

行動計画表

時間	管理人	本部班	給水班	避難誘導班	救護救出班	初期消火班	情報班
8:30		班長・副班長エントランス集合 備品の最終確認 テント設営(1張り分)	班長・副班長エントランス集合 備品の最終確認 テント設営(1張り分)	班長・副班長エントランス集合 備品の最終確認 テント設営(1張り分)	班長・副班長エントランス集合 備品の最終確認 テント設営(1張り分)	班長・副班長エントランス集合 備品の最終確認 テント設営(1張り分)	班長・副班長エントランス集合 備品の最終確認 テント設営(1張り分)
9:00		訓練前の消防署のとの打ち 合わせ	訓練前の消防署のとの打ち 合わせ	訓練前の消防署のとの打ち 合わせ	訓練前の消防署のとの打ち 合わせ	訓練前の消防署のとの打ち 合わせ	訓練前の消防署のとの打ち 合わせ
9:20		班員エントランス集合 役割分担を班長より説明 班員は、第1集会室で待機	班員エントランス集合 役割分担を班長より説明 班員は、第1集会室で待機	班員エントランス集合 役割分担を班長より説明 班員は、第1集会室で待機	班員エントランス集合 役割分担を班長より説明 班員は、第1集会室で待機	班員エントランス集合 役割分担を班長より説明 班員は、第1集会室で待機	班員エントランス集合 役割分担を班長より説明 班員は、第1集会室で待機
9:25	1 訓練開始前の案内放送(管理人)						
9:30	2 地震発生し館内を点検	1 道中、被災箇所がないか点検 しながらの第3駐車場に集合 第3駐車場内にテントを設営 する	1 道中、被災箇所がないか点検 しながらの第3駐車場に集合 (第3駐車場内にテントを設営 する)	1 道中、被災箇所がないか点検 しながらの第3駐車場に集合	1 道中、被災箇所がないか点検 しながらの第3駐車場に集合 (第3駐車場内にテントを設営 する)	1 道中、被災箇所がないか点検 しながらの第3駐車場に集合 (第3駐車場内にテントを設営 する)	1 道中、被災箇所がないか点検 しながらの第3駐車場に集合
9:40	3 □棟□□号室凸凹方から火 災発生を認知し本部班に連 4 非常ベル作動 5 管理人は、消防へ119番を 行うと共に住民に火災発生を 知らせる放送を実施する	2 管理人から本部班に火災発 生の報告を受ける(班長・副 班長)、各班へ連絡 3 火災の情報収集に務める	2 本部班から連絡を受け、各班 員に連絡を入れる	2 本部班から連絡を受け、各班 員に連絡を入れる 3 マンション東側誘導□名 4 マンション西側誘導□名 5 尚、誘導に当たっては、「マン ション内で火災が発生してい る事を知らせるため、「火事 だ、避難してください」と大きな 6 各階に班員が残り、訓練参加 の要避難員の誘導に当る 7 火災元に留意し、避難誘導者 は、避難誘導する 8 階段下にも誘導員配置し被災 場所・火災場所に留意した避 難経路に誘導する 9 第3駐車場への避難を誘導す る	2 本部班から連絡を受け、各班 員に連絡を入れる 3 第3駐車場で待機	2 本部班から連絡を受け、各班 員に連絡を入れる 3 班員は出火元へ 4 消火後、第3駐車場へ	2 本部班から火災発生時の報告 を受け、①本部長・②副本部 長に連絡する 3 火災の情報収集に務める
9:45		4 簡易トイレの設営 5 情報班から、施設被災場所の 報告を受けるなど、被災情報 収集に務める 6 訓練参加者に、避難者入退 所届出への記載依頼 7 被災者名簿の作成 8 構成員出席簿の作成	3 飲料水の確保 4 第3駐車場にテントを設営し て湯を沸かして、α米を配る 準備をする 5 発電機の運用				4 マンション内被災状況の把 握・巡回 5 施設被災場所を発見し、2次 災害防止策を講ずる、本部班 に報告 (被災情報調査票の活用)
10:00		9 情報班から要救護者がいる 旨連絡を受け、救護救出班へ 連絡 10 被災情報・その他情報を掲示 板に提示する		10 班長は、□棟凸凹前に自力 避難が不能になった救護者を 認め、情報班に連絡	4 本部班から要救護者が□棟 の凸凹前にいる事の連絡を 5 1チーム4名班編成を行い、 簡易担架・車椅子を準備し て、救護活動を実施し、テント に搬送し、情報班に報告		5 避難誘導班より負傷者発見 の報を受け、本部班に連絡 6 救出完了を確認して、本部班 に連絡する
10:05		11 情報班から○階に逃げ遅れ た者がいる連絡を受け、消防 にはしご車の出動を要請する 12 救護救出班への連絡		10 □階に逃げ遅れた者数名が いる事を情報班に連絡 11 班長・副班長は避難が完了し たことを確認情報班に連絡	6 消防署のはしご車による救出 訓練を実施後、要救護者を救 急車に搬送し、情報班に報告		7 □階に逃げ遅れた者数名が いる事を本部班に連絡 8 救出完了を確認して、本部班 に連絡する
10:30		13 購入備品の披露	6 アルファ米の試食を配る		7 消防署の指導の下、応急手 当の訓練実施	5 消防署の指導の下、初期消 火訓練を実施	
11:00		*第3駐車場での訓練終了後に、①第1集会室下の貯水タンクから発電機による取水訓練を行う。②防災倉庫見学を行う					
	6 訓練が終了した旨の放送をす る						

防災訓練のお知らせと避難訓練参加依頼について

時下、ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。

平素は、自主防災活動にご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、表題の件について下記のとおり実施致しますので、ご多用の折り恐縮ですが万障お繰り合わせの上ぜひとも訓練に参加・見学をいただきますようご案内申し上げます。

なお、参加については別添「防災訓練参加申込書」において**11月 5日(木)**までに管理人室正面カウンターの提出箱に投函願います。

また、訓練当日は、消防車両や、防災訓練用の備品が搬入出されます。訓練場所によっては、駐車車両の移動などお願いすることがございます。更に訓練中マンション駐車場よりの出入りが規制され何かとご不便おかけすることになると思いますが、何卒、防災訓練にご理解とご協力を賜りますようよろしくお願い申し上げます。

記

- 日時 **平成21年11月 8日(日)**
 - ・実地防災訓練(消火、避難、救出訓練) 9:30～
 - ・消防署(はしご車による救出訓練) 10:00～
 - ・起震車による地震体験

※ 雨天の場合(第1集会室で消防署による防災講義及び防災ビデオ観賞)
安全上の理由から、上記訓練及び起震車による地震体験は中止します。
- 場所 **マンション敷地内全体**
 - ・出火想定場所 C棟4階
 - ・避難訓練対象 C棟全体(A棟及びB棟の住民の方は見学となります。)
 - ・避難場所 B～C棟間の東側第3駐車場
 - ・起震車 B～C棟間の東側第3駐車場
- 実施要領 **添付の実施要領をよく読んでください。**
- 補足事項 当日は高田消防署より、はしご車、救急車、消防車、起震車の派遣を依頼しております。また、今回の訓練対象はC棟となりますので、C棟の住民の方は実施要領の避難場所に避難していただくこととなります。

ネオシティ大和高田防災訓練実施要領

- 実施時期・実施場所**

平成21年11月 8日(日) 午前9時30分～
大和高田市根成柿380-1 ネオシティ大和高田 敷地内
- 想定**

午前9時30分奈良を中心とする震度7クラスの地震発生、ネオシティ大和高田マンションも多大な被害が発生、数分後C棟4階より火災発生、延焼拡大の恐れがあり、一刻の猶予もない状況を呈している。また、避難時に住民数名が階段で転倒し負傷、自力避難不能、他にけが人も出ている。
- 一般住民訓練参加要領**
 - ・A棟、B棟住民の方は別図の見学場所で待機してください。
 - ・火事の知らせを聞くと同時に、C棟住民は避難を開始してください。

C棟東側住民・・・C棟中央及び東階段より敷地外第3駐車場に避難してください。

C棟西側住民・・・C棟中央及び西階段より敷地外第3駐車場に避難してください。
その後避難誘導班の指示に従って、訓練を見学してください。（裏図参照）

4、 自主防災組織の担当者実施要領（抜粋）

- (1) マンション管理人が、出火場所を確認後、放送設備を使用し指揮する。
「C棟にて火災が発生、住民の方は避難してください。」
本部長より、放送設備を使用し、防災組織召集及び、住民に指示を行う。
- (2) 初期消火班は、付近の消火器を持ち、出火点付近に、到着した者から順番に消火器で標的に向けて模擬消火訓練を行う。
- (3) 避難誘導班は、防災訓練に参加を表明している各戸に、大きな声で火災が発生していることを周知し、避難場所である、マンション東側第3駐
- (4) 救護救出班は負傷者を確認し、避難場所である第3駐車場テントに救出後、高田消防署の指導のもと応急手当をすること。
- (5) 給食給水班は発電機を使い給食・給水活動にあたる。
- (6) 情報班は、迅速かつ正確な情報収集、伝達を行う。
- (7) 本部班は、各班との連絡を密にして、災害の状況や各班の活動状況の把握に努め、統制のとれた活動ができるよう各班に適切な指示を与える。

5、 共通事項

実地訓練終了後は、起震車による地震体験を行います。

防災訓練参加申込書



◆ **C棟住民の方** ◆

下記のとおり防災避難訓練に参加します。

棟	号室	氏名	区分
C棟	号室		大人・中学生以上
			小学生・小学生以下
			大人・中学生以上
			小学生・小学生以下
			大人・中学生以上
			小学生・小学生以下

◆ **A・B棟住民の方** ◆

下記のとおり防災訓練見学に参加します。

棟	号室	氏名	区分
A棟 B棟	号室		大人・中学生以上
			小学生・小学生以下
			大人・中学生以上
			小学生・小学生以下
			大人・中学生以上
			小学生・小学生以下

平成21年11月8日

防災訓練参加者 各位

ネオシティ大和高田自主防災組織

本日は、防災訓練にご参加いただきありがとうございました。
本日の防災訓練のおさらいの意味を含めて、一読をお願いします。

午前9時30分に大規模地震（震度5弱）が発生し、9時40分に火災発生を発見したと想定し防災訓練を実施いたしました。

訓練の前半

午前9時30分大規模地震発生。
自主防災組織員は、防災マニュアルに基づき、マンションの第一次避難場所である第3駐車場に自動参集。
第3駐車場に、対策本部設置。
9時40分に火災を管理人さんが発見し、119番通報、館内放送および自主防災組織に連

本部班より各班長に連絡し各班活動の指示。

初期消火班は火元へ急行。

避難誘導班は、二次災害の防止のため、避難者の誘導。

地震発生（9：30）直後に家庭内でガス栓やブレーカーのチェックを行い、避難時に玄関に「避難済」の表示の上、避難していただいています。

「避難済」表示について

全室を探す時間を短縮し、負傷者救助の見落としを防ぐために、「避難済」ステッカー導入を検討しています

情報班は、施設被災状況の把握のため、館内巡回。被災場所の被災防止策を講ずる。

負傷者ありとの連絡を受け、救護救出班の出動。

逃げ遅れた住民ありとの連絡を受け、はしご車の出動要請。

本部班は、避難者の状況把握に努め、**避難者入退所届**への記入を依頼。

負傷者の救助の見落としを防ぐためや、被災者の状況把握のためです。
また、例えば4人家族だが被災時は2人が在宅し2人が外出していたとして、先の2人が負傷等で別の避難所に移動したときに、その足跡を残すことができま
被災状況等の周知（掲示板）。

仮設トイレの設置。

給食・給水班は、 α 米の試食の準備を行う。

訓練の後半

消防署の指導の下、消火訓練体験。

消防署の指導の下、応急手当訓練実施。

アルファ米の試食。

仮設トイレ体験。

煙中ハウス体験。

貯水槽からの取水訓練。

防災倉庫の見学

地震に備えて

地震発生直後、家にいた場合

頭のガード

とにかく、頭をガードすることが大切です。丈夫なテーブルなどの下に逃げ、その脚をしっかり押さえ、落下物から身の安全をはかってください
背の高い家具や冷蔵庫など、転倒、落下しそうなものから離れ、座布団などで頭を隠しましょう
便所や風呂場は、狭くて柱が多い場所は比較的に安全です

火の始末

ガス器具・ストーブなどを器具を使用していたら、火の始末をします。みんなで「火を消せ」と声かけしましょう
ガスの元栓を閉じましょう
万が一、火が出たら、協力してすばやく消火しましょう。消火器は共有通路に設置されています

すぐに飛び出さない

揺れがおさまっても、すぐに飛び出さないのが原則です。周囲の状況をよく見て、落ち着いて行動しましょう
室内をむやみに移動するのも危険です。地震後は**ガラスの破片が飛散**し、転倒などで部屋の状況が変わっていることがあります
* **玄関の扉が開かなくなっているかもしれません。**確認しましょう。再びドアが閉まらないように身近なもので挟んでください

安否の確認

家族の安否を確認しましょう
隣近所に声をかけあいましょう。特に援護を要する方の安否を確認しましょう

地震発生直後、外出していた場合

外を歩いていたら

瓦や看板、ガラス等が落下してきたり、ブロック塀や門、自動販売機などが倒れてきたりします
かばんなどで頭を保護しブロック塀などからすばやく離れ、揺れが収まるのを待って、近くの公園や広場、丈夫なビルに避難しましょう
海岸沿いでは、津波の恐れがあります。早ければ数分で来るときもありますので、高台や高い建築物に避難しましょう

デパートや映画館などにいたら

商品やつり看板が落ちてくることもあります。買い物袋などで頭を保護し柱のそばや広い場所に移動しましょう
出口に殺到すると危険です。他人の悲鳴や怒鳴り声を聞いてもあわてずに、従業員の指示に従いましょう

地下街にいたら

地下街は他の建物に比べて構造的に強くできています。あわてず、揺れがおさまるまで壁のそばで身を守りましょう
停電になっても非常灯がつくので、あわてず壁づたいに歩き、出入り口まで避難する

エレベーターにいたら、閉じ込められたら

地震感知装置のついたエレベーターに乗っていた場合は、停電になっても最寄の階で止まるので、すぐ降りましょう
地震感知装置のついていないエレベーターでは、揺れを感じたら全ての階のボタンを押して、止まった階で降りましょう
運悪く閉じ込められたら、中にある非常ベルや非常電話で外部と連絡し、救助を待ちましょう
地震のとき、エレベーターは絶対に使用しないようにします

自動車に乗っていたら

パンクしたような状態になり、ハンドルがとられて運転しにくくなります。急ブレーキを避け、徐々に減速しできるだけ安全な方法で左側に寄せて止めましょう
揺れがおさまったら、道路外の駐車場や広場等に移動しましょう。やむを得ず道路上に置いて避難するときは、道路の左側に寄せて駐車し、エンジンを止めキーをつけたままにして窓を閉め、ロックしないようにしましょう
大地震の際は目前に被害が無くても、被害が進行方向で発生している場合があります。ラジオや警察の指示に従いましょう
橋やトンネルは通過を避けましょう

様

平成21年10月〇〇日

ネオシティ自主防災組織
本部長 〇〇 〇〇

防災訓練当日の駐車車両移動ご協力お願いについて

時下、ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。

平素は、自主防災活動にご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、11月8日（日）に実施予定の防災訓練におきまして、当日に消防車両や、消防訓練用の備品が搬入されます（高田消防署より、はしご車、救急車、消防車の派遣を依頼しております）。

そのため、下記駐車場利用者の方々につきましては、訓練実施に伴う簡易テントの設営等のため、車両の移動をお願いいたします。

訓練実施時間 平成21年11月8日（日） 8：00～12：00

事前に移動していただく駐車位置

BC棟間駐車場

101・102・103・104・105・106・107・108

第3駐車場

37・38・39・40・41・43・45・46

82・83・84・85・86・87・88・89・90

移動を指定された方にありましては、必ず移動をお願いします。

止むを得ず移動できない場合は、事前に管理室に申し出ていただければ、回答いたします。

ネオシティ居住者 様

平成21年10月〇〇日

ネオシティ自主防災組織
本部長 〇〇 〇〇

防災訓練当日の駐車車両移動の通行について

時下、ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。

平素は、自主防災活動にご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、11月8日（日）に実施予定の防災訓練におきまして、当日に消防車両や、消防訓練用の備品が搬入されます（高田消防署より、はしご車、救急車、消防車の派遣を依頼しております）。

そのため、裏面の実施場所図で示した訓練場所付近へ駐車されておられます居住者の方々につきましては（B-C間東側敷地内駐車場および第3駐車場）、避難訓練中は訓練の内容により一時的に車両の移動ができなくなりますこと

訓練実施時間 平成21年11月8日（日） 8：00～12：00

車両の移動をお願いします

11月8日午前8時～午後0時は、防災訓練実施のため、ご迷惑をおかけしますが、下記駐車場の方は移動願います。

第3駐車場：37・38・39・40・41・43・45・46・82・83・84・85・
86・87・88・89・90

BC棟間駐車場：101・102・103・104・105・106・107・108

詳しくは、管理人までお願いします。

ネオシティ自主防災組織