

为了应对突发的大地震，提前采取公寓（包括商品房或出租公寓、区营或都营住宅等集体住宅）的防灾措施可以减少损害。为了尽量减少损害，请立即开始采取防灾准备措施。

北区公寓防灾手册相关内容请浏览此处。

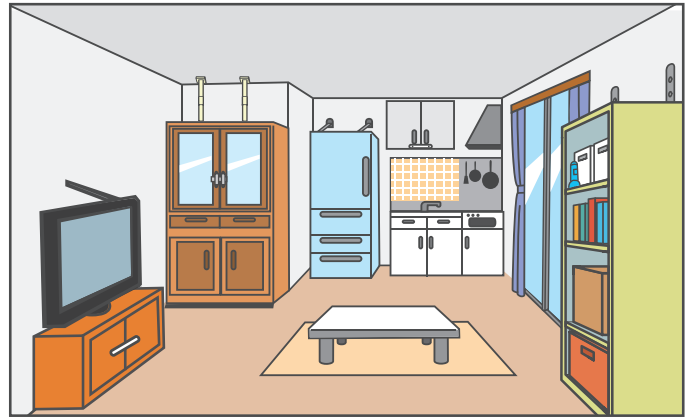
<https://www.city.kita.tokyo.jp/chiikibosai/documents/mansion.html>



## 室内安全措施

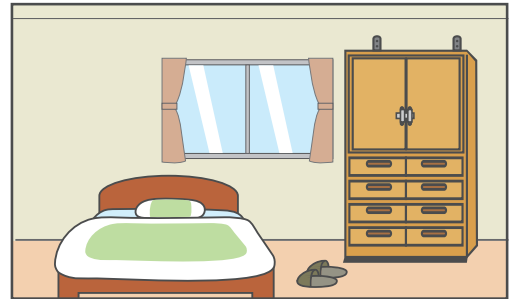
平时就开始采取防止家具翻倒、玻璃飞溅的措施，巧妙布置家具等，通过提前采取措施，以提高“在家避难”的可能性。此外，准备好水、食物、简易厕所等生活必需品也很重要。

- 尽量将电视放置在较低的位置，并用螺钉或粘性垫固定。
- 通过支撑杆固定书架和柜子。使用防开窗锁、锁式器具。
- 使用带扣式器具将冰箱固定在墙上
- 在窗户上贴上防飞溅膜
- 不要将物品放在高处，重物收纳在下方，轻物收纳在上方
- 准备拖鞋、鞋子等



## 储备饮用水和食品

储备至少3天（建议1周）全家份的饮用水和食品。此时，建议同时采用滚动储备（循环储备）方式。



## 运用简易厕所

由于可能无法使用厕所，请备好简易厕所或便携式厕所。

此外，关于使用过的简易厕所的保管，请事先在公寓内制定规则。



## 确认避难方法

在地震时，由于电梯会停止运行，请事先确认紧急出口等避难路线。

此外，定期进行避难演练并了解避难方法至关重要。



## 平时制定的公寓内规则和优先顺序

由于在地震时可能难以做出冷静判断，因此提前制定手册以确保居民能够采取合理的行动十分重要。具体而言，整理地震时的活动流程（防灾据点、分工、安全与否确认、救援方法等）和公寓内的规则（排水、垃圾处理、防犯活动等）。

另外，由于灾害应急响应必须由居民自行进行，因此请事先确定以下角色分工。

**北区在网站上刊载了角色分工的样式示例，并且免费派遣具有专业知识的讲师，欢迎使用。**

样式示例：<https://www.city.kita.tokyo.jp/chiikibosai/documents/mansion.html>

### 对策本部

- 掌握全局与指挥
- 根据需要向消防机构、当地町会及自治会等要求援助
- 启动紧急设备

### 信息班

- 确认居民的安全和生活状况
- 确认重点关注对象的安全情况
- 收集当地情况信息并告知居民

### 物资备件班

- 分发避难物资
- 准备和提供炊事赈灾

### 安全班

- 发生灾害时的初期应对
- 发生火灾时的初期灭火活动
- 确认建筑及设备受损情况
- 确保避难路线和集体避难
- 组织防范活动

### 救出救护班

- 救出救援活动计划
- 将伤员送往医疗机构等
- 确认和救出被困在电梯中的人员



## 北区的公寓防灾措施支援事业

事业名称	事业内容	窗口	咨询方式
防灾研讨会	我们会免费派遣具有专业知识的讲师到由区民主办的防灾讲习会、讲座和学习会上。	地区防灾担当课	3908-8194
协调防灾用品	为了应对大地震和集中暴雨等灾害，我们提供能够以优惠价格购买防灾用品的服务。	防灾及危机管理课	3908-8184
家具防倒器具等的安装支援事业	针对难以自行安装支撑杆等家具防倒器具和简易感应断路器的人群，我们将派遣区委托机构（公益社団法人北区老年人人才中心）到您的家中提供安装支援。  符合以下条件之一的属于本事业对象。 (1) 已注册在“北区避难行动要支援者名册”中的人员 (2) 家庭成员均为 65 岁以上（包括单身）的人员	防灾及危机管理课	3908-8184
抗震化支援事业	对于北区租赁公寓的业主和商品房公寓的管理组合，我们提供部分耐震顾问费用和耐震诊断费用的补助，对于商品房公寓，我们还额外提供部分加固设计和改造工程费用的补助。	建筑课	3908-1240
商品房公寓管理免费研讨会	我们将举办有关适当维护和管理商品房公寓的研讨会。（计划每年举办 2 次）	住宅课	3908-9201
商品房公寓管理咨询	针对复杂多样的管理组合的运营方法以及重建等问题，我们将从公寓管理士的专业角度出发提供咨询服务。咨询员派遣方面，公寓管理士将亲临现场。（每个管理组合每年最多 2 次）		
商品房公寓管理咨询员派遣			

## 东京都关于公寓的防灾措施支援事业

事业名称	事业内容	窗口	咨询方式
东京居住公寓普及促进事业	面向在“东京居住公寓”中注册的商品房公寓的管理组合和租赁公寓业主等提供补助，用于购买防灾储备材料设备。	东京都住宅政策本部 民间住宅部 公寓课 居住性能提升支援担当	5320-5007
社会功能提升支援事业	为了支持致力于应对认知症和提升防灾能力的管理组合，将派遣公寓管理士	东京都住宅政策本部 民间住宅部 公寓课 公寓管理担当	5320-5004

北区  
邮件杂志

本区通过电子邮件和北区官方 LINE 将有关各位居民生活和灾害准备的有用信息作为“北区邮件杂志”进行发布。



←注册用二维码



2024 年 3 月发行  
编辑、发行：东京都北区危机管理室 防灾及危机管理课  
邮编 114-8508 东京都北区王子本町 1-15-2  
电话：03-3908-8194  
FAX：03-3908-4016

北区防灾及防范主页  
<https://www.city.kita.tokyo.jp/bosai-bohan/>

