

# Mitaka みんなの防災 だより

Vol.  
04

2024年7月発行

## CONTENTS

- 01 通常総会を開催しました
- 02 令和5年度事業報告
- 03 令和6年度事業計画
- 04 視察研修レポート
- 05 マンション防災のポイント
- 06 補助金・助成金のご案内



### Mitakaみんなの防災だよりとは

NPO法人Mitakaみんなの防災が定期的に発行する会員向け情報提供のお便りです。

## 01 通常総会を開催しました

令和6年6月8日(土)に三鷹中央防災公園・元気創造プラザ5階災害対策本部室にて令和6年度通常総会を開催いたしました。団体正会員、個人正会員の方々が出席され、令和5年度事業報告・決算、令和6年度事業計画・予算など、全ての議案が承認されました。

令和6年度も引き続き、三鷹市全体の自助と共助の防災力向上を目指して活動してまいりますので、皆さまのご支援・ご協力をお願いいたします。



来賓の河村孝三鷹市長によるご挨拶

## 02 令和5年度 事業報告

令和5年度に実施した事業の一部をご紹介します。詳しい事業報告書はホームページに掲載しています。



### 防災意識啓発事業

Mitakaみんなの防災フェスタ開催



来場者数 **1,857**名  
参加団体 **47**団体

参加団体の声  
大人も子どももいっしょに学ぼうという姿勢が感じられた



防災出前講座の実施



**57**回実施  
受講者数 **2,369**名

その他、安否確認用黄色いタスキの配布などを行いました

### 防災リーダー等人財育成事業

避難所運営研修会実施



受講者数 **43**名

避難所開設の困難さを改めて痛感した

受講者からの声

### 情報の収集・提供、相談事業

相談窓口業務

相談件数 **34**件



企業、団体、学校、マンション管理組合など、多くの方から防災に関するご相談を受けました

### 防災活動団体活動支援事業

各団体が行う防災活動への支援

協力連携 **15**件



三鷹市総合防災訓練

杏林大学 Craft Market



## 03 令和6年度 事業計画

防災意識の向上を図る事業を中心に事業を展開していきます。実施報告はHPやSNS、ニュースレターにてご報告いたします。

### 防災意識啓発事業

- ▶ 防災啓発イベント・出前講座の実施
- ▶ 小中学校防災教育の推進 など

### 防災リーダー等人財育成事業

- ▶ 防災リーダー養成講座の実施

### 情報の収集・提供、相談事業

- ▶ ホームページ・SNSの運用
- ▶ ニュースレター発行 など

### 防災活動団体交流支援事業

- ▶ 仲介・コーディネート
- ▶ 交流会の実施

### 防災活動団体活動支援事業

- ▶ 各団体が行う防災事業への支援

### 防災活動事例・調査研究事業

- ▶ 防災活動事例調査・紹介 など

### 防災ネットワーク化推進事業

- ▶ 防災イベントを契機としたネットワーク化

### 災害時の応急対策支援事業

- ▶ 防災NPO法人としての活動検討

# マンション防災

## について考えてみる。

視察研修に  
行って  
きました!

令和6年6月24日(月)、千葉県習志野市にある「津田沼奏の杜」エリアを訪問し、三菱地所グループの防災倶楽部の皆様及び  
ザ・パークハウス 津田沼奏の杜団地管理組合の方々から  
マンション防災の取組みについてお話を伺いました。

### 「津田沼奏の杜」エリアについて(千葉県習志野市奏の杜)

商業施設や中高層マンションが集まる新興都市で、3,351世帯8,636人が住まうエリアです。  
住民の多くがマンション世帯であり、年齢別の構成では30代~50代の住民が54%を占めます。

## ザ・パークハウス 津田沼奏の杜

721戸、約2,000人が暮らす大規模マンションです。  
免震装置や防災倉庫、マンホールトイレが整備されています。

管理組合の安部さんにお話を伺いました



「東日本大震災後に建設されたマンションなので防災設備はかなり整っていると思います。その分、私たち居住者は『何かあっても誰かが何とかしてくれる』と安心しきっていた部分があったように思います。」と管理組合の安部さんは言います。

その意識が変わる事件が2015年12月17日に起きました。マンションに落雷があり火災報知器が誤作動、予期せぬ避難に住民はパニックになりました。この事件をきっかけに管理組合が中心となって「721世帯がどうしたら生き残るだろう防災大作戦」が始まったのです。9回の住民説明会を経て防災計画書を作成し、避難所には入らずにマンション内で住民が役割を持ち避難生活をおくる、という考えが示されました。防災計画では、全住戸を18ブロックに分け、ブロックごとに役割を設けることになっています。

「居住者一人ひとりが主体的に取り組む必要があります。」と安部さん。居住者に防災意識を持ってもらうため防災訓練以外にも様々な取組みがされています。

### マンションの防災設備を見学させていただきました



▲ 24時間有人の管理室。エレベーター等設備の管理をすともにも有事の際には各戸や共有部へ放送される仕組みもあるそうです。



◀ 防災倉庫には階段避難車や救出工具セット、仮設トイレ等が備蓄されています。中でも、污水管のトラブルを簡易的に診断できる「污水管確認チェッカー」には会員の皆さんも興味津々でした。

## 三菱地所グループの防災倶楽部

ザ・パークハウス 津田沼奏の杜を分譲した三菱地所レジデンス株式会社で防災倶楽部メンバーの竹谷尚子さんにもお話を伺いました。

2014年10月、三菱地所レジデンス社員有志による「三菱地所グループの防災倶楽部」が立ち上がりました。現在は三菱地所レジデンスと三菱地所コミュニティ約160名の社員が関わっており、マンション管理組合に対し新たな訓練メニューの提案・防災訓練のサポート等を行っています。

こうした活動の背景には、三菱地所グループで100年前から培われている「ドナタデモ」の精神がある、と竹谷さんは言います。1923年の関東大震災の際、当時の三菱合資会社では、東京駅前に臨時の救護所を設置し「ドナタデモ」と掲げて応急手当や水の提供などを行ったのです。丸の内診療所をはじめ6ヶ所の三菱臨時診療所を開設、延べ4万4,179人を手当するなど、被災者救援に尽力しました。このときの「ドナタデモ」の精神を受け継ぎ、防災に取り組んでいるそうです。

### そなえるカルタ

東日本大震災・熊本地震等の被災地で実際に困ったことを伝えるとともに、どう行動するかを考えてもらうツールです。災害をより具体的に我が事として捉えてもらうことができます。

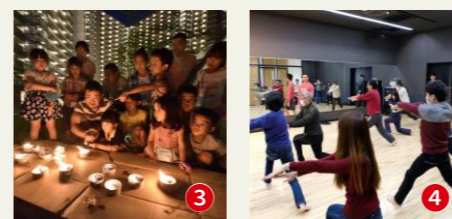


### そなえるドリル

子どもと大人が家族を想定して考える防災ツールです。「無人島に、何をもって?」、「テレパシー使える?」など思わずつっこみたくなる問題からスタートし、子どもも大人も楽しみながら取り組むことができます。



### マンション全体の防災意識を向上させる取組の例



①マンションの免震構造見学会 ②非常用放送設備の放送体験 ③夜の防災訓練~ツナ缶ランブルづくり~ ④近所のスポーツジムとコラボしたエコノミー症候群を防ぐための体操教室 ⑤サッカーを通して楽しく防災を学ぶ「サッカー×防災」イベント ⑥近隣大学と連携した防災講演会

### 地域に広がる防災訓練

2015年3月にザ・パークハウス 津田沼奏の杜から始まった防災訓練は、近隣のマンションにも徐々に広がり、9回目となる2024年3月には奏の杜エリア全体を対象とした大規模な訓練に発展しました。「うちのマンションで抱えている課題は他のマンションでも同じだろうと思って、隣のマンションにもいっしょにやりましょうとプレゼンに行っただけです。1つのマンションでできることには限界もありますし、みんなで取組めばさらに参加者が増え、より多くの気付きもあると思いました。」と管理組合の安部さん。1つのマンションから始まった防災の取組みが、街全体で助け合う仕組みづくりに進化しています。

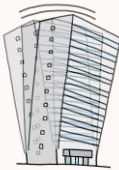


⑦【安否確認訓練】各住戸は安否確認シートを貼り出し、それを担当者が確認し情報を集約します。⑧【そなえるアクション】8つのミッションに挑戦し、防災設備の使い方等を学びます。⑨【そなえるドリルワークショップ】家族に必要な備えを考える、オリジナルの防災ツール「そなえるドリル」を使ったワークショップ。⑩【バランダーパーティー】避難の際に蹴破るバランダーパーティー。どのくらいの力が必要か、体験してもらいます。

耐震基準を満たしたマンションは倒壊する危険性は低いですが、マンションならではの注意点もあります。  
マンションの弱みを知って、在宅避難ができるよう備えましょう！

### 家具や家電、インテリアが散乱！

高層階ほど揺れが大きくなります。  
家具等が転倒・落下・移動することで  
圧死やケガの危険があります。



レイアウトを工夫したり、  
家具を固定して、  
安全なお部屋づくりをしましょう。



### エレベーターが緊急停止！閉じ込められる可能性も…

メンテナンス会社や警察・消防に電話が殺到し救助にも  
時間がかかります。  
停止後の復旧にも時間がかかることが想定され、非常  
階段を使う必要があるため「陸の孤島」化する可能性も  
あります。



エレベーターに乗っているときに地震が起  
こったら、全ての階のボタンを押し、開いた  
階で降ります。  
水や食料の確保に非常階段を使って行き来  
するのはとても大変なので、日頃から必要  
なものを備蓄しておくことが大切です。



### 停電で給水ポンプが停止！水が出なくなるかも！？

ポンプを使って水を汲み上げ・配水しているマン  
ションは停電すると水も出なくなる場合があります。  
受水槽の水の分配をめぐるトラブルも発生する可  
能性があります。



1人1日3リットルを目安に備蓄  
しておきましょう。  
給水方式はマンションによって  
異なるため、非常時の給水方  
法やルールを確認しておきま  
しょう。

たくさんの世帯が集まって  
いるからこそ助け合いが大切！  
日頃からコミュニケーションをとって、  
非常時の対応やルールを  
話し合っておこう！

### 排水管が破損！トイレから汚水が逆流するかも！？

排水管が壊れた状態でトイレを使用すると、  
下の階で汚水があふれ出てトラブルになる  
場合があります。



各家庭で携帯トイレを  
備蓄するとともに、マン  
ション全体でルールを  
周知しておきましょう。



三鷹市  
防災キャラクター  
じじよまる



「東京都防災ホームページ」にはマンション防災に関するページもあります。ぜひ一度ご確認ください。▶

## 06 補助金・助成金のご案内

### 東京とどまるマンション普及促進事業

補助率2/3（上限66万円）  
※地域連携の場合10/10（上限100万円）

東京都では、災害による停電時でも、自宅での生活  
を継続しやすいマンションを「東京とどまるマンション」  
として登録・公表し、普及を図っています。

「東京とどまるマンション」に登録したマンションを対  
象に、防災備蓄資器材の購入費用を一部補助していま  
す。今年度からは、町会等と合同で防災訓練を行う場  
合は補助率が引き上げられます。

詳しくはこちら ▶



令和6年度

### 東京都地域の底力発展事業助成

助成限度額20万円

東京都では、地域活動の担い手である町会・自治会  
が主催して行う地域の課題を解決するための取組（催  
し・活動等）を支援するため、事業助成を行っています。  
町会の地域活動にご活用ください。

詳しくはこちら ▶



発行 / 特定非営利活動法人 Mitakaみんなの防災

〒181-0004  
東京都三鷹市新川6丁目37番1号 元気創造プラザ5階  
TEL/FAX 0422-26-7020  
URL <https://www.mitaka-minnano-bousai.jp/> ▶



SNSでも  
情報発信中!