



マンション居住者向け

ハンドブック

防
災

し
な
が
わ



自宅でも乗り切る
わが家の防災



マンションの 強みを活かした 防災対策を！



過去の災害では、マンション特有の被害や影響が発生しています。
一方で、事前の対策にしっかりと取り組むことで影響を軽減し、
自宅で避難生活を送ることができたケースも多くありました。

- マンションは揺れに強い建物です
- 浸水の可能性があっても、上階へ避難することで命を守れます
- 十分に備えれば、自宅で避難生活を送ることができます（在宅避難）

マンションにお住まいの方に向けたこのハンドブックは、
マンションの特性を踏まえた災害時の行動や、
在宅避難への備え等について学ぶことができます。
ハンドブックを活用し、“わが家のマンション防災”を始めましょう！

災害に強いマンションだからこそ 在宅避難への備えを進めよう！

全区民向け『しながわ防災ハンドブック』では、防災対策の基礎的な内容を学べます。
あわせて活用し、より一層の防災対策を進めましょう。

防災対策の
基礎が学べる



全区民向け



マンションに
特化した対策が学べる



マンション
居住者向け

もくじ

第1章

地震発生！どうなる？どうする？ 2

- 1 地震災害の危険を知ろう 4
- 2 地震発生！そのときどうする？ 6
- 3 避難生活 どうする？ 14
- 4 地震に備えよう 22
- 5 防災の輪を広げよう 28



第2章

大雨・台風！どうなる？どうする？ 32

- 1 風水害の危険を知ろう 34
- 2 大雨・台風が接近！そのときどうする？ 36
- 3 風水害に備えよう 43



第3章

マンションの備え チェックリスト 46

- 1 地震災害に備えるためのチェックリスト 46
- 2 風水害に備えるためのチェックリスト 47