

いざという時のために

～マンション地震対策ガイド～



野村住宅管理株式会社

■ 暗転したアーバン・ライフ。 安否は…損壊は…管理会社は走りました。

平成7年1月17日、午前5時46分。淡路島北部を震源地として発生したマグニチュード7.2の「兵庫県南部地震」は、阪神・淡路一帯を中心に死者5,479人、行方不明2人、家屋損壊171,481棟(平成7年4月5日現在。兵庫県警調べ)にのぼる甚大な被害をもたらし、「阪神大震災」と呼ばれるようになりました。

今回の震災で大きな被害を受けた阪神地域には、弊社の管理マンションが多数存在しています。地震直後の混乱の中、私どもでは急遽グループ全体で対策本部を設置し、居住者の安否の確認、建物の損傷の調査などにあたりました。幸いにも管理マンション内では犠牲者はなく、建物の倒壊などありませんでした。しかし、水や食料などの「生存」にかかわる問題にはじまり、「疎開」した居住者への対応、建物や設備・配管の補修など、震災に遭われたマンションの管理組合はさまざまな問題に直面されています。

問題解決のためにサポートを必要とされる管理組合のために、私どもはグループ全体のノウハウを総動員してご協力しております。

この「震災との戦い」を通じて弊社が得た経験を皆様にお知らせすることで、管理組合や居住者の皆様に、具体的なマンションの被害の内容、対策の立て方などについて、認識を新たにしていただければ、と考え、この小冊子を作成することにいたしました。

皆様の「地震への備え」にお役立ていただければ幸いです。



■ 地震国、日本。 平素からの備えで被災を最小限に。

阪神地域の弊社管理マンションでは、倒壊などはなかったものの、室内の家具などが転倒したり、玄関ドアや窓枠がゆがんで出入りが困難になったり、給排水系統が損傷を受けたりといった被害が発生しました。また、建物や設備は無事でも、電気・ガス・水道などが途絶してマンション内での生活が不可能になったために、避難所暮らしを余儀なくされるといった例も多くみられました。この状況から学べることは、たとえ倒壊をまぬがれたとしても、震災に遭ったマンションでいつもどおりの生活を営むのはまず無理だ、ということです。被害を最小限にとどめ、生活を守っていくためには、平素からの備えが大切です。主な対策としては、次のようなものがあげられます。

1. 管理組合として備えておくこと

- ◆日頃から運営を活発にし、災害の際に助け合える人間関係を築いておく。平日日中や万一の際の連絡先も把握しておく。
- ◆防災訓練を定期的に行い、防災用品・工具備品・非常食料などを備えておく。居住者だけで動ける体制づくりが肝心。
- ◆修繕積立金をできるだけ積み立てておく。建物や設備が損傷した場合、先立つものは金である。
- ◆給排水系統など、補強できるものは補強しておく。事情が許せば、井戸を掘るなどのアクティブな対策を講じておく。

2. 居住者として備えておくこと

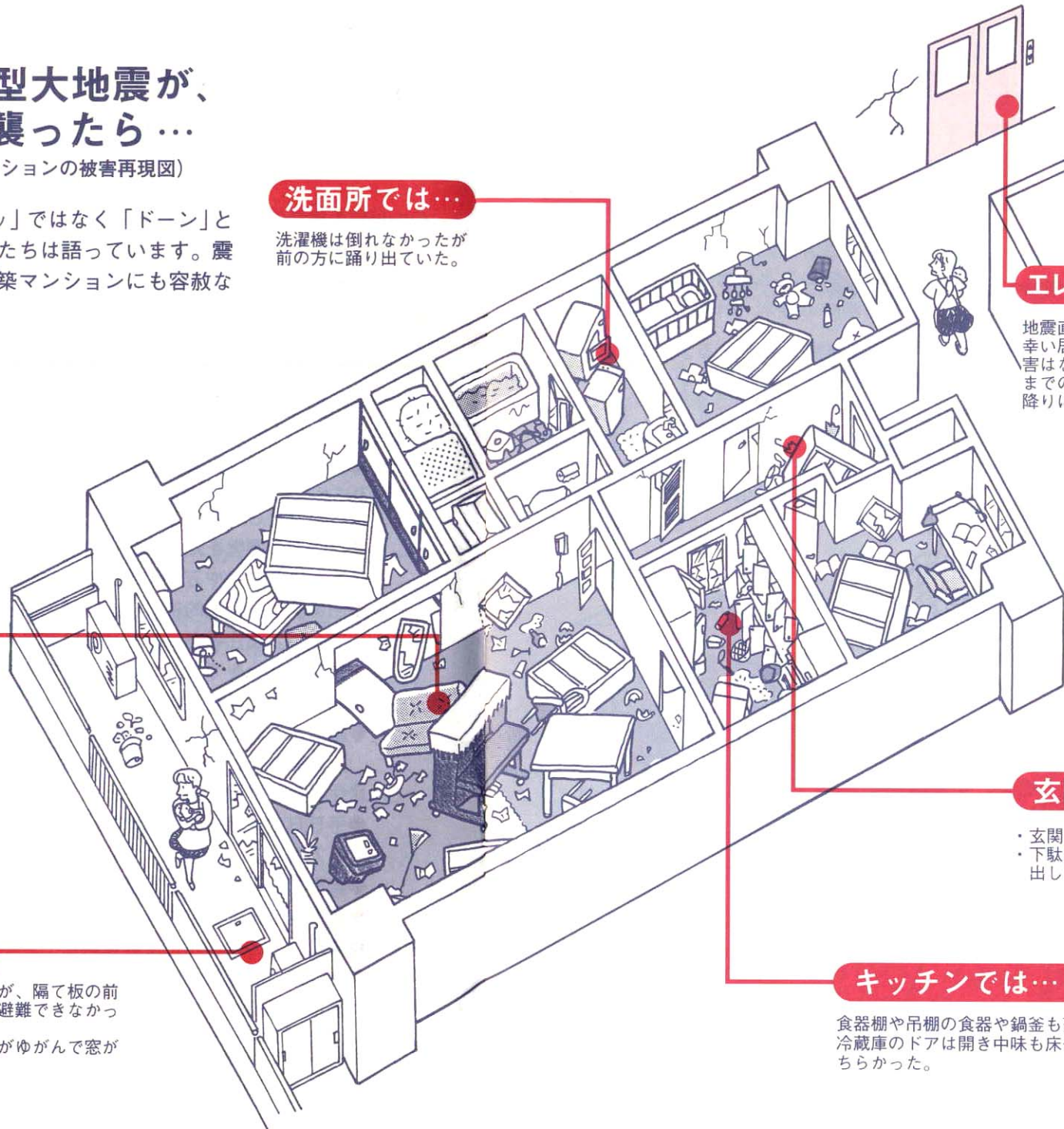
- ◆平日日中や万一の際の連絡先も含めて、災害時の行動を家族で話し合っておく。
- ◆貴重品などの非常持出品を整理しておく。
- ◆最低3日間は自給できるだけの非常食料などを備えておく。
- ◆家具などの転倒防止措置を講じておく。
- ◆大地震の際「家の中の安全地帯」に逃げ込むイメージトレーニングを重ねておく。

詳しくは、本編で順次ご説明していきます。

■ 震度7の直下型大地震が、マンションを襲ったら…

(阪神大震災における高層マンションの被害再現図)

阪神大震災の時には「グラッ」ではなく「ドーン」という衝撃が襲ったと被災者たちは語っています。震度7の直下型大地震は、新築マンションにも容赦なく爪あとを残しました。



洗面所では…

洗濯機は倒れなかったが前の方に踊り出していた。

エレベーターでは…

地震直後に停止。幸い居住者が閉じ込められる被害はなかった。送電が回復するまでの1週間は上層階への昇りに支障をきたした。

リビングでは…

家具が横に飛んだり、横倒しになり、中味やガラスの破片が床一面に飛散した。重いピアノでさえ、滑るように部屋のまん中まで移動した。チェーン吊りの照明器具も管球や笠が割れて飛散した。

玄関・廊下では…

・玄関ドアが開かなかった。
・下駄箱が倒れ、靴や傘が飛び出していた。

バルコニーでは…

・バルコニーから脱出しようとしたが、隔て板の前に物置があったため破って隣家に避難できなかった。
・壁にX字型の亀裂が走り、サッシがゆがんで窓が開かなくなった。

キッチンでは…

食器棚や吊棚の食器や鍋釜も落下した。冷蔵庫のドアは開き中味も床一面に飛びちらかった。

いざというときも頼りになる 管理組合であるために。

一瞬にして甚大な被害をもたらす地震災害に対しては、管理会社の対応にも限界があります。

日頃から管理組合が中心となり、居住者が協力しあえるようなしくみを作っておくことが、万一の場合、大きな力になります。

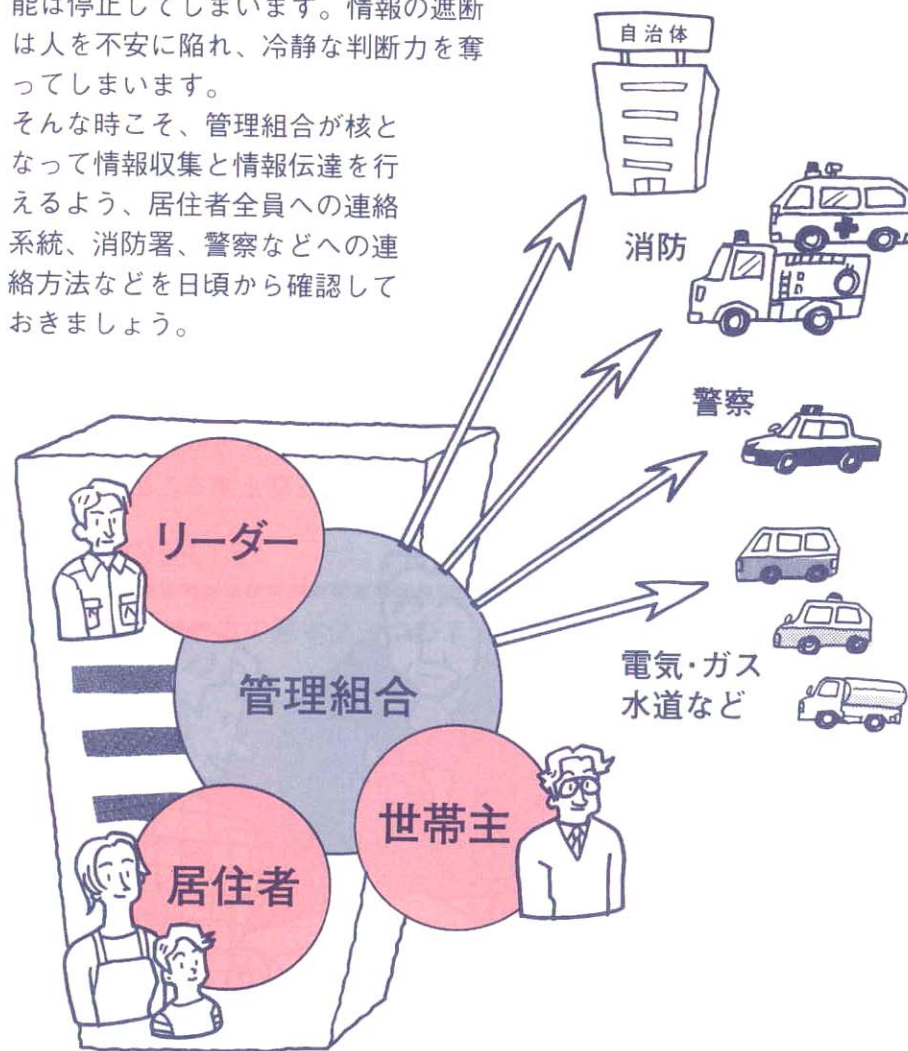
マンションの居住者一人ひとりが「自分たちのマンションは、自分たちで守る」という意識に立って震災に備え、力を合わせれば被害を最小限にとどめることができます。



■ 緊急時、情報ネットワークの核となるのは管理組合です。

地震の影響で電話やテレビが使えなくなったら、日頃の「情報化社会」の機能は停止してしまいます。情報の遮断は人を不安に陥れ、冷静な判断力を奪ってしまいます。

そんな時こそ、管理組合が核となって情報収集と情報伝達を行えるよう、居住者全員への連絡系統、消防署、警察などへの連絡方法などを日頃から確認しておきましょう。



■ マンション内の全情報を把握する。

◆ 住民データ

建物が損傷し人的被害が想定されるような場合、住民の安否確認が全てに優先されます。情報の混乱を防ぎ、救出活動を敏速に行うためにも、日頃から住民台帳を整備・保管しておきましょう。

◆ 建物構造のデータ

建築図面、設備図面は、救出活動や復旧工事、補修工事の際に必要です。これら重要な書類、図面などは管理組合として所定の場所に保管してください。図面が古くなって判読しづらい場合は製本業者に頼んで作成し直しておくといよいでしょう。



◆ 非常時の避難経路と集合場所

建物内での避難経路はもちろんのこと、最寄りの広域避難場所の位置と、安全な避難ルートを確認し、居住者の集合場所を決めておきましょう。

◆ 敷地内設備の把握

受水槽、ポンプ室、消火水栓、防火水槽、水道直結散水栓など、あらかじめ設置場所や操作方法について把握しておきましょう。全員で避難するような場合には、水道の元バルブやガス本管のメインバルブを閉め、電気の元ブレーカーも切っておくと二次災害を防止することができます。

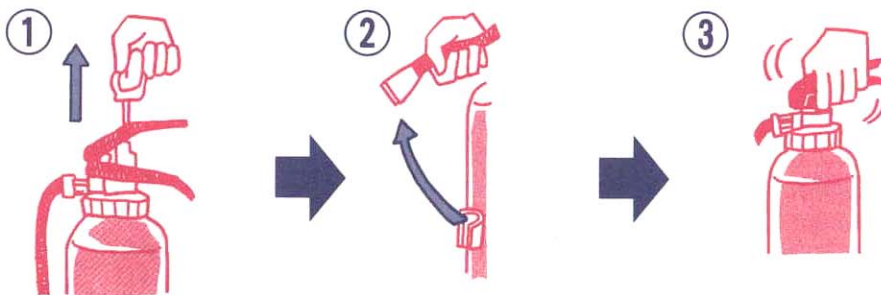
◆ 防災訓練の実施

年に1回、管理組合による防災訓練を実施しましょう。訓練したこともないことを非常時にやろうとしても無理です。避難ハッチやハシゴなどの使い方、消火器を使った初期消火の方法など、できれば消防署などの協力も得て、いざという時どういう行動をとるか習慣づけしておきましょう。



◆ 消火器の使い方

■ 消火器の使い方の基本は3つのステップです。



① 消火器を下に置いて安全栓を引き抜きます。

② ホースを火元に向けます。

③ レバーを強く握りしめます。

※ 消火器の薬剤は使用期限に注意して定期的に忘れず取り替えましょう。

■ ライフライン

都市部の震災の恐ろしさのひとつは、ライフラインの混乱です。管理組合で事前に何か準備できることがないか考えてみてください。

① 水道

大地震で断水すると、水洗トイレが使えなくなります。給水車（到着するまでに3～7日を要する）はトイレや風呂の水までは配給してくれません。断水が1ヶ月以上続くことも考えられます。断水時に受水槽に残っている水を使えるようにドレン配管に水栓を取り付けるなどの工夫も必要です。

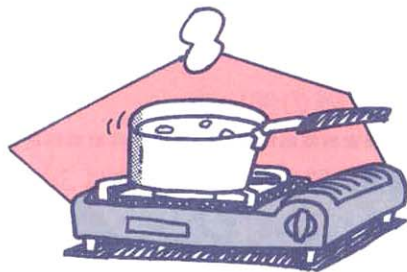


■ 深井戸およびポンプの設置

生活用水を確保する手段として深井戸の設置も検討してください。生水ということで、掘る深さなどに関しては規制があります。また飲料水として使用する場合は、定期的な水質検査が必要です。いずれも事前に保健所などの指導を受けましょう。（災害用水として、自治体から助成が受けられる場合もあります。自治体窓口にご相談してください。）

② ガス

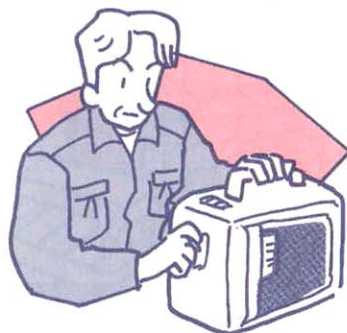
地震が起きるとガスメーターに内蔵されたセンサーが作動し、各戸への供給が自動的に止まります。復旧の早い地域で1週間、遅い地域では1ヶ月以上もかかることがあります。震災発生直後の炊出しなど、非常時の光熱用として小型のプロパンボンベやコンロを用意しておくとう便利です。



③ 電気

停電した場合、マンションでは各戸の電気器具だけでなく、共用の給排水ポンプ、エレベーター、オートロックなども停止します。エレベーターに、閉じ込み事故防止のための地震管制装置や停電時自動着床装置が設置されているか、確認をしておくとう良いでしょう。

復旧までのおよそ1週間、小型の発電機と燃料を用意しておくとう停電時の仮設電源として使用することができます。単相100Vと3相200Vが取り出せるタイプであればより便利です。

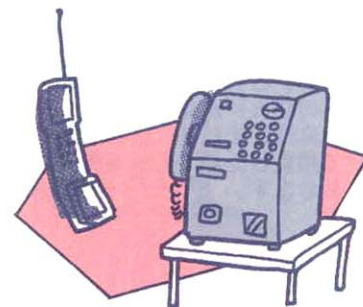


④ 電話

大地震の際、電話はつながりにくくなりますが、青・黄・グレー・緑色の電話は「災害時優先電話」なので比較的通じやすくなっています。

停電の場合100円玉やテレフォンカードを読み取る機能が働かないことがありますので10円玉を用意しておきましょう。

また携帯電話やポケベルも比較的通じやすく活躍します。



■ ファックス

◆管理室の電話はファックス兼用(自動切り替え)にしておくとう便利です。

◆書面でのやりとりが最も正確でかつ敏速です。

◆弊社では阪神大震災の際緊急で20箇所のマンションにファックス兼用電話を導入し、大変役に立ちました。



■ 震災後の体制づくり。

日頃から防災対策委員会を設置し、有事に備えておくとう安心です。震災後は動ける居住者で「対策本部」を組織し、情報の集約、復旧対応、折衝などにあたりましょう。

■ 対策委員会の主な業務

- ◆ ライフライン確保の情報収集。
- ◆ 避難している居住者の連絡先の把握と掲示、必要事項の連絡。
- ◆ 給水車の配置先、炊出し、銭湯、仮設トイレなど、生活情報の連絡と掲示、自警団などの組織づくり。
- ◆ 仮設工事、復旧工事、補修工事の手配、管理会社との連絡業務。
- ◆ 建物の施工会社への被害調査依頼。
- ◆ できるだけ早く臨時総会を開催し、被災状況や対策などを確認し合い、居住者に安心感を与える。

などがあげられます。

■ 組合で用意したい工具・備品類。

マンションごとに緊急用の工具を設置しておく必要があります。地震で玄関ドアや避難通路の防火戸が開かなくなった場合の脱出や倒壊した壁の除去など救出作業を想定した工具類、そして自給自足をバックアップする器具を備えておきます。各戸で用意したくても置場所がないものも、組合で共同購入し、倉庫を確保して保管しておきます。(□印はチェック用にお使い下さい。)

[救出用具]

- バール
- ツルハシ
- ハンマー
- 担架
- トビグチ
- スコップ
- ノコギリ
- 救急用品



[工具類]

- 水道工器具類
(パイプレンチ、水栓レンチ、モンキーレンチ、ウォーターポンププライヤー、モーターレンチ、シールテープ)
- マンホールハンドル
- 水道引込管止水弁用レンチ

[水関係]

- ポリタンク
- ポリバケツ
- ビニールホース

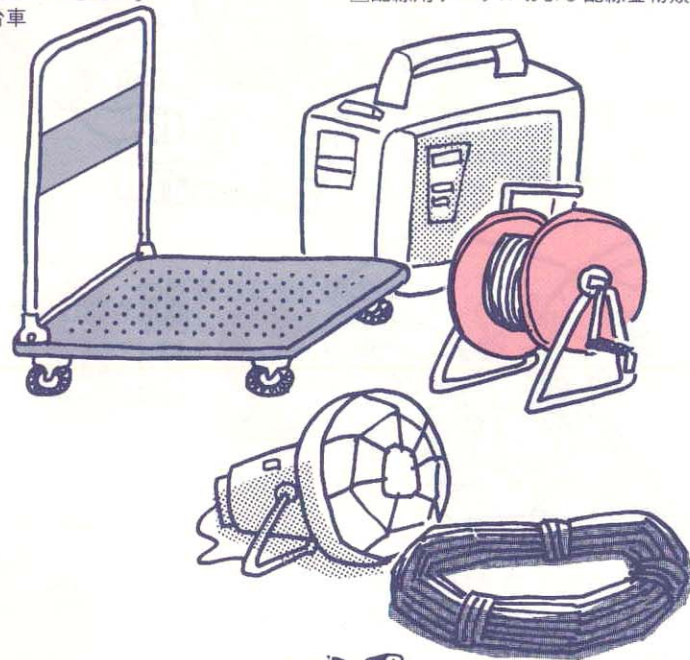
[防具類]

- ヘルメット
- 長靴
- 軍手
- ビニールシート
- 作業服
- 雨ガッパ
- ゴム手袋

[台車]

台車は水や物資をマンションへ運び込む際に便利なので、2~3台購入しておきたい。

- 台車



[電気関係]

- 発電機
- 仮設用照明器具
- コードリール
- 絶縁テープ
- 配線用ケーブルおよび配線金物類

[自転車]

緊急時は車での移動・運搬がきわめて困難となり、自転車は唯一の交通手段となります。路面には亀裂が走り、ガラス片が散乱していますので、荷台付きのノンバンク車などがあると便利です。

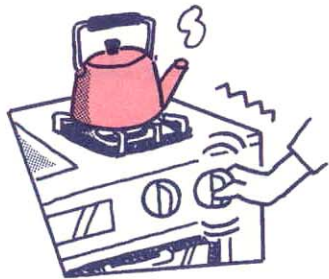
- 自転車



[その他]

- 防水型の大きな懐中電灯
- ナベヤカン類
- コンロ
- 燃料
- 簡易仮設トイレ
- メガホン
- 水囊(すいのう)
- トラロープ
- ビニールシート
- など。

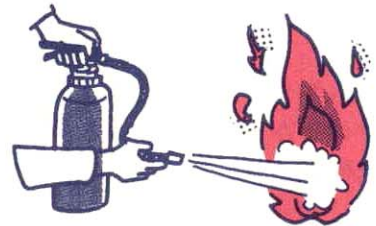
1 グラっときたら火の始末。
「ひねる」「閉める」「切る」の3つの動作で、使用中の火を消します。わずかな揺れであっても、すぐに台所やタバコの火を消しましょう。アイロンなど使用中の電気製品のスイッチを切るクセをつけておきましょう。揺れがひどくて身動きがとれないときは、おさまったときに消しどきです。



6 あわてて外に飛び出さな。
あわてて外に飛び出すとガラスの破片や植木鉢などがおちてくるので大変危険です。また、大きな揺れで廊下や階段から転落するおそれもあります。



7 火が出たら、すばやく消火。
大地震時には、消防車による消火が期待できない場合もあります。家族はもちろん、隣近所の人々と協力しあって初期消火を行い、大火災を未然に防ぎましょう。

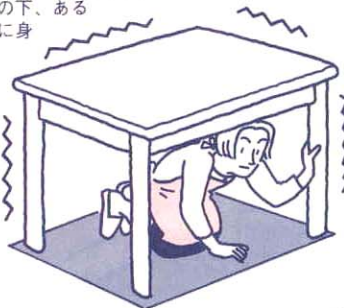


2 家具や棚から離れよう。
大きくて頑丈な書棚やタンスは、その重量から大地震時には凶器と化します。

8 わが家の安全、隣の安全、協力しあって応急救護。
災害時には、隣近所で声を掛けあってケガ人や生き埋め、家具の下敷などになっている人の救出や応急手当を行う必要があります。日頃から応急救護の知識を身につけておきましょう。

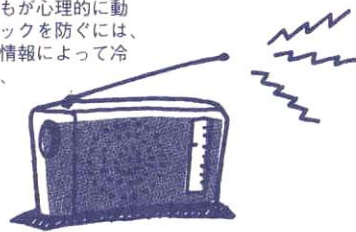


3 テーブルなどの下に身をかくす。
大揺れの時間は1分程度。この間は自分と家族の安全をはかること。丈夫な机やテーブルの下、あるいは押し入れの中に身を伏せましょう。トイレや浴室などは比較的的安全です。



ぐらっと揺れたら...瞬間にとる行動指針 10のポイント

9 正しい情報を確認な手段で。
大地震の直後は、誰もが心理的に動揺しています。パニックを防ぐには、一人ひとりが正しい情報によって冷静に行動することが、極めて大切です。ラジオや防災機関からの正しい情報にしたがって行動してください。



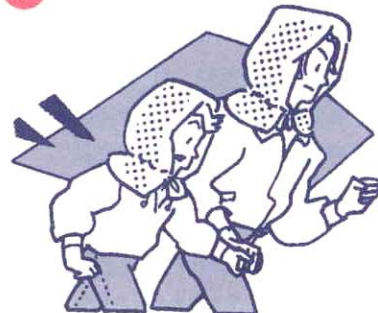
4 室内のガラスの破片に気をつける。
窓や食器棚のガラスや陶器の破片が、ところかまわず散乱します。特に夜間の場合は、足元のガラスに注意してください。



5 戸を開けて、出入り口を確保する。
大地震の場合、最新の高層マンションでもドアや窓がゆがんで開かなくなってしまうことがあります。揺れを感じたら玄関の戸を開け放って脱出口を確保してください。



10 避難のタイミングを失わないように。
食事ときなどに大地震が発生した場合、あちこちで火の手が上がり、想像を絶する大火となって押し寄せてくるのが考えられます。海では津波、傾斜地ではがけ崩れの心配もあります。「危ない」と思ったら家財などにとらわれず速やかに避難しましょう。その際、ガスや水道の元栓、電気のブレーカーを切ることを忘れずに。



■ ケガ人の応急処置。

病人やケガ人がでたら、まず容体を知ることが大切です。症状をよく確かめてから、次のような手当を行い、速やかに119番や医師に連絡します。

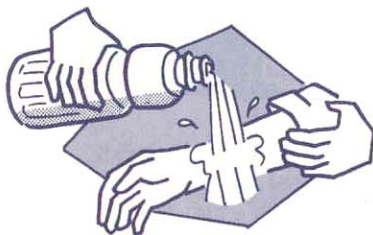
■ 出血があったら。

厚いガーゼや布などを傷口に当てて押えます。噴き出すような出血があったら、出血しているところから心臓に近い動脈を指などで骨に向かって押さええます。



■ やけどをしていたら。

きれいな水ですぐに冷やします。十分に冷やしたあとは、細菌感染を防ぐため滅菌ガーゼや清潔な布で患部をおおいます。



■ 骨折していたら。

骨折したときは安静が第一。移動させる場合は、副木を骨折部の上下の関節まで届く範囲で固定します。



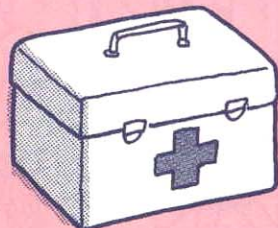
■ ケガ人の運び方。

2人で運ぶときは、患者をイスに座らせたままにしましょう。担架が必要な場合は、2本の棒にセーターなどの袖を通したり、毛布を巻き付けて、即席の担架をつくる方法もあります。



◎揃えておきたい救急医療品 (□印はチェック用にお使い下さい。)

- ガーゼつき救急ばんそうこう
- 三角巾
- 包帯
- 消毒液
- 消毒ガーゼ
- 油紙
- 胃腸薬
- かぜ薬
- かゆみ止め
- 下痢止め
- 鎮静剤
- 鎮痛剤
- 綿棒
- はさみ
- 安全ピン
- 目薬
- 体温計
- 脱脂綿
- マスク
- とげぬき
- ピンセット
- 冷却スプレー
- 湿布薬
- 2~3mのロープ1本
- その他普段からの常備薬



■ もしものときへ 家族で「防災会議」を開きましょう。



■ 家族との連絡方法、集合場所を話し合っておきます。

電話が不通になったり、交通が混乱することが考えられます。家族全員の安否の確認方法や共通の連絡先、最終的な集合場所をあらかじめ決めておきましょう。

■ 避難方法をカラダで確認しておく。

家の中の安全地帯を確認して、実際にその中に入ってみます。非常持ち出し袋もかっついてみて、持ち運びに支障がないか確かめておきましょう。

避難場所はどこか、より安全な避難経路を確認しながら家族全員で最寄りの避難場所まで歩いてみましょう。

また、避難した場合の管理組合や来訪者との連絡の取り方も考えておきましょう。

■ それぞれの役割分担を決めておきます。

非常持出品の準備・点検、水の確保と入れ替え、火気類・危険物の点検、消火用具の点検、火の始末、初期消火と緊急通報、非常持出品の搬出、老人や幼児などの保護、それぞれ誰が行えばよいのかを話し合います。

地震はいつ起きるかわかりませんから、早朝、通勤・登下校時、昼間、夕食時、夜中、休日に外出している時など、いろいろな状況を想定して考えることも大切です。

※みんなで考える場として家族防災会議を位置付けておくとよいでしょう。

■被害を最小限にとどめるために…

いくつかの転倒防止策を紹介します。背の高いもの、落下が予想されるもの、重量の重いものから優先的に準備していきましょう。
ご自分でしっかり固定する自信がないときは専門家に頼みましょう。

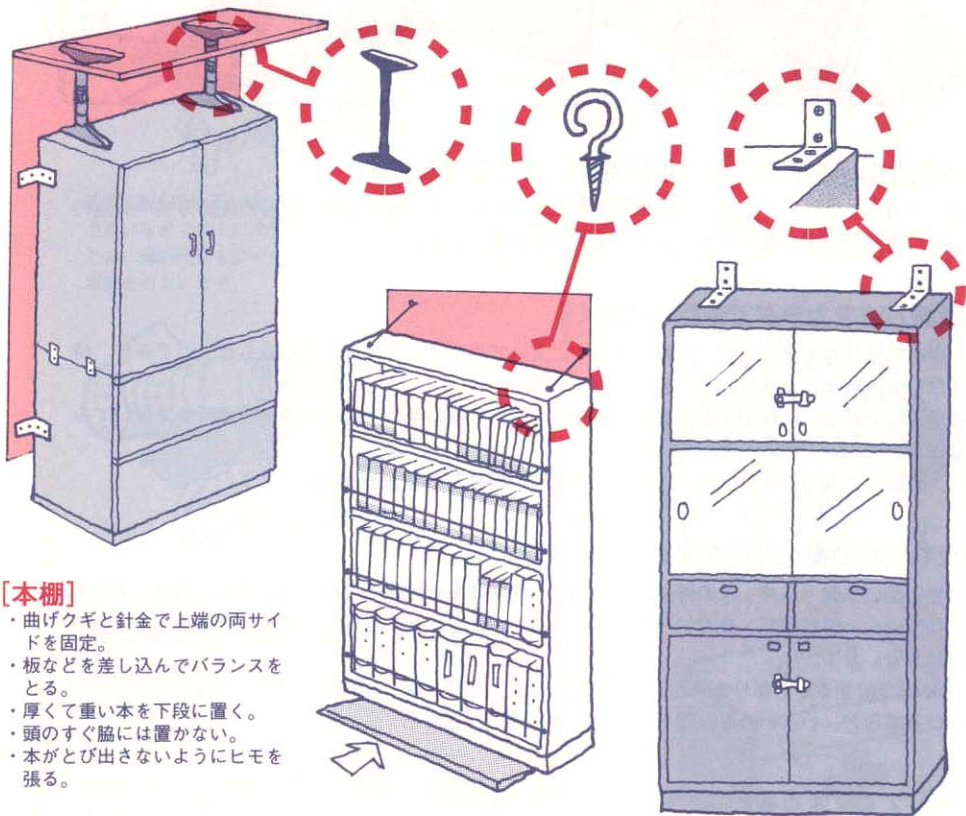
家具の転倒防止

[タンス]

- ・L字型金具や突っ張り式の固定具で固定する。
- ・ガラス部分には飛散防止フィルムをはる。
- ・平均金具。
- ・針金2本以上を使ってヒートンで固定。

[食器棚]

- ・L字型金具で固定
- ・ガラス部分には飛散防止フィルムをはる。
- ・食器の下には柔らかい敷物を敷く。
- ・開き戸式は止め金具をつける。
- ・さんをつけて、中の物が飛び出さないようにする。
- ・重いものは低いところに収納して重心を下にする。



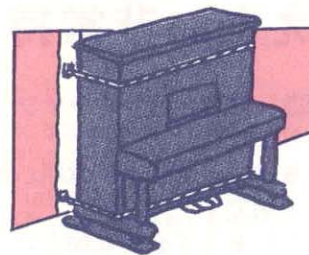
[本棚]

- ・曲げクギと針金で上端の両サイドを固定。
- ・板などを差し込んでバランスをとる。
- ・厚くて重い本を下段に置く。
- ・頭のすぐ脇には置かない。
- ・本がとび出さないようにヒモを張る。

※今後の対応としては耐震面で有利な壁面収納家具やシステムキッチン等の検討も考えておきたい。

[ピアノ]

- ・転倒防止具をつける。
- ・金具とナイロンロープで止める。
- ・キャスターのついてる場合はゴムのはかまをはかせる。



[その他]

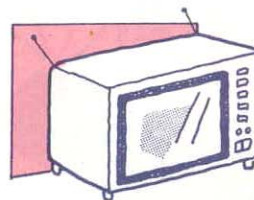
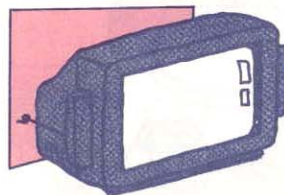
電気温水器やガス貯湯式温水器等の転倒は、給水管・給湯管の破損による漏水事故につながります。転倒防止措置を講じておくとういでしょう。

※震災時、バルコニーは避難通路になるので、日頃から鉢植えや物置を置かないこと。
アルミ手摺を突き破り、階下に落下する事故も未然に防げます。

家電製品の落下・転倒防止

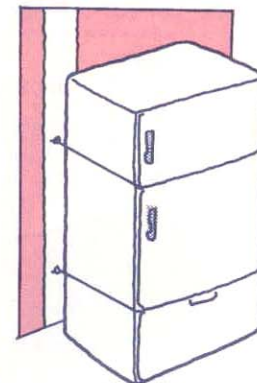
[テレビ・電子レンジ]

- ・両サイドをヒートンで固定。
- ・家具や机の上、書棚などには置かない。
- ・落下すると爆発の危険。



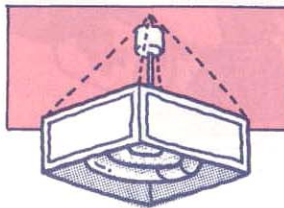
[冷蔵庫]

- ・ネジクギと放熱パイプの支柱をハリガネでつなぐ。
- ・放熱パイプのない型のときはL型金具でとめる。



[蛍光灯]

- ・4すみをヒモまたはチェーンで止める。
- ・重くて大きな笠の場合は特に、ひもやチェーンのゆるみをチェックしておきましょう。



※大型家具などの固定は躯体に行わないと強度が不足します。躯体は共用部分ですので、管理組合の了解を得てから実施してください。

■地震保険のあらまし（詳しくは火災保険の契約保険会社などにお問い合わせください。）

- ◎条件：火災保険とセットで加入。居住用に限る。
 - ◎年間保険料：保険金100万円あたり 建物1,800円・家財1,300円（東京都・耐火造の場合）
 - ◎契約額：火災保険の30～50%で、建物は共用部分・専有部分あわせて1,000万円まで、家財は500万円まで。
 - ◎支払率のめやす：①全損…100% ②半損…建物50%、家財10% ③一部損…5%
- ※火災保険では、地震に起因する火災の補償等はほとんど受けられません（最大5%）。

平成7年4月現在

■これだけは揃えたい非常持ち出し品

阪神大震災では電気、ガス、水道、電話といったライフラインが断ち切れ、復旧までかなりの日数がかかりました。

家庭内でも、もしものときに困らないように水、食料、燃料、電池など最低3日分の備蓄をしておくことが大切です。

また、避難するときの持物は、とりあえず必要な物だけにして、いつでも持ち出せるように準備しておきます。(□印はチェック用にお使い下さい。)

[避難時の注意]

- 動きやすい服装
- 燃えにくい丈夫な靴
- 重すぎない荷物
- 非常持出袋

[非常持ち出し品]

- | | | | | |
|-----------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ | <input type="checkbox"/> 予備の乾電池 | <input type="checkbox"/> 懐中電灯 | <input type="checkbox"/> ローソク | <input type="checkbox"/> ランタン |
| <input type="checkbox"/> マッチ、ライター | <input type="checkbox"/> ナイフ | <input type="checkbox"/> メガネ | <input type="checkbox"/> サインペン(太め) | <input type="checkbox"/> 着替え、下着 |
| <input type="checkbox"/> 寝袋 | <input type="checkbox"/> 携帯用歯磨き | <input type="checkbox"/> ドライシャンプー | <input type="checkbox"/> タオル(バスタオル) | <input type="checkbox"/> 石鹸 |
| <input type="checkbox"/> 生理用品 | <input type="checkbox"/> ウェットティッシュ | <input type="checkbox"/> マスク | <input type="checkbox"/> 乾電池式ひげ剃り | <input type="checkbox"/> ヘアブラシ |
| <input type="checkbox"/> 手鏡など化粧品 | <input type="checkbox"/> 紙オムツ | <input type="checkbox"/> 哺乳ビン | <input type="checkbox"/> その他乳幼児用品 | <input type="checkbox"/> ホイッスル |
| | | | | <input type="checkbox"/> 救急セット |



- | | | | | |
|--|--|-------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 軍手 | <input type="checkbox"/> カッパ | <input type="checkbox"/> ロープ | <input type="checkbox"/> 傘 | <input type="checkbox"/> 防災ずきん |
| <input type="checkbox"/> ヘルメット | <input type="checkbox"/> 印鑑 | <input type="checkbox"/> 預金通帳 | <input type="checkbox"/> マンション等権利書 | <input type="checkbox"/> 証書類 |
| <input type="checkbox"/> 身元確認書(保険証、自動車免許証、パスポート) | <input type="checkbox"/> 現金(10円玉から千円札まで各種。10万円程度。) | | | |
| <input type="checkbox"/> 水筒 | <input type="checkbox"/> ミネラルウォーター | <input type="checkbox"/> 乾パン | <input type="checkbox"/> 栄養補給食品 | <input type="checkbox"/> 菓子類 |
| <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ | <input type="checkbox"/> 扇子 | <input type="checkbox"/> 飯ごう | <input type="checkbox"/> マンション地震対策ガイド | |

[飲料水など]

生命を維持する飲料水の量は、季節などによっても多少異なりますが、1人1日約3リットルが目安です。4人家族なら3日分で36リットルが必要です。

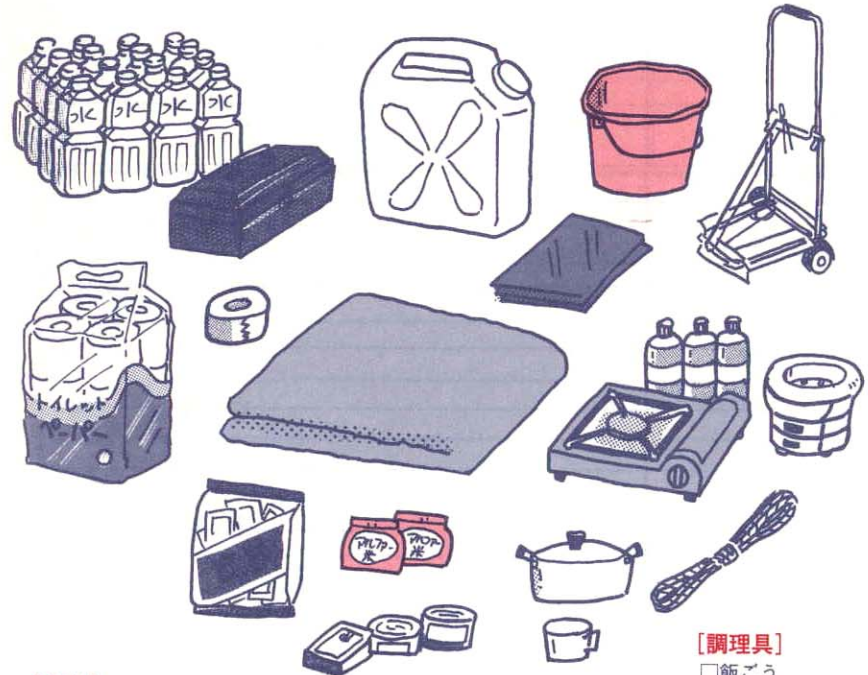
3日分を目安にペットボトル入りのミネラルウォーターを買っておくとよいでしょう。水道水をポリタンクの中に備蓄する場合は、10日を目安に水を入れ替えてください。

浴槽や洗濯機の水は、ふだんから捨てずに貯めておきましょう。いざというときの生活用水や消火用水になります。

- ポリタンク 水筒 ミネラルウォーター バケツ

[工具など]

- | | | | | |
|-------------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 小型のバール | <input type="checkbox"/> ノコギリ | <input type="checkbox"/> カナヅチ | <input type="checkbox"/> ペンチ | <input type="checkbox"/> モンキーレンチ |
| <input type="checkbox"/> 工作用カッターナイフ | <input type="checkbox"/> ドライバーセット | <input type="checkbox"/> ガムテープ | <input type="checkbox"/> ひも | <input type="checkbox"/> 軍手 |
| <input type="checkbox"/> 強力ハサミ | <input type="checkbox"/> ビニールテープ | <input type="checkbox"/> 毛布 | <input type="checkbox"/> 小型のビニールシート | <input type="checkbox"/> アルミホイール |
| <input type="checkbox"/> ラップ | <input type="checkbox"/> ビニール袋(大、小) | <input type="checkbox"/> キャリングカート | <input type="checkbox"/> トイレトペーパー | |



[食料]

米、もちなどの主食を約1ヶ月分用意します。副食として各種の缶詰、レトルト食品などを用意し、必要に応じて乳幼児、病人、高齢者のための食品も用意します。

- アルファ米 真空パックのもち
缶詰 レトルト食品
粉ミルク インスタントラーメン

[燃料]

- 固形燃料
練炭や木炭
カセットボンベ

[調理具]

- | | |
|--------------------------------------|-------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 飯ごう | <input type="checkbox"/> なべ |
| <input type="checkbox"/> カップ | <input type="checkbox"/> ナイフ |
| <input type="checkbox"/> 七輪 | <input type="checkbox"/> わりばし |
| <input type="checkbox"/> スチロールカップ | <input type="checkbox"/> 紙皿 |
| <input type="checkbox"/> カセットボンベ式コンロ | |

■ 緊急時のダイヤルメモ

世帯主 _____
住 所 _____

名 称	緊 急 時 の 連 絡 先

■ 家族の記録

名 前	血液型	連絡先 (会社・学校)	T E L

■健康保険証	_____
■預貯金口座	_____
■生命保険	_____
■損害保険	_____
■運転免許証等	_____

子供には救急カードを持たせておきましょう。救急カードには本人の氏名と性別、生年月日、住所、電話番号、保護者の名前、緊急時の連絡先、広域避難場所、指定避難場所、家族の名前、本人や家族の血液型、病歴などを記入しておきます。

野村住宅管理株式会社

本 社	〒160 東京都新宿区西新宿8丁目5番1号 野村不動産西新宿共同ビル7・8階	TEL.03-3363-1131	FAX.03-3363-6199
横浜支店	〒240 横浜市保土ヶ谷区神戸町134番 YBPウエストタワー9階	TEL.045-336-5977	FAX.045-336-5980
大阪支店	〒550 大阪市西区阿波座1丁目4番4号 野村不動産四ツ橋ビル6階	TEL.06-538-5577	FAX.06-538-5582
名古屋支店	〒460 名古屋市中区錦2丁目19番1号 名古屋鴻池ビル13階	TEL.052-203-0921	FAX.052-203-1149
札幌支店	〒060 札幌市中央区北四条西5丁目1番 アスティ45 11階	TEL.011-221-7512	FAX.011-221-7567
仙台支店	〒980 仙台市青葉区一番町2丁目5番1号 大一野村ビル4階	TEL.022-225-7630	FAX.022-225-7766
新潟支店	〒950 新潟市万代1丁目2番3号 コープ野村万代2階	TEL.025-241-9494	FAX.025-243-3867
広島支店	〒730 広島市中区大手町2丁目8番5号 野村不動産大手町ビル9階	TEL.082-249-9010	FAX.082-248-6196
福岡支店	〒810 福岡市中央区舞鶴2丁目4番13号 九州DKビル7階	TEL.092-714-5304	FAX.092-731-8063
北九州営業所	〒802 北九州市小倉北区魚町2丁目5番6号 あさひ銀北九州ビル6階	TEL.093-551-2339	FAX.093-533-5641
熊本営業所	〒860 熊本市花畑町4番7号 朝日新聞第一生命ビル8階	TEL.096-356-7898	FAX.096-326-3219

