

いつでもそばに。マンション管理のお役立ち情報マガジン。

# CYBERHOME

[サイバーホーム]

August 2014

Vol. 16



特集

# 防災力



ハード・ソフト・ヒューマンでつくる  
防災マンション



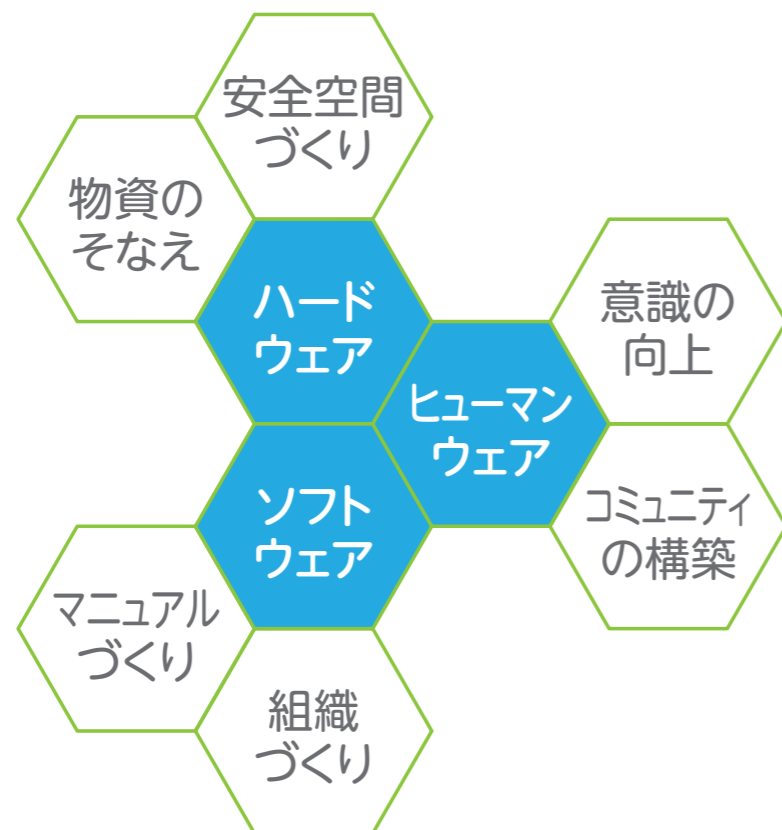
もっと便利に！もっと快適に！  
★「スマート掲示板」

これ食べてみました  
★「黒糖しょうがぱうだー」

特集  
防災力  
[地震編]

# ハード・ソフト・ヒューマン でつくる 防災マンション

一口に「災害」と言っても、自然災害と火災のような人為的災害は、性質や状態も対処方法も異なってきます。それぞれの災害を理解した上で、適切な対策を講じることが重要です。今回は、自然災害の中で最も危惧されている地震を例に、災害に強いマンションづくりの方法をご紹介します。



## 暑気払い

梅雨から8月上旬にかけては季節の変動が激しく、体の疲れがたまりやすい時期。暑さを打ち払い、心と体をリフレッシュさせようと、昔から薬や食事、行事などでさまざまな「暑気払い」が行われてきました。

素麺、冷や麦、きゅうり、すいか…夏の風物詩と呼ばれるものは、暑気払いとしてもおススメの食材。体を冷やして夏バテを改善し、利尿作用で毒素を排出するデトックス効果が期待できます。

暦上では秋のはじまり「立秋」を迎えますが、暑さが残る毎日です。この時期ならではの旬の味覚を味わいながら、健康的な夏を過ごしましょう。

参考…「セルフドクターネット」  
<http://news.selfdoctor.net>

## Vol.16 CONTENTS

### 特集

## 防災力(地震編)

ハード・ソフト・ヒューマンでつくる防災マンション	3
対策その1 ハードウェア向上のポイント	4
対策その2 ソフトウェア向上のポイント	5
対策その3 ヒューマンウェア向上のポイント	7
サービスのご紹介 共用部無線LANインターネットサービス	8
もっと便利に!もっと快適に! 『スマート掲示板』	9
これ食べてみました 『黒糖しょうがぱうだー』	10
編集後記	11

### 特集 2

地震に強い住まいを目指して

マンションの地震対策は、

ハードウェア

ソフトウェア

ヒューマンウェア

とこの三つの要素がポイント。

それぞれをバランスよく

考えて進めていきましょう。



対策その①

ハードウェア向上のポイント

建物性能の把握

建物の地震に対する性能は次の3種類に分類されます。

耐震構造

免震構造

制震構造

耐震構造は、文字どおり揺れに耐えることを最重点において設計されています。したがって、建物が倒壊したりする危険性は少ないのですが、地盤の揺れが直接建物に伝わるばかりか、上階に行くほど揺れが大きくなってしまつ特徴があります。

一方、免震構造は、地盤と建物の間に免震ダンパーと呼ばれる緩衝装置が設けられ、地盤の揺れをなるべく建物に伝えないように配慮されています。しかし、すべての揺れを吸収するわけではありませんので、油断は禁物です。

また、制震構造は、耐震と免震の中間的な特徴を持ち、地盤の揺れは建物に伝わりませんが、各階に設けられている制震

すべてを管理組合や自治会組織が行うのは負担が大きく、効率的ではないため、個人と管理組合で分担することが大切。例えば、飲料水や食料などは、各戸で備え、マンション全体に共通するものを管理組合などで準備してはげようでしょうか。具体例を挙げてみましょう。

- ・発電機セット  
(発電機、コードリール、照明器具、燃料など)
- ・負傷者搬送器具  
(担架など)
- ・救助器具  
(バール、ジャッキなど)
- ・応急補修機材  
(ビニールシート、ベニヤ板、土のう袋など)

必要なものは、マンション規模によつて異なります。どのような被害が発生するかをイメージしながら用意していきましょう。

対策その②

ソフトウェア向上のポイント

建物の安全性が向上し、備蓄品の備えを万全にしたなら、いざという時に機能するしくみづくりが必要です。また、スムーズに災害活動が進むようなルールづくり

ダンパーによって揺れを吸収する効果があり、耐震構造よりも上階の揺れが少なくなるのが特徴です。

自分のマンションがどのような構造であるかを把握しておくことは、災害対策上、大変重要なことです。

さらに、地震の揺れが及ぼす影響を知っておくことで被害拡大や負傷者発生を大幅に抑制することが可能になります。

被害のでやすい箇所

① 窓ガラスの破損

窓枠に歪みが生じたり、家具が当たったりすることで簡単に割れてしまいます。特に高層階のガラスが飛散すると、地上にいる人に対して凶器となります。飛散防止フィルムを貼るなど、マンション全体として対策を進めましょう。



② ドアの変形

耐震性の高い建物でもドア枠の僅かな歪みによって開閉不能になることも。「揺

も欠かせません。これらの活動手順をまとめたものが「防災(震災対策)マニュアル」と呼ばれるものです。

I 周辺地域・マンションの現況把握

最近では様々な防災情報が氾濫して、どれを信じたらよいかわい迷いがち。ひとつの目安となるのが都道府県や市町村が策定している「地域防災計画」です。地域特性のほか、地震がその地域にどのような被害をもたらすのかが記述されています。また、マンションの設備図書を集め、構造上の特徴や設備の問題点などを洗い出しておくことも重要です。

れたらすぐにドアを開ける」という注意は、ドアの変形により部屋内に閉じ込められるのを防止するためです。最近では、枠と壁の間に適度な隙間を設け、開閉不能を極力減らすようなドアセットも販売されています。修繕などに合わせ、交換することを検討してみてください。

③ 接続部分(エキスパンション・ジョイント)の損傷

複数の建物で構成されるマンションでは、それぞれの建物間をつなぐ通路部分に緩衝部材と金属カバーによるエキスパンション・ジョイントが設けられています。激しい揺れで、この部分が損傷するケースが過去の震災でも多く発生しました。問題は、この部分の損傷が激しい場合、通路(特に避難路)として使用できなくなるということです。普段からこのことを念頭に置き、複数の避難経路を確保しておくことが安心です。

④ エレベーターの停止

最近のエレベーターは、多くが地震時管制運転機能の付いたもの。地震波を感じ、最寄階に停止して自動でドアを開きます。しかし、揺れや停電などの悪条件が重なった場合、トラブルが生じる可能性も。途中で停止して閉じ込められてし

II 具体的に被害を想定する

Iで調べた情報を基に、マンション内でのようなことが起こるのか具体的に検討してみましょう。ハードウェアのチェックポイントがヒントになります。マンションそのものではなく、周囲に発生する被害も見逃せません。水電気などのライフラインの寸断は、マンション自体を陸の孤島にしてしまう危険性があります。さらに、液状化による影響も考慮に入れましょう。通路に段差が生じてしまつと、車椅子や物資搬送用台車などが通行できなくなるほか、高齢者の方の通行障害につながってしまいます。

これ以外にも様々な被害発生ポイントが考えられますが、何といても早急に対処すべきは、各戸内に安全な空間を確保すること。家具の転倒防止対策を徹底しましょう。

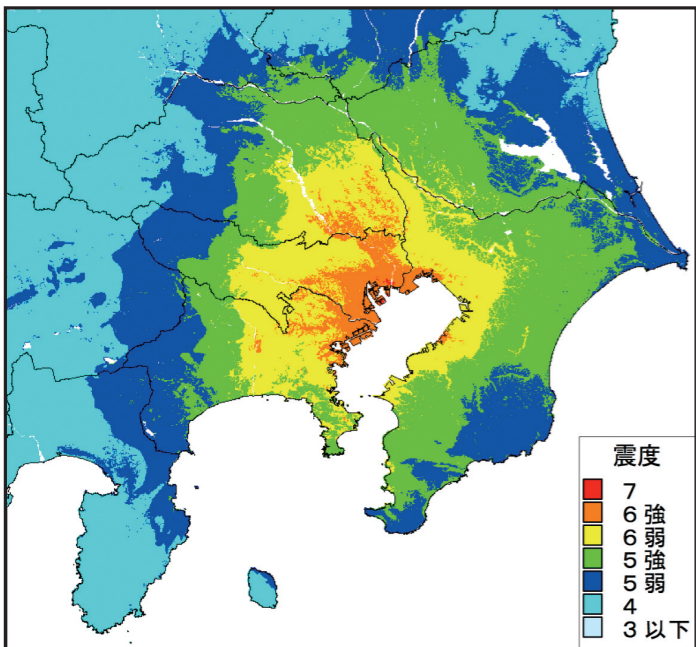


災害対策物資・機材・備品の充実

ハードウェア向上策のもう一つの柱は、「物の備え」、つまり災害対策物資や機材、備蓄品の充実です。

首都直下地震の震度分布

中央防災会議「首都直下地震の被害想定と対策について」より



震度

7	強弱強弱
6	6
5	5
4	4
3	以下

Ⅲ 非常時・平常時にすべきことを考える

地震発生直後は、組織的な活動が困難であり、どうしても個人の判断や行動に委ねられます。だからこそ、正しい判断・行動ができるようしておく必要があるのです。例として、地震が発生したら即避難というイメージを持っていますか。

防災訓練の主要なメニューが避難訓練になっているせいも、そういった考え方が定着しているのが実情です。しかし、火災の場合とは違います。耐震性の高い建物からむやみに脱出する必要はありません。しかも、もし、隣で家具に押し潰された人がいたらどうしたらいいのでしょうか？ 全員が逃げてしまっても、どうやってどうときに誰も助けることはできません。

揺れの最中は自分の身を守ることを優先し、おさまった時点で、周囲の安全確認、同じ階同士での安否確認や助け合い

震災が起きる以前の平常時から震災発生後、復旧期に至るまで、変化に合わせた対策が求められます。その中心的な存在となる「災害対策本部」の体制づくりには、マンション全体の協力が必要です。



● 災害の推移と防災組織の構成の変化 ●

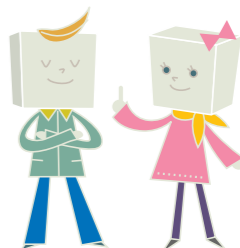
区分名称	期間	特徴	組織構成
平常時	震災発生前	事前に各種対策を講じておく時期	管理組合理事会を中心として、組合員全員が役割分担し、事前対策を進める。
非常時	発災時	震災発当日	その場にいる者だけで臨機応変な対応が求められる時期
	被災生活期	2~3日目	帰宅困難者の帰宅などにより、組織的な活動へと移行していく時期
	復旧期	4日目以降	平常時の生活復帰を目指す時期

対策 その③

コミュニケーション向上のポイント

災害の真つただ中で、本当に頼れるものは何でしょうか？ 耐震性の高い建物や備蓄品、防災マニュアルを例に挙げる人もいろいろありますが、それらは補助的な

と少しずつ組織的になっていくようなしくみが効果的です。平常時にできるだけ備えを進めておき、各戸、マンション全体で行なうものを仕分けして、共通目標を掲げましょう。



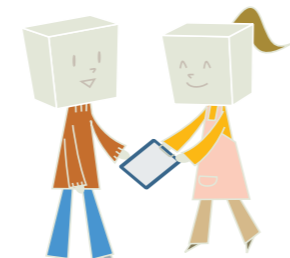
Ⅳ 効果的に活動できる組織作り

- ・情報の収集整理と情報発信
- ・負傷者や要援護者の救護
- ・建物や設備の安全確認
- ・物資の調達や管理

それぞれの活動を分担して行う組織(例として情報班、救護班など)を作ることが被害の軽減や早期復旧につながります。しかし、地震はいつ発生するか分かりません。あらかじめ分担を決めておいても、平日の日に発生したら、主要メンバーが誰もいないという事態も考えられます。そこで、その場にいる人だけで、臨機応変に分担を決め、メンバーの帰宅を待つ、事前計画に沿った組織に移行していくような柔軟性が必要です。

また、マンション全体の災害活動を統括する組織が欠かせません。管理組合の

ものに過ぎませ



東日本大震災に襲われたマンションの多くは、隣人同士の助け合いで様々な危機を乗り越えてきました。人と人のつながり——コミュニティの重要性を、図らずも証明したことになります。しかし、一方で、次のような声も聞かれました。

・その場でお互いを知るには限界があった。  
・事前に隣の実情を知っていたなら、もっと早く援助できたのに。  
・このマンションにこれだけ多くの要援護者が暮らしているとは思わなかった。

・こんなことまで近所の人と世話し合えるとは思わなかった。

これらに共通する点は、「もっと早く気づいていたら」です。お互いの状況を事前に

役員が中心となって災害対策本部を運営できるように事前計画を立てておきましょう。

Ⅴ 訓練や啓発活動を考える

マニュアルは、いわば手引書です。それだけでは、実際の災害で何も役立ちません。そこに書かれていることをいかに実践できるかが被害軽減のための最重要事項なのです。そのためには、日頃の訓練が欠かせません。訓練を実施することで、マニュアルの検証もできますし、防災意識の向上にもつながります。



● 非常時の判断と行動のフロー ●



ら助けをあげる人に代わることができません。コミュニケーションは一人ひとりの意識づくりから。まずはできることから始めてみませんか。

※今回は、身近な災害——「火災」の対策をご紹介します。  
※地震対策の具体例は、WEB版で順次ご紹介していく予定です。



- 内閣府防災情報のページ <http://www.bousai.go.jp/>
- 独立行政法人防災科学技術研究所 <http://www.bosai.go.jp/>
- 東京都中央区「震災時活動マニュアル策定の手引き」 <http://www.city.chuo.lg.jp/bosai/bosai/kosojutakubousai/manuarusakuteinotobiki.html>
- 仙台市都市整備局「分譲マンション防災マニュアル作成の手引」 [http://www.city.sendai.jp/sumiyoi/sumai/mansion/bousaimanual\\_sakusei\\_tebiki.html](http://www.city.sendai.jp/sumiyoi/sumai/mansion/bousaimanual_sakusei_tebiki.html)

もっと便利に!  
もっと快適に!

シリーズ連載

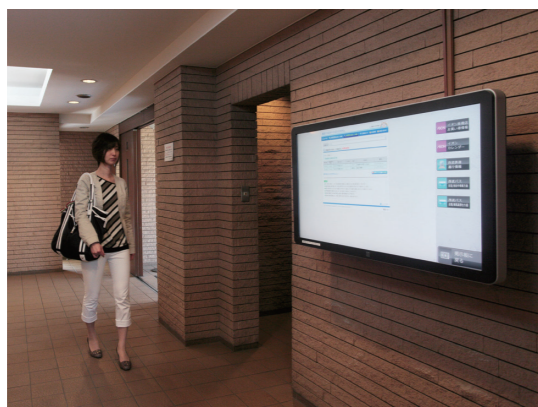
## 最近マンションの最新設備事情

最近のマンションでは、利便性の向上や災害対策として、様々な設備が導入されています。新築時に設置されていない設備でも、管理組合で検討し、新たに設置・導入できるものも。FNJでは、マンションに導入されている「便利」で「役立つ」最新設備をご紹介します。

第1弾

### マンションの掲示物を電子化! 「デジタルサイネージ」

駅や商業施設など、いろいろな場所で頻繁に見かけるようになった「デジタルサイネージ」。最近ではマンションで活用するケースも増えてきました。災害時にも役立つリアルタイムな情報共有システムとして、注目を集めています。



#### デジタルサイネージのメリット

- ・入居者に「気づかれる」「見られる」ための目立つ掲示ができる
- ・貼り換え作業不要!ネット上ですぐに掲示、表示期間の指定も楽々
- ・貼り紙であふれることなく、エントランス部分の美観をキープ
- ・簡単操作のタッチパネルで、見たい内容をいつでも閲覧…などなど

サイバーホームでは、タッチパネル型「スマート掲示板サービス」を提供中!  
詳しい利用方法、お申込みについてはお気軽にお問い合わせください。  
設置に関するご説明・調査・お見積りは無料です。

【お問い合わせ窓口】

株式会社ファミリーネット・ジャパン <<サービス推進部>>  
TEL:03-6759-2970 kumiai-support@cyberhome.ne.jp

新しい暮らしのカタチ

## 『共用部無線LANインターネットサービス』

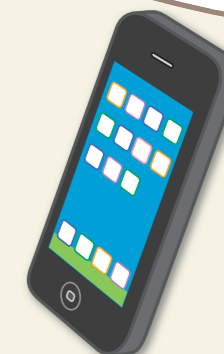
エントランスや集会室等、マンション共用部でWiFi環境を構築。  
ケーブルの配線に煩わされることなく、  
ゆったりとインターネットをご利用いただけます。

Q1 工事費用、月額使用料金は?

A1 月額料金の追加負担なし! 導入費用は29,800円~

管理事務室やフロントカウンターへの簡易設置工事が可能なマンションの場合、導入費用は29,800円(税抜き)~。ゲストルーム、ライブラリーなど、上記以外の共用施設への設置に関しては、別途現地調査後にお見積りを提出させていただきます。月額使用料金は0円、機器は弊社資産の機器を設置するので機器故障時の費用負担もありません。

wifi 使えます  
CYBERHOME



Q2 セキュリティは大丈夫?

A2 WiFi利用のパスワード管理は  
CYBERHOMEで行うので安心!\*

使い方も簡単です。お手持ちのノートパソコンやタブレット端末を使って快適にインターネットをお楽しみいただけます。

\*パスワードについては、管理組合様からの申告に基づき、FNJにて設定変更を実施いたします。

理事会等の打合せ、おでかけ前のウェブチェック、  
くつろぎながらのネットサーフィン…  
いつでも快適にネット利用ができる、  
新しい暮らしのサービスです。

編集後記

平素は弊社インターネットサービス「CYBERHOME」をご利用いただき誠にありがとうございます。

連日厳しい暑さが続いており、皆さまいかがお過ごしですか。

今回の会報誌「CYBERHOME vol.16」は、「地震時の防災対策」を中心にお届けいたしました。

数ある自然災害の中でも最も影響が大きく、発生する可能性が高い地震。2011年の東日本大震災による被害は、未だにその余波が日本中に残っています。突然の事態に慌てず対応するために、ご家庭でできるものからマンション全体で考えなければならぬものまで、様々な「防災対策」が必ずあります。

今号をきっかけに、地震対策につい

て入居者様で話し合い、適正なマンション管理・運営に取り組んでいただけたらと思います。

また、災害時に最後に頼れるのは、やはり人の力。効果的な組織の強化・向上には、日頃からの迅速な情報共有が欠かせません。リアルタイムに情報を発信できる「スマート掲示板サービス」や、情報収集に役立つ「共用部無線LANインターネットサービス」のご活用も一つの方法です。ご興味をお持ちの管理組合様はお気軽にお問い合わせください。

皆さまの安心で健やかな暮らしに貢献できるよう、ファミリー・ネットジャパンでは、今後も信頼性のある便利なサポートを提供して参ります。



今回の逸品

国産原料十割使用  
国産しょうがが入り

黒糖しょうがぱうだー

エアコンの冷風で冷えやすい夏。国産生姜入りの「黒糖しょうがぱうだー」は、じんわりと体を温め、発汗時のミネラル補給にも最適です。

夏本番、冷房がききすぎた室内ではどうしても体が冷えがち。一方、太陽の日差しが強く降り注ぐ屋外では、汗で水分やミネラルが出て行ってしまいます。寒い室内と暑い屋外、気温差が激しい季節だからこそ、体調管理に気をつけたいもの。そこで今回は、夏の暮らしを快適に過ごすためにぴったりの自然派食品をご紹介します。

「国産しょうが入り 黒糖しょうがぱうだー」は、老舗黒糖メーカーが原料と製造方法にこだわって作った生姜風味の加工黒糖。沖縄県産のさとうきびから採れた粗糖・蜜糖・黒糖を直火釜で丹念に煮詰め、独自の製法で細かなパウダー状に仕上げました。さらに、風味豊かな九州産の乾燥生姜をたっぷりプラス。黒糖のまろやかな甘さとピリツときいた生姜のアクセントがほどよいバランスです。

溶けやすい粉末タイプなのでスプーン2杯分をお湯に溶かせば簡単に黒糖生姜湯に、炭酸水を注げば簡単にジンジャーエールのできあがり。添加物は一切なし、徹底した品質管理の下、すべて安心・安全の国産原料十割で作られています。お砂糖の代わりに紅茶やミルク、ヨーグルトと合わせたり、煮物や生姜焼き、マフィンにクッキーなど、アイディア次第で料理やお菓子作りの幅も広がります。

ビタミン・ミネラル補給に嬉しい「黒糖」と、冷房で冷え切った体をじんわりと温めてくれる「生姜」を手軽に摂れる「黒糖しょうがぱうだー」。今年の夏はもちろん、秋冬の冷え対策にもおススメです。ほっと息つきたい時に、自分好みの黒糖ジンジャードリンクを作ってみませんか？本品1袋で約20杯分の黒糖生姜湯が楽しめます。

ここで購入できます！

<http://www.kakinohana.jp/> …黒糖本舗垣乃花オンラインショップ  
<http://okinawa-hariyun.shop-pro.jp/> …沖縄ハーブと暮らしの雑貨店ハリユン

★ 読者プレゼント ★

今回ご紹介した「黒糖しょうがぱうだー」を別紙アンケートにお答えいただいた方に、抽選でプレゼントいたします。詳しくは同封の返信ハガキをご覧ください。



いつでもそばに。マンション管理のお役立ち情報マガジン。

CYBERHOME

【サイバーホーム】

August 2014 vol.16

発行日：2014年8月1日 発行人：株式会社ファミリーネット・ジャパン

お問い合わせ

株式会社ファミリーネット・ジャパン 会報誌「CYBERHOME」担当  
TEL:03-5774-1400 Mail:kaihousi\_ch@cyberhome.ne.jp

送付先・送付数変更、  
特集記事のリクエストは  
こちらから

マンション管理のお役立ち情報マガジン「CYBERHOME」WEBサイトからお申込みください。  
<http://www.cyberhome.ne.jp/magazine/union>



株式会社ファミリーネット・ジャパン

〒150-0002 東京都渋谷区渋谷3-12-18 渋谷南東急ビル2F TEL:03-5774-1400(代表) Mail:kaihouji\_ch@cyberhome.ne.jp