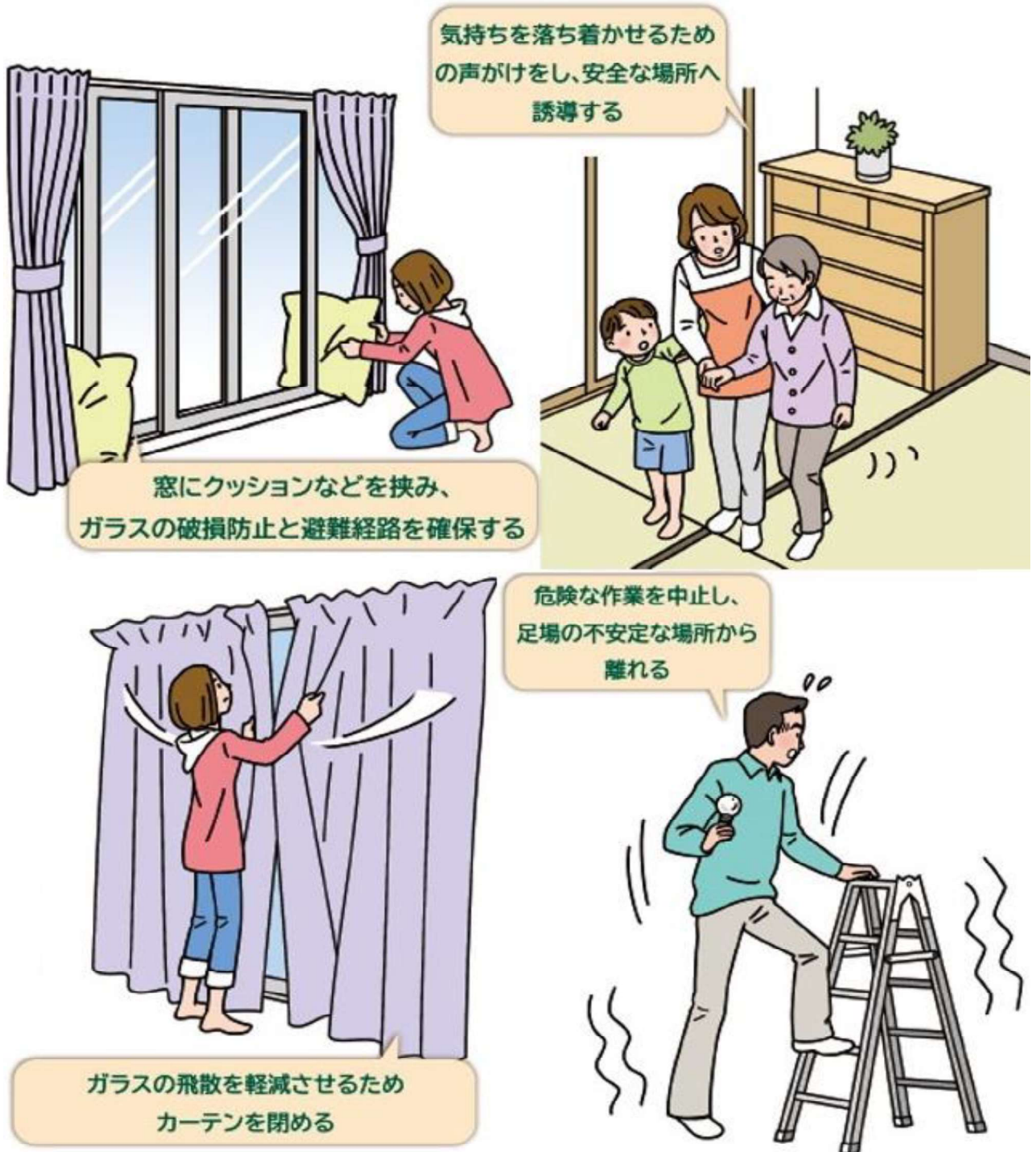


II 地震が起きたら

(1) 身の安全確保

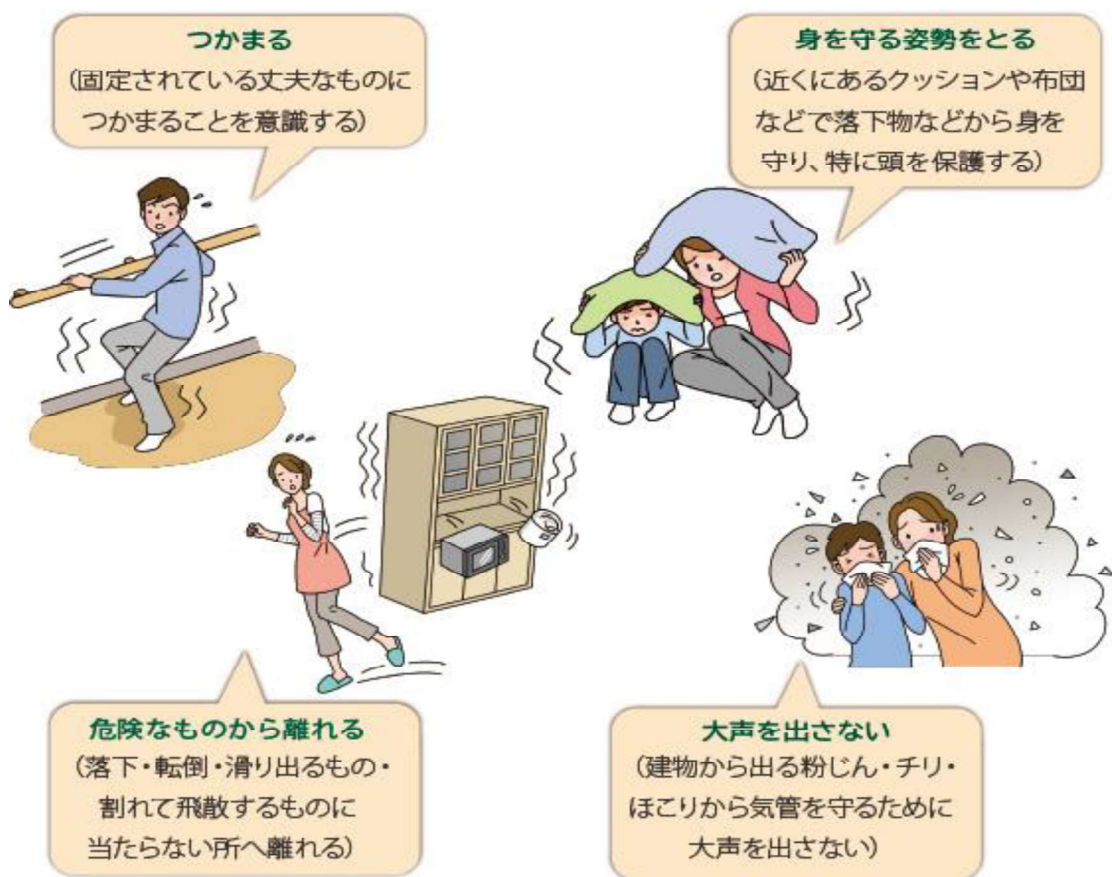
◆緊急地震速報

地震発生時に、少しでも余裕をもって初期行動を起こすのに役立つのが緊急地震速報です。僅か数秒から数十秒ですが、その間に室内のドアを開ける、火を消す、靴を履くなどの動作は可能です。



◆安全確保の基本姿勢

地震が発生したら、固定されている丈夫なものにつかまる、危険なものから離れる、身を守る姿勢をとる、大声を出さないという行動が原則です。



◆火の始末

火の始末は3回そのチャンスがあると言われています。

現在は、電化製品の自動消火装置の機能や、大地震時のガスの自動閉栓機能が働きますので、「大きな揺れが収まってから」火の始末を行きましょう。

1回 緊急地震速報が鳴ったら

大きな揺れがくる前に、ガス、ストーブ等を止める。

無理に消さないでください。

2回 大きな揺れがおさまったとき

3回 火が大きくなりかけたとき

揺れがおさまったときに、消火しきれない場合は、非常ベルを鳴らして、助けを呼んでください。



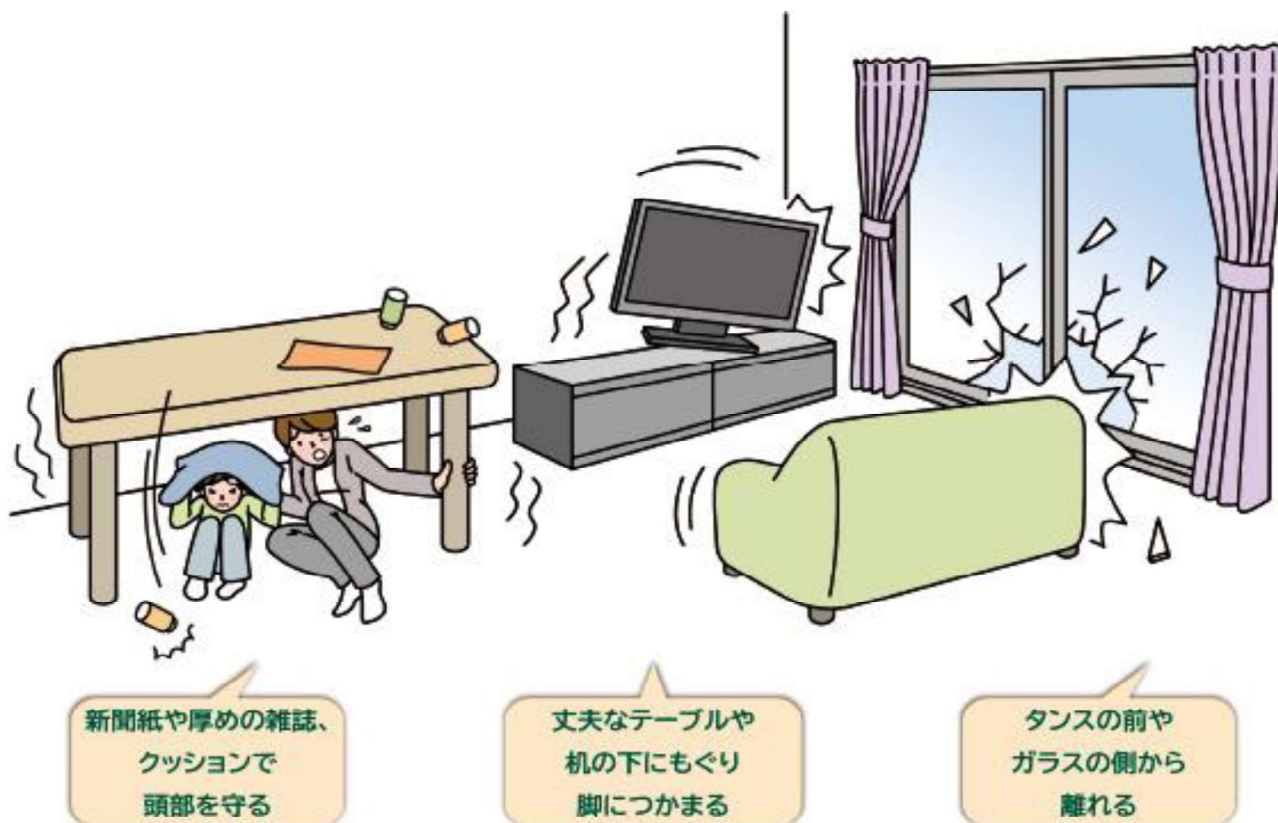
(2) 場所ごとの初期行動-1

◆キッチンで

あわてて火を消そうとしないでください。熱い鍋などが飛んでくるので危険です。すぐにキッチンから離れましょう。



◆リビングダイニングで



◆寝室で

就寝中に地震が発生した場合、とっさの状況を判断して行動するのは困難です。照明を消している場合は室内の状況も見えず、慌てて動くとかえって危険です。とりあえず布団の中でうつ伏せになり、枕や布団で頭部と体を保護し、揺れがおさまるのを待つようにしましょう。

行動を起こすときは、懐中電灯をつけ周りの状況を確認し、厚底のスリッパなどを履くようににしてください。

非常持ち出し品を用意

メガネ・靴・懐中電灯・着替え・ポケットラジオなど、非常時にすぐ必要なものや非常持ち出し袋を寝室に置きましょう。



資料(9)を参照してください。

◆浴室・洗面室で

入浴中の場合は、無理に浴室から出ようとせず、まずは浴室の縁や手すりにつかまりましょう。

風呂フタは、頭部と体を保護するのに役立ちます。また洗面室では、洗濯機や乾燥機の転倒に注意が必要です。

割れ物を踏まないように気をつけてください。



◆トイレで

ほとんどの住戸では、トイレに窓はありません。

そのため閉じ込められると、外からの助けを求めることが極めて困難になります。

すぐにトイレから出られない状況なら、少しでもドアを開け、揺れでドアが閉まらないようにスリッパなどを挟んでおきましょう。

トイレにタンクがある場合は、陶器のフタが飛んで来る場合があるので注意が必要です。



(3) 場所ごとの初期行動－2

◆共有部分で

▶エレベーター

当マンションのエレベーターは地震の揺れを感知すると、最寄りの階に着床し、ドアが開く仕組みになっています。

しかし、まずは全ての階のボタンを押し、

最初に停止した階で降りるようにするとより安全です。ドアが開いたら、速やかに降りましょう。しばらくすると、ドアは閉まり運転を停止します。



▶エントランス

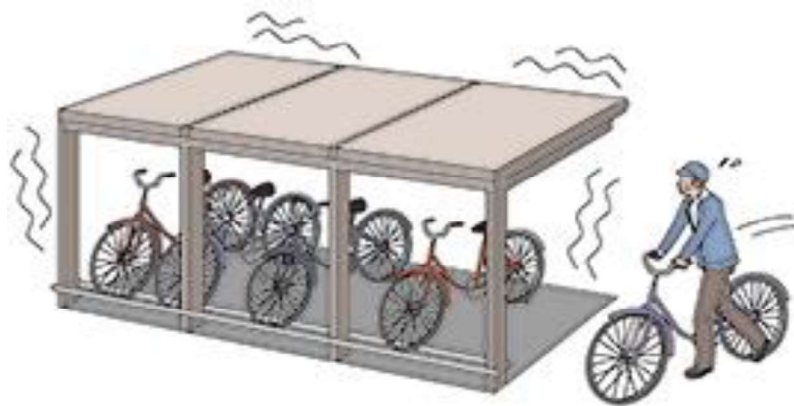
ガラス扉や窓から素早く離れましょう。あわてて外に飛び出すと、落下物の危険もあるので、落ち着いて行動しましょう。

▶廊下

共用廊下では壁側に身体を寄せて、姿勢を低くし、頭部を鞆、腕などで守るようにしましょう。

▶駐車場・駐輪場

自転車やバイクがドミノ倒しの様に倒れてくる危険性があります。ただちに離れましょう。駐車場で揺れを感じたら、ハザードランプを点灯させ、空きスペースに駐車して下さい。



(4) 揺れがおさまった後の行動ー1

◆身の回りの確認

揺れがおさまったら、痛むところがないか、出血はないかなど自分の状況を確認します。自分の無事が確認できたら、足元を確認します。床にガラスや陶器の破片が散乱していたら、スリッパを履く、雑誌などで足場を作るなど、移動の安全を確保してから行動を起こしましょう。

◆火元の確認

火元を確認し、火災が発生していたらすぐに初期消火を行います。

近所に火事を知らせ、助けを依頼してください。

大震災の時は非常ベルを押しても繋がらない場合があります。大声で火事を近所に知らせてください。

火が天井に達したら消火を諦め、避難してください。



◆脱出口の確保

倒れた家具等を移動して玄関やベランダから出る通路を確保してください。

不意の出火や損壊の危機に備えましょう。

「パーティションを破るコツ」や「避難ハッチの設置場所」については、P4「◆避難路の確保」に記述しています。

◆電気、ガス、水道の停止

ほとんどの住戸には感震ブレーカーが装備されていますので、地震後は電気ブレーカーが切れているはずです。電気ブレーカーが切れていない場合には、手動で電気ブレーカーを切ってください。

ガスも自動的にOFFになっているはずです。ガスメーターの赤ランプが点滅していることを確認してください。水道の元栓を閉めてください。

電気、ガス、水道は安全の確認ができるまで、使用を控えてください。

資料(4)、資料(5)及び資料(6)を参照してください。



▶受話器の確認

地震の揺れで受話器が外れると、電話が繋がる状況でも、相手が何度かけても話し中という事態になります。揺れがおさまって落ち着いたら、受話器を確認しましょう。

▶自分が被害に会ったとき

住戸内に一人にいるときに家具の下敷きになったり、閉じ込められたりしたら、人が通る気配がしたときに声を出したり、近くの物をたたいたりして知らせます。

防災用ホイッスルを準備しておきましょう。



◆大津波警報が発表されたら

予想される津波の高さが3mを超える時は大津波警報が発表されます。

大津波警報の警報音は、「サイレン音3秒吹鳴、2秒休止」(3回繰り返し)です。

放送内容は、「大津波警報。大津波警報。ただちに高台に避難してください。」

(3回繰り返し)「こちらは防災平塚です。」です。

<1階～3階の居住者の方>

速やかに4階以上に避難してください。

積極的に声かけを行い、手助けが必要な方を救護しながら避難してください。

手助けが必要な方も積極的に声を上げ、救助を要請してください。

<4階以上の居住者の方>

避難された人の誘導をお願いします。

動ける人はなるべく上の階へ誘導してください。

自主防災会の役員から救護の要請があった場合は

協力をお願いします。

避難者、在宅者共同で大津波警報解除を待ちます。

おおよそ4時間から48時間くらいです。

お互いに助け合って災害を乗り越えましょう。



パークサイド平塚は平塚市から津波避難ビルに指定されています。近隣住民の方が避難してきたら、快く迎え入れましょう。

本マンション通路部分の耐荷重は、約250kg/m²(1m²あたり大人約4人)です。

通勤電車の様な混み具合になると崩落の危険が生じます。特に最上階の過度な密集に注意してください。

パークサイド平塚の標高は、北西側が低く南東側が高くなっており、約6m～約8mです。1階分の高さは約3mなので、4階以上に避難できれば、計算上約15mまでの津波に対処できることになります。

▶要支援者への対応

居住者のなかの、高齢者の世帯や、普段の生活に不自由な方に声かけをお願いします。

ご近所の方は、避難時にお手伝い頂けると助かります。

(5) 揺れがおさまった後の行動－2

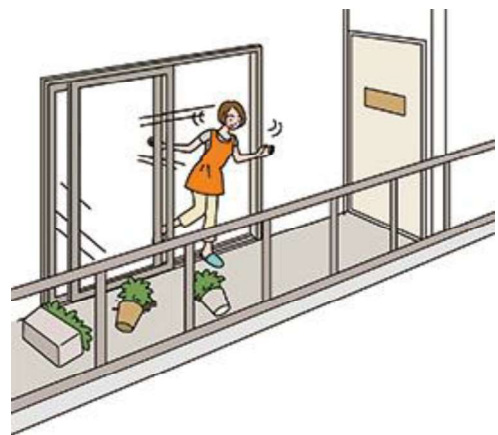
◆マンション全体の確認

揺れがおさまり、自身の身の回りの状況が確認できたら、廊下やバルコニーに出て、マンション全体の被害と、壁の亀裂、共用廊下や階段部分の破損、通行の妨げになる物の有無など、建物内の避難経路の被害状況を確認します。



▶建物の被害確認

バルコニーや廊下に出て、壁の亀裂や階段の破損の確認し、災害対策本部、管理組合へお知らせください。



▶火災を発見したら

大声でご近所に、「火事だ！」と知らせ、廊下の消火器を使用して、消火に努めます。玄関ドアが開かない場合は、バルコニー側からパーテーションを破り、ガラス戸が開かない場合はガラスを破り、室内に侵入して初期消火を行います。天井まで炎が達したら消火を諦め、避難してください。ご自身の安全を優先してください。

▶設備被害の確認

建物内の危険箇所や使用できない設備を確認します。

二次被害防止のため単独での行動は控えてください。

被害がありましたら、災害対策本部、管理組合にお知らせください。



▶隣人の安否確認・救助

同じ階の居住者に声をかけ、閉じ込め・下敷き・負傷等の人がないか、避難の手助けを必要としている人がいないかを確認します。

エレベーターに閉じ込められている人がいないかも確認しましょう。

救助に当たる際は、二次災害防止の観点からも、単独で行動するのではなく、近隣に声掛けをしましょう。



▶要支援者への対応

居住者のなかに、高齢者の世帯や、普段の生活に不自由な方をご存知でしたら、落ち着いたところで、「声掛け」をお願いします。

管理組合理事長や自治会長が要支援者の情報を保有しておりますが、一定時間経過後、体制が整ってからの救助となります。

まずは、お隣・各階での確認をお願いします。

◆安否確認シートについて

家族の安否が確認でき、救助の必要がない時は、自宅玄関のドアに「無事です」の面を表にして貼ってください。

救助が必要な場合は「救助求む！」の面を表にして貼り、救助を待ってください。

自主防災会による安否確認の手助けになり、負傷者がいる場合でも救助までの時間短縮につながります。

近隣住戸の安否が確認できた場合も、安否確認シートの貼付の手助けを行い、安否確認や迅速な救助活動に協力しましょう。

