで、頭を保護する。
- 揺れがおさまったら火の元を確認する。
- ひとりでは手に負えないときは大きな声で協力を求める。



(2) 家族の安全確保・安否確認

- 大きな声でお互いに安否を確認する。
- 必要に応じて隣人等に助けを求める。



(3) 室内被害状況・入口ドア・各窓の開閉状況の確認

震災時対応フロー（防災組織）

自分の身や家族の安全を確保した後、以下の震災時対応フローに沿って、「発災直後」、「発災3日後まで」、「4日以降の復旧時」に分けた「防災マニュアル」を作成しましょう。

●発災直後

(1) 対策本部の設置

- 役員・防災組織メンバーは、平常時に決めた場所に集合し、災害対策本部を設置
- 対策本部の役割対応・配置
- エレベーターの使用禁止
- 排水制限
- 行政等の関係機関からの情報収集

(2) 安否確認および被害状況の確認

- 居住者の安否確認
- 危険箇所・被害状況の確認
- 安否確認の結果を収集し整理

(3) 救助作業

- 閉じ込め者の救助（エレベーター内と各住戸内）
- 負傷者の応急手当
- 関係機関、保守会社等への連絡・通報
- 医療機関などへの救援要請、搬送



●発災3日後まで

- 安否不明な住戸の確認
- 被害状況の整理
- 行政等の関係機関から最新情報を再度収集
- 各班への行動指示



●発災4日以降の復旧時

- 備蓄品・救援物資の配布方法
- ごみの保管の徹底、整理
- ライフラインの情報の提供
- 危険箇所情報
- 避難が必要な場合は、避難先の検討
- 炊き出しの案内（炊き出し用具を備蓄しているマンションの場合）

防災マニュアル作成にあたって検討すべきこと

災害時において、被害を最小限に止めるためには、管理組合が主体となって、マニュアルづくりを行う必要があります。

マニュアルは災害時だけに読むものではなく。管理事務室や各家庭において、常に目につく場所に保管し、いつでも活用できるようにすることが大切です。わかりやすいマニュアルを作るには、少人数の役員だけで作るのではなく、組合員全員で作るよう心掛けましょう。

作成にあたっては、下記のことを十分考慮し、作成後はマニュアルに沿った防災訓練を定期的に実施しましょう。

■ 管理規約の見直し

- ・ 救助作業の際は救助工具を活用して救助を行います。専有部分に入るためには、管理規約による規定が必要です。
- ・ 発災時は必要な権限を理事長から本部長等に委譲できるようにしておくことも必要です。

■ エレベーター

多くのエレベーターは、地震を感知すると最も近い階に停止し、ドアが開く機能が備わっていますが、この機能がないエレベーターもあります。事前にエレベーター会社に地震発生時の動きと復旧方法について確認しておきます。

- ・ 地震発生時のエレベーターの動きを確認
- ・ エレベーター内に閉じ込められた場合の救出方法
- ・ エレベーター会社の復旧体制
- ・ 発災後のエレベーターの使用

■ 安否確認の方法

管理組合として迅速に行動するためには、安否確認が重要です。あらかじめ安否確認方法を決めておき、繰り返し訓練しておきます。

(例)

- ・ 在宅者が各階の決められた場所に集合し安否確認をする
- ・ 在宅者がドアにあらかじめ決められた安否確認シールを貼る

(安否確認シールの参考例)

**安否確認済
この部屋の安否は
確認されています。**

■ 水の確保

受水槽がある場合は、受水槽の水を確保しておくことができます。地震を感知して自動的に給水を止めるものと、手動で切り替えないと給水を続けてしまうものがあります。あらかじめ受水槽の仕様を確認して給水を止める方法をマニュアル化しておきます。

■ マンションの特徴に応じて

- ・ 管理人が不在の時間が多いマンションは、区分所有者でかつ居住者の中で防災組織の本部長を選任しましょう。
- ・ ワンルームマンションにおいては、災害備蓄品を管理組合で一括購入して、各戸に配布するなどの方法もあります。
- ・ 大規模マンション、タワーマンションにおいては、フロア、ブロック、棟別ごとに活動単位を設定しましょう。あらかじめ活動単位を設定することにより、助け合いや連絡がとりやすくなります。

■ 共用スペースの使用方法

共用スペースの使用方法を決めておきましょう。以下は一例となります。

- ・ 駐車場や駐輪場の一角を臨時のごみ集積場とする。
- ・ 集会所や管理人室は災害対策本部による使用や備蓄品の保管場所とする。
- ・ エントランスホールは、怪我人の応急処置などを行う場所とする。

震災時の避難生活における注意点

マンションは建物の倒壊リスクが少ないため、大地震の際、対象の被害が発生しても、建物内にとどまって被災生活を送る、在宅避難が基本となります。そのため、防災マニュアルの作成にあたっては、下記のような在宅避難における注意事項を記載しておき、P7「防災マニュアル作成にあたって検討すべきこと」と合わせて、居住者に周知しておく必要があります。

■ 避難するときは

マンションは在宅避難が基本となりますが、以下の場合はすぐに避難します。

- ・ 行政より避難勧告、避難指示が発令されたとき
- ・ マンション内部もしくは周辺で爆発、火災が発生し、延焼の危険があるとき
- ・ ガス漏れが発生したとき
- ・ 災害対策本部長が避難を必要と判断したとき

■ 避難先の把握

避難する場合は、避難先と連絡先を対策本部に伝えておく必要があります。

■ エレベーターの使用制限

エレベーターは使用しないようにしてください。余震などにより閉じ込められる可能性があります。

■ ごみの問題

災害時のごみの回収が止まります。被災ごみ（割れた食器・破損した家具など）が大量に発生することも予想されます。臨時のごみ集積所の確保やごみの少量化などのルール化を確認しておきます。また携帯トイレ、簡易トイレは時間がたてば臭気が発生します。消臭剤、殺菌剤等を備蓄品に入れておくことも必要です。

■ ライフラインの問題

○電気

阪神淡路大震災では、原因が特定できた建物火災の約6割が通電火災によるものでした。地震発生時、避難するときは、ブレーカーを落とし、コンセントを必ず抜きましょう。また感震ブレーカーの設置を検討しましょう。

○ガス

マイコンメーターが震度5程度の地震でガスの供給を遮断します。また元栓を閉めることも重要です。

ガスの臭いがしたときは、窓を開けて換気をしましょう。

○水道（排水制限）

上下階の排水設備が壊れている場合がありますので、トイレ等で安易に排水しないことが大切です。流せない場合はビニール袋などで一時的に保管しておきます。携帯トイレは各戸、簡易トイレは管理組合で備蓄しておきましょう。マンホールトイレの設置を検討することも必要です。

下水道管が損傷している場合がありますので、使用の確認ができるまで、水を流すことは控えましょう。汚水漏れや逆流する恐れがあります。

応急的に確認する場合は、下の階から最上階まで順番に水を流して確認しましょう。

■ セキュリティシステム停止時の防犯対策

オートロック機能の停電時の動作状態を確認しておきます。停電時にオートロック機能が停止する場合は、マンション内の防犯のための組織を立ち上げ、非常口の見回りを行います。また夜間の出入りを可能な限り制限することも考慮しておきます。

被災生活を行うために備蓄品を整備しましょう

●管理組合で備蓄しておく便利なもの（参考例）

管理組合として、「共助」をするために以下のものを準備しておく役立ちます。

ジャッキ
ボール
のこぎり
シャベル・スコップ
脚立
簡易トイレ
台車

担架
ロープ
緊急医療セット
コードリール
投光器
階段避難車
消臭剤・殺菌剤

※食料品・飲料水・炊き出しについて

- ・大規模マンションなどでは、炊き出し用具を用意しておく長期の避難生活に便利です。
- ・食料品や飲料水については、必要に応じて管理組合でも備蓄をしておきましょう。

※関係機関への支援物資の確認について

地域によって支援物資の到着が前後することがありますので、行政などの関係機関へ支援物資の要請や配布方法などを事前に確認しておきましょう。

●保管場所について

管理組合で備蓄品を保管する場所としては、

- (1) 各マンションの防災倉庫
- (2) 管理組合事務所や管理人室
- (3) 集会所

等が挙げられます。以上のような場所がないときは理事等の各住戸で分担して保管しましょう。

●家庭の備蓄品リスト（参考例）

備蓄品は基本的には、各家庭での備蓄が基本となりますので、以下のリストを参考にして、マンションの居住者に周知しておきましょう。

飲料水・食料品	
飲料水（1人1日3ℓ・7日分）	A
食料品7日分	A
日用品	
簡易トイレ	A
トイレトーパー	A
ティッシュペーパー	A
ラップ	A
カセットコンロ・予備のボンベ	A
電池	A
ウェットティッシュ	B
着替え衣類	B
ゴミ袋	B
予備のメガネ	C
粘着ローラー	C
水のいらないシャンプー	C

医療品	
救急医療セット	A
消臭剤	B
歯磨きシート	B
防災用品	
安全靴	A
ヘルメット	A
笛・ホイッスル	A
ラジオ（AM・FM・NHKに合わせる）	A
防寒シート	A
懐中電灯	A
ビニールシート	A
LEDランタン	A
非常用飲料水袋（6.5～10ℓ）	A
軍手	A
寝袋	B

- A 是非用意してほしいもの
 B できれば用意したい物
 C あれば便利な物

目黒区の防災情報について

●防災行動マニュアル

地震や風水害など災害時の行動についてわかりやすくまとめました。「いざ」というときのために災害時の行動や備えについて事前に確認しておきましょう。配布場所など詳細に関しては下記にお問い合わせください。

●目黒区の避難場所

目黒区は、マンションが倒壊、焼失し、住むことが困難になった場合に備えて地域避難所を定めています。地域避難所の場所を確認しましょう。また地域避難所に火災の延焼による危険が迫った場合は、広域避難所に避難します。広域避難場所については、町丁割当がされていますが、変更になることがあります。詳細に関しては下記にお問い合わせください。

・地域避難所（38か所）

避難が必要になったら、まず地域避難所に避難します。地域避難所は給水・給食や情報提供の拠点になっています。地域避難所として指定されているのは、以下の場所となります。

区立小中学校	都立高校
碑文谷公園・碑文谷体育館	めぐろ学校サポートセンター
めぐろ区民キャンパス・都立桜修館中等教育学校	自由ヶ丘学園高校

・広域避難所（都が指定する8か所）

地域避難所に火災の延焼などの危険が迫り、さらに避難が必要になった場合は、警察署や消防署の協力を得て、広域避難所に避難します。広域避難所として指定されているのは、以下の場所となります。

駒場東大一带	中目黒公園一带	林試の森公園
駒場地区	恵比寿ガーデンプレイス	東京工業大学
世田谷公園一带	駒沢オリンピック公園一带	

防災行動マニュアルや目黒区の避難場所に関するお問い合わせ先
目黒区危機管理室防災課 Tel:03-5723-8700

●避難行動要支援者名簿の作成

災害に備え安否確認や避難支援などに活用するため、災害時に自力で避難することが困難な高齢者や障害者など「避難行動要支援者」の名簿を作成しています。また、災害に備えて地域全体で避難行動要支援者を支援していく取組みを推進するため、地域で名簿情報の共有を進めます。手続きなど詳細については、下記にお問い合わせください。

お問い合わせ先：目黒区健康福祉部健康福祉計画課
Tel:03-5722-9689

マンション等の耐震化に関するお知らせ

昭和56年以前に建てられた旧耐震基準のマンション等は、首都直下地震では大きな被害が予想されています。新耐震基準を満たしていないマンション等は自分や家族の命、財産を守る上で非常に大きなリスクであるばかりではなく、地震によりマンション等が倒壊し、道路を塞ぎ、救急・消火活動の大きな障害になり、復旧・復興の支障になる可能性があります。

目黒区では、これらの旧耐震基準のマンション等の耐震化を促進するため、耐震診断を実施することを勧めています。耐震診断にあたっては、アドバイザー制度や耐震診断助成制度があります。さらに、耐震診断の結果に基づいて行う耐震補強設計及び耐震改修の助成制度があります。これら助成制度の対象となるマンション等の条件については、下記にお問い合わせください。

お問い合わせ先：目黒区都市整備部建築課
Tel:03-5722-9490

安否確認の方法

家族が離れているときなどで、発災時に電話がかかりにくい状態となっているときは災害用伝言ダイヤルが設置されます。

- (1) 災害用伝言ダイヤル「171」をダイヤル
- (2) 録音は1、再生は2を選択
- (3) 自宅等の電話番号を入力
- (4) 録音又は再生する。

防災関係連絡先一覧

機関名	電話番号
目黒区役所	03-3715-1111
目黒警察署	03-3710-0110
碑文谷警察署	03-3794-0110
目黒消防署・目黒消防団	03-3710-0119
東京都建設局第二建設事務所	03-3774-0313
東京都水道局目黒営業所	03-5773-6126
東京都下水道局南部下水道事務所	03-5734-5031
NTT東日本（故障・設備の損傷等）	113
東京電力 カスタマーセンター	0120-995-002
東京ガス お客様センター	0570-002-211

その他の関係連絡先を知っておくことも重要です。

	名称	連絡先
管理会社		
エレベーター		

目黒区都市整備部住宅課（平成31年4月改訂）

協力：(社)東京都マンション管理士会山手支部