

SDGsについて考えよう

## 「予測・予防・対応」意識を高め 災害に備える

CASE STUDY

エレベーター制御リニューアル  
(G\_Select2)導入事例

情報便

好評販売中!

エレベーター防災キャビネット







# 「予測・予防・対応」意識を高め 災害に備える

近年、大規模な自然災害が頻発しています。  
巨大地震や台風による水害などの自然災害が起こるたび、  
「まさかこんなに大きな地震が起こるとは」「河川が決壊するとは」など  
想定外だったという言葉をよく聞きます。

災害は突然起きるものですが  
正しい知識と情報を活用し、  
被害を少しでも抑えたいものです。  
「備えあれば憂いなし」といえるように、防災意識を高めましょう。

## とっさの事態に 冷静に動けるための心がけ

地震、津波、大雨による洪水など、大規模な自然災害が頻発している日本では、災害対策は必須です。内閣府が毎年公開している「防災白書」では、大規模自然災害の様子が報告されています。こうした災害に対し、防災や減災についての課題解決のために「防災レジリエンス」の取り組み強化が指摘されています。

レジリエンス (Resilience) という言葉の本来の意味は「立ち直る力」、つまり困難や苦境から回復、復活する力のことです。防災レジリエンスでは、災害に見舞われた被災地の復興、復旧の力はもちろん、被害をできるだけ抑えるための「備えの力」も重要です。そこで日本では防災レジリエンスを「予測・予防・対応」の3つの観点から、総合的に災害に備える力として捉えています。

消防士として多くの災害現場を経験し、現在は防災スペシャリストとして活躍する野村功次郎さんは、災害から生き抜くための危機管理術として、一人一人ができる「予測・予防・対応」を

広めています。

「平常時に情報を収集して知恵を蓄え、いざというときには自分の五感をフル活用して冷静に状況を把握し、今できる適切な行動を判断する。それが危機管理の基本です」(野村さん)

「予測」とは、情報を収集して、その土地がどのような災害に見舞われやすいかをチェックしておくことです。手がかりの一つが、地形や地質など土地の特徴を示す地理情報です。国土地理院が提供している「地理院地図」では、日本地図が地形分類ごとに細かく色分けされており、調べたい地域の特性や地理的傾向による災害リスクが一



電子地形図25000 (国土地理院) を加工して作成

目でわかります。

次にチェックしたいのが歴史です。大きな地震や気候変動による大雨・洪水などの発生には、周期性があるという指摘もあります。その土地で過去に大きな災害が起きていないか、それはいつなのか。こうした情報は、地域の図書館や郷土資料館などで調べられます。

また、建物の安全性を正しく把握しておくことも大切です。建物や設備の耐震性、家具の転倒防止やガラスの飛散防止などの措置、防火対策、水辺のそばであれば浸水への耐久性、老朽化による壊れやすさなどを改めて確認すると、どのような災害に弱いのか、どのような対策が必要なのかが見えてきます。

二つ目の「予防」とは、危険からの回避、被害軽減のための行動を決めておくことです。どうすれば被災しなさそうか、被害を軽減できるかを考えて計画を立てたり、訓練をしておくことが大切です。具体的には、非常用持ち出し袋を用意するほか、家族や親しい人と緊急連絡を取る方法を決めておく、万が一に備えて心肺蘇生や応急手当の方法を学んでおくなどです。災害時には非常用電源にできるよう、自家用車をEV (電気自動車) にする方法もあります。

最後の「対応」は、いざ災害が発生したときでも冷静に対応できるように訓練しておくことです。

緊急事態の際には、生活や財産を守るよりも、身の安全の確保が最優先です。その場所が危険であれば、いち早く安全な場所に避難すべきです。忘れ物を取りに戻って逃げ遅れる心配のないように、大切な必需品やなくしたくない重要な品は探さないで済むよう、決まった場所に用意しておきましょう。

事業所などでは、緊急対応をまとめた防災計画が立てられますが、野村さんは「地震用、火災

## 危機管理の基本 予測・予防・対応

### 予測 (チェック)

- ・地理 (土地の場所や形状、地質、断層の有無)
- ・歴史 (過去に起きた災害や事故)
- ・物理 (建物の設備の丈夫さ、固定の有無)
- ・時間、環境の変化 (周辺環境の変化)
- ・自分の状況 (装備、年齢、活動範囲、心身状態)
- ・直感 (これは危険だと感じる)

### 予防 (アクション)

- ・回避 (危険な場所に建てない、行かない)
- ・軽減 (ハードとソフトで被害を小さくする)
- ・転嫁 (保険の加入状況を知る)

### 対応 (トレーニング)

- ・緊急事態における優先順位
- ・身の安全を確保する
- ・被害の拡大を防ぐ
- ・生活、財産を守る

用というような災害ごとのマニュアルは作らない方がいい」と指摘します。マニュアルの数が増えるだけで、いざというときに必要な情報が見つかりづらいからです。「まずは、非常時の困りごとを整理することです。職員が出動できない、電源が切れた、シャッターを開けられない、情報が止まった、物流が止まった、という具合に、困難な状況を洗い出した上で対策をルール化しておけば、どんな災害にでも応用できます」(野村さん)。

## 地域共生のための災害支援 ビルオーナーとしてできること

もし被災してしまったら——。ビルオーナーであれば、自分や家族の安全を確保した上で、余裕があれば地域の支援に目を向けてみてはいかがでしょうか。

東日本大震災以降、ビルやマンションを地域の防災拠点として活用する動きが広まりつつあります。高齢者や乳幼児を連れた家族、障がいのある人など災害弱者にとっては、遠くの避難所まで移動するよりも、近隣のビルやマンションに一時避難する方が安全なこともあるからです。



また、新型コロナウイルス感染症の影響下においては、3密を避けるために避難所の収容人数が制限されるなど、感染予防対策の負担が懸念される向きもあります。

耐震性を高めたビルやマンションであれば、避難所よりも安全な場合があり、在宅避難を勧める自治体もあります。野村さんは「地域支援の一環として、ビルやマンション内の空室を、防災グッズや支援物資の備蓄用に提供してみても。空室のままにしておくより、非常時のコミュニティの場所として地域貢献した方が、社会的信用向上にもつながります」と提案します。

自治体ごとに対応は異なりますが、場所を提供すれば補助金を申請できたり、減税などの措置を交渉したりすることも考えられるでしょう。行政と連携して支え合いの輪を広げられるように、担当者と相談してみることをお勧めします。

間接的な支援として、敷地内に「災害対応型自動販売機」を設置しておく、災害時に力を発揮します。災害対応型自動販売機の種類は多様で、停電していても無償で飲み物を提供できるタイプのほか、水や簡易トイレ、テントなどの非常

用品を常備したボックスが併設されていたり、スマートフォンの充電機能を備えていたり、災害時に役立つグッズやサービスを提供できるものもあります。情報配信ができるサイネージ自動販売機

であれば、最新の災害情報や地域の不審者情報なども提供できます。

### 地域に密着した防災情報はコミュニティFMでも発信

災害対策として、どのような地域にも対応できる万能な方法はありません。特に自然災害に対しては、地域ごとに備えておくべき対策の優先順位が変わります。

新聞やテレビなどマスメディアの情報は、多く



災害対応型自動販売機

#### 横浜市青葉区のコミュニティFM「FMサルース」の防災情報番組



普段から気軽に取り組める災害への備えなどについて、カジュアルに語るトーク番組「FDK presents ソナエルRadio」



青葉区防災番組「防災あおば」は、放送を開始した2008年以降のプログラムをすべて聴ける  
<http://www.fm-salus.jp/archive/>



「サロン・ド・防災」インタビューのアーカイブは文章で読める  
<https://www.itscom.co.jp/safety/interview/>

の人にに向けたものだけに一般論に終始しがちで、インターネットの情報も膨大です。自分が住むエリアなど、より地域性の高い情報を効率よく入手するには、コミュニティ放送（コミュニティFM）の利用が有効です。

コミュニティ放送局は、全国に338局あり（2022年4月現在）、地域密着メディアとして、マスメディアでは取り上げないような地元の情報を発信しています。その特性から、防災情報や災害時の生活情報の提供に力を入れる局も多く、地域住民の安全・安心を守るための情報発信基地としての役割も果たしています。

横浜市青葉区のコミュニティFM「FMサルース」は、3タイプの防災情報番組を定期的に放送しています。横浜市青葉区から情報を提供する「防災あおば」は、地域特化型の防災番組。「FDK presents ソナエルRadio」は、日常生活の中で気軽に防災について考えるトーク番組です。中でも、専門家を招いて防災について考える「サロン・ド・防災」は2004年スタートの長寿番組です。放送したプログラムはそれぞれアーカイブされ、音声再生ソフトで聴いたり、文章として読むことができます。

「防災情報は、聞き逃してほしくない大切な情報だからこそ、再放送の機会も増やし、繰り返し繰り返し、お伝えしていくことが大事だと考えています。さらにプログラムは放送後にアーカイブに残し、後からでも聴けるようにもしています」（FMサルース志村美幸さん）

コミュニティFMは、スマートフォンのアプリをダウンロードすると、エリア外からでも聴取できます。FMサルースでは、コミュニティFM向けのインターネット配信プラットフォームである



災害情報や緊急情報をPUSH配信により取得できる無料ラジオアプリ「FM++（エフエムプラプラ）」

「FM++（エフエムプラプラ）」を活用しています。ここでは番組放送だけでなく、スマートフォンの通知機能を利用して、地域密着の災害・気象情報や生活情報を提供しています。

自然災害を回避することは難しくても、身の安全を図り、被害を最小限にするように努めることはできます。一人一人が防災意識を高め、地域共助の心がけを強めていけば、災害に負けないまちづくりの実現につながるでしょう。

### ●お話を伺った人●



防災家・防災スペシャリスト  
野村 功次郎さん

生きる術（すべ）として大事なのは「意識・知識・行動」だと伝えています

FMサルース  
志村 美幸さん



地域密着型だからこそ伝えられる情報を届けていきます

#### SDGs(持続可能な開発目標)について

2015年9月の国連サミットで採択された、持続可能な世界を実現するための国際目標。17のゴール・169のターゲットから構成され、地球上の「誰一人取り残さない」ことを誓っています。本誌では、SDGsに関連した世の中の取り組みを特集でご紹介していきます。

日立ビルシステムは



に取り組んでいます

〈企業理念〉

私たちは、「人・ビル・社会」に新たな価値を提供し、持続可能な社会の実現に貢献します





全国 お客さま探訪

# ホテルニューアワジ

海辺の湯めぐりと旬の美食を満喫  
くつろぎの楽園でリゾートステイを

**アクセス**  
■ 高速バス: 大阪(梅田)、新神戸、神戸(三宮)などより洲本バスセンター(ホテルまで送迎バス有り)  
■ 車: 洲本ICから約15分  
〒656-0023  
兵庫県洲本市小路谷20番地(古茂江海岸)  
TEL.0799-23-2200  
<https://www.newawaji.com>



上: 目利きの食材担当者が毎朝漁港で仕入れる新鮮な海の幸をはじめとする旬の味覚を味わい尽くせる 中: 客室数は117室。露天風呂を備えたスイート仕様の客室や朝日が美しい客室など好みに合わせて選べる 下: ホテル最上階の足湯処。海のパノラマビューが広がり、圧倒的な開放感に包まれる

**日** 本最古の歴史書『古事記』に日本で最初に生まれた島と記され、「国生みの島」とも呼ばれる淡路島。神話が宿るこの島の中央に位置する洲本温泉は昭和の時代に開かれた温泉地で、海沿いに多くの湯宿が立ち並びます。中でもホテルニューアワジは、全客室から紀淡海峡や大阪湾を一望できる絶好のロケーションを誇るハイクラスの宿として人気を集めています。

## 心地よい潮風を感じながら 2つの源泉でリラックス

「特にお客さまからご好評をいただいているのは、大海原の絶景が眺められる温泉施設です」と話すのは代表取締役会長の木下紘一氏。ホテル内の浴場棟「スパテラス水月」にある“淡路棚田

の湯”と“くにうみの湯”では、2018年に開湯した新源泉の「洲本温泉 うるおいの湯」と、自家源泉のにごり湯「古茂江温泉」の2つの源泉をさまざまな湯船で楽しめます。宿泊客は洲本温泉エリアにあるグループホテルの温泉施設を利用することも可能です。

「回廊でつながっている“淡路夢泉景”の露天風呂をはじめ、ボートで移動する“海のホテル 島花”の展望風呂など多彩な温泉を体感できる海辺の湯めぐりをお楽しみいただけます」(木下氏)

## 豊かな海と大地に育まれた 淡路島ブランド食材を堪能

毎月2、3回訪れるお客さまもいるほど、リピーターが多いのもこのホテルの特徴です。その理

由は温泉に加え、「食」にあります。淡路島は万葉の時代から「御食国(みけつくに)」として朝廷に海産物を中心とした食材を献上していたほどの「食の宝庫」。現代でも数々の淡路島ブランドが全国に名をはせています。

「春は桜鯛、夏から秋にかけては鱧や伊勢海老、冬は潮流の速い福良湾で3年の月日をかけて大切に育てた“淡路島3年とらふぐ”など、四季折々の魚介類や、風味豊かな淡路牛を味わっていただけます。また、温暖な気候と肥沃な土壌に育まれた糖度の高い玉ねぎをはじめとする味の濃い野菜など、どの季節も上質食材をふんだんに使った料理をご堪能いただけます」(木下氏)

絶景温泉と美食で、ゆったり五感を満たす極上のリゾートライフを過ごしてみませんか。



株式会社ホテルニューアワジ  
代表取締役会長 木下 紘一氏(写真中左)

エレベーターを常時きちんとメンテナンスしていただいているので問題なく稼働しています。今後も、地震による停止など緊急時の素早い復旧に期待しています。

株式会社日立ビルシステム 関西支社  
神戸支店 支店長 宮下 修(写真左)  
神戸支店 営業グループ 部長代理 佐々木 憲一(写真中右)  
神戸支店 兵庫統括営業所 統括営業所長 岡 明人(写真右)

いつもエレベーターを安全・安心・快適にご利用いただけるように、これからもメンテナンスを徹底し、緊急の場合も迅速に対応できるよう努めてまいります。



セタニビル様

# ウイルス対策や耐震強化により エレベーターの安全・安心を確保

導入  
メリット

- スマホでエレベーターが操作できタッチレスに
- 地震時の対応強化で安心感が向上
- ビル管理のサポートツール「BUILLINK」の活用で管理業務の省力化が実現

四ツ谷駅および麴町駅の2駅複数路線が利用可能な「セタニビル」。地下1階から9階まではテナントが入居し、10階はオーナーの会社や家族宅である同ビルでは、25年近く稼働しているエレベーターのリニューアルを実施しました。その経緯や刷新されたエレベーターについて、ビルオーナーの乗金祐子氏とビルの利用者である税理士の高野由里氏にお話を伺いました。

課題

**供給停止部品への対処と  
営業に支障のない工事を**

1フロアに1社が入居する「セタニビル」では、1997年の竣工以来、1台のエレベーターが稼働を続けてきました。

「特に故障することなく動いていましたが、3年ほど前に日立の営業の方から保守部品には供給期限があり、故障した場合は補充に時間がかかると聞き、リニューアルを行うことにしました」

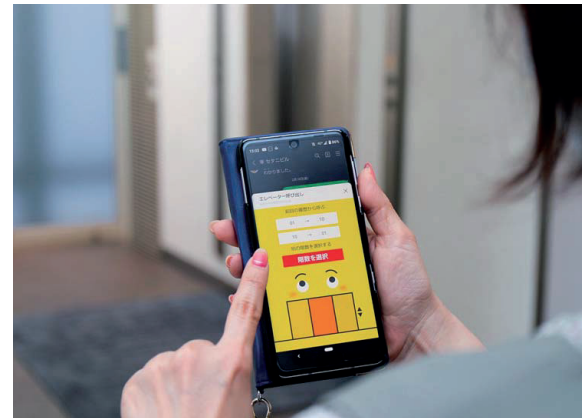
と話すオーナーの乗金氏。

リニューアルにあたって、まず優先したことは「テナントの業務に支障をきたさないようにすること」。そのため、テナントの営業時間外である年末年始の3日間を工期にできないかと考え、日立に相談しました。

「昼夜2交代の作業チームを編成できれば可能とのことでしたので、2020年から翌年の年末年始の工事を予約し、計画的にリニューアルを進めてもらいました」(乗金氏)



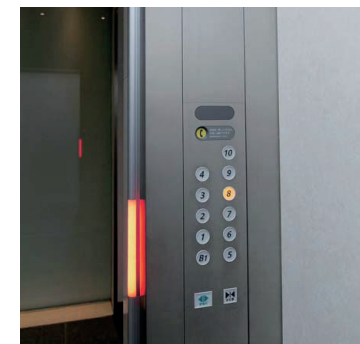
新宿通り沿いの角地に立つ「セタニビル」。安全性や快適性の高いエレベーターに更新され、より好印象に



LINEアプリでエレベーターの呼び出しができる「エレトモ」



カラー液晶は花や風景などの映像も表示でき、利用者の癒しに



「BUILLINK」では扉の開延長もできる

導入と  
成果

**ボタンを押すことなく  
スマホでエレベーターを操作**

リニューアル予定の2020年に新型コロナウイルスが猛威を振るい始め、「エレベーターでの感染が気になっていた」という乗金氏。対策はないかと日立に聞いたところ、スマホのLINEアプリでエレベーターを呼べる「エレトモ」を開発したとの回答があり、すぐに採用を決定。導入後は多くのテナントに喜ばれています。乗金氏の会社の顧問税理士で、毎月「セタニビル」を訪れている高野由里氏も利用者の一人です。

「エレベーター乗り場でスマホを操作すると数秒でやってきて、乗った後もボタンを押さずに行先階に移動でき、とても安心です。かご内のカラー液晶に映る花などの映像も印象的で、エレベーターが明るくなりました」(高野氏)

リニューアルに合わせて管理業務も省力化しました。「『BUILLINK』を活用すればパソコンや

※LINEは、LINE株式会社の登録商標です

VOICE



株式会社セタニ  
乗金 祐子氏

リニューアルの工期やコロナ対策など、日立さんに相談したことで要望がかないました。これからも頼りにしています。



高野由里税理士事務所  
税理士  
高野 由里氏

乗金様がエレベーターのリニューアルに投資されたことは、とても価値のあることだと思います。利用者としても安心です。



株式会社日立ビルシステム  
首都圏支社 東京中央支店 営業グループ 課長代理  
伊藤 直樹

お客さまのご要望に対してすぐにお応えしたり、逆に弊社からご提案したりと、今まで以上に信頼関係を築いていければと考えています。



株式会社日立ビルシステム  
首都圏支社 東京中央支店 営業グループ  
安田 万利

コロナ禍でリモート対応が増えていますが、できるだけ直接お会いしてお話しすることを大切にしていきたいです。

今後

**ビルの中の交通機関として  
エレベーターの管理を万全に**

「エレベーターはビルの中の交通機関ともいえるもので、目的のフロアに行くためにさまざまな方が利用します。これからも、皆さまが安心して利用できるように、オーナーとしてビルを管理していきたいと考えています」(乗金氏)



ビオレ町田ビル様

# テナント第一のリニューアルで 安全性と意匠性が向上

導入  
メリット

- デザインパネル/マットの採用でかご内に傷がつきにくくモダンな印象に
- タッチレスボタンで安心・快適な利用が可能に
- かご内のカラーリングにこだわって開放感を演出

JR・小田急線町田駅から徒歩5分圏内の好立地に位置する「ビオレ町田ビル」。  
地上7階建てで1フロアに1テナントが入居する同ビルでは、  
1993年の竣工時から稼働してきたエレベーターのリニューアルを実施しました。  
その経緯について、「ビオレ町田ビル」のオーナーの澁谷章氏にお話を伺いました。

課題

## 部品問題による稼働停止を防ぎ かご内の意匠を一新したい

町田駅前のにぎやかな一角にある「ビオレ町田ビル」は、カフェや人材派遣会社、結婚情報サービス会社、美容室、矯正歯科などが入居している店舗・事務所ビルです。それぞれのテナントを訪れるお客さまも多く、その移動をビルの竣工時から1台のエレベーターが支えてきました。トラブルはありませんでしたが、管理会社から「年

月を重ねると供給停止になる部品があるため、リニューアルの必要がある」と知らされました。

「その部品が故障した場合、復旧までにエレベーターを長期間停止させなければならないと聞きました。それでは、テナントに迷惑をかけてしまうため、リニューアルを決めました。壁の傷や塗装のはがれなど、かご内の経年劣化も気になっていましたので、誰もが気持ちよく利用できるようにリニューアルに合わせてかご内の意匠も一新したいと考えました」(澁谷氏)



多くの人が利用する「ビオレ町田ビル」のエレベーター。スタイリッシュな意匠に刷新

VOICE



澁谷興業合名会社  
代表社員  
澁谷 章氏

ビルのオーナーとして、トラブルが起きたときに素早く対処することを大事にしています。今後も日立さんのメンテナンスに期待しています。



株式会社日立ビルシステム  
首都圏支社 ビジネスパートナー第一営業部  
主任  
山口 卓朗

エレベーターは命を預かる設備ですので緊急時のスピーディーな対応はもちろん、日ごろのメンテナンスにも注力しています。



ボタンに触れず登録できる「センサー一体型タッチレスボタン」を導入。行先階ボタンに手を近づけるだけで利用が可能



壁面に「デザインパネル」を設置し、養生機能と意匠性をプラス



シックな見た目の「デザインマット」を採用。掃除がしやすく清潔感をキープ

導入と  
成果

## デザインへのこだわりと タッチレス化で快適空間に

リニューアル工事に関しては、テナントに最大限配慮し、「営業中はエレベーターを止めない」と決め、2021年末の営業終了後から1月4日の営業開始時間までに工事を完了させるスケジュールを組みました。さらに、日立と管理会社が各テナントを回り、工事の事前周知を徹底したことで一切苦情もありませんでした。

「リニューアルで特にこだわったのは、かご内の意匠です。床の『デザインマット』は落ち着いた色を選び、壁面の上部は明るい色調にすることで開放感を演出しました。また、従来の養生マットから養生機能と意匠性を兼ね備えた『デザインパネル』に更新したことで、かご内がおしゃれな印象になり、利用者の方々が快適に利用できるようになったと思います」(澁谷氏)

加えて、日立と管理会社の提案により、「セン

サー一体型タッチレスボタン」を導入しました。これは、行先階ボタンに手を近づけるだけで、行先階を登録することができる画期的なシステムです。テナントからは「安心してエレベーターが利用できるようになった」と好評を得ています。さらに管理会社では「BUILLINK」の登録をしたことで、エレベーターの稼働状況がいつでも把握できるようになり、安心感が増したといいます。

今後

## 空間に価値をプラスし 選ばれるビルに

「私が携わっているビル事業では、直接お客さまのもとに出向いて営業することはありません。ビルの使いやすさや快適さ、設備などを整え、いかに空間に価値をプラスできるかということが競争力になります。現在、複数のビルを運営していますが、お客さまから選ばれる空間づくりをしていきたいと考えています」(澁谷氏)



ビル編 既存建築物の地球温暖化対策には補助金の活用も有効

## 高効率設備導入とともに脱炭素に貢献

国は、2050年までのカーボンニュートラル実現のため、業務用施設のZEB（ネット・ゼロ・エネルギー・ビル）化、省CO<sub>2</sub>化に資する高効率設備などの導入を支援しています。例えば、「建築物等の脱炭素化・レジリエンス強化促進事業」のうち、「既存建築物における省CO<sub>2</sub>改修支援事業」では、右記のような支援事業が行われています。

### 補助対象

	補助申請者	補助対象経費	補助要件	補助割合
①	建築物を所有する民間企業等	CO <sub>2</sub> 削減に寄与する空調、BEMS装置等の導入費用（補助上限5,000万円）	・既存建築物において30%以上のCO <sub>2</sub> 削減 ・運用改善によりさらなる省エネの実現を目的とした体制の構築	1/3
②	テナントビルを所有する法人、地方公共団体等	CO <sub>2</sub> 削減に寄与する省CO <sub>2</sub> 改修費用（設備費等）（補助上限4,000万円）	・テナントビルにおいて20%以上のCO <sub>2</sub> 削減 ・ビル所有者とテナントにおけるグリーンリース契約の締結	1/3
③	空き家等を所有する者	CO <sub>2</sub> 削減に寄与する省CO <sub>2</sub> 改修費用（設備費等）（補助上限なし）	・空き家等において15%以上のCO <sub>2</sub> 削減 ・空き家等を改修し、業務用施設として利用	1/3

①民間建築物等における省CO<sub>2</sub>改修支援事業②テナントビルの省CO<sub>2</sub>改修支援事業③空き家等における省CO<sub>2</sub>改修支援事業

詳細は、環境省のウェブサイトなどからご確認ください。

問い合わせ先：環境省地球環境局地球温暖化対策課地球温暖化対策事業室

\*①、②については、省エネ型の第一種換気設備を導入する場合、または需要側設備等を通信・制御する機器を導入する場合に加点  
③省エネ型の第一種換気設備を導入する場合に加点

マンション編 マンション管理センターが「管理組合のためのマンションの空き住戸対応マニュアル」を公開

## 共用部分の管理のためにも空き住戸の把握を

公益財団法人マンション管理センター（東京都千代田区）は2022年2月、「管理組合のためのマンションの空き住戸対応マニュアル」<sup>(\*)</sup>を公表しました。同センターのウェブサイト上で公開されています。空き家といえば戸建て住宅をイメージしがちですが、近年、分譲マンションの空き住戸も問題になっています。

同マニュアルによれば、空き住戸があることにより専有部分に立ち入ることができず、共用部分の管理にも影響を及ぼすと指摘されています。例えば、次のような問題です。

- 設備点検など、住戸内に立ち入らないとできない共用部分の点検や工事が実施されなくなる
- ベランダに鳥の糞や巣ができて掃除できない

●ベランダの排水口に落ち葉がたまると雨水が流れにくく、あふれる可能性がある

ここで、毎日建物をチェックしている管理員さんの視点がとても大切になってくるでしょう。管理員さんは、専有部分に関する業務は対象外であるものの、建物を見回る際にどの部屋が空き住戸になっているかについて把握するよう、努めたいものです。

同マニュアルには、管理組合や区分所有者の空き家への対応策が明記されています。管理員さんも、一度目を通しておくとよさそうです。

\* <https://www.mankan.or.jp/cms-sys/wp-content/uploads/2022/03/85db67d6ee5c90ebc96fa17ce062c3be.pdf>

## 好評販売中！エレベーター防災キャビネット

2022年5月25日、東京都は首都直下型地震等による被害想定を10年ぶりに公表しました。この中でエレベーター停止台数は2万2,426台と想定され、前回の約3倍となっています<sup>\*</sup>。飲料水や簡易トイレなどが入った防災キャビネットはかご内の備蓄性を高め、閉じ込めなど、万が一の事態への備えになります。

<sup>\*</sup>都心南部直下地震の場合。10年前の2012年は7,473台で、東京湾北部地震の想定

### かごの大きさや、使用方法などに合わせて選べる3タイプ

意匠性・耐久性に優れたステンレスキャビネット

日本製



かご内の隅に設置可能  
椅子としても利用できます  
**ベンチ型**

本体サイズ(mm)  
幅502×奥行き320×高さ500  
本体重量  
9.4kg

かご内の隅に設置可能  
**コーナー型**

本体サイズ(mm)  
幅275×奥行き188×高さ702  
台座サイズ(mm)  
幅450×奥行き300  
本体重量  
8.0kg



かご内の側面に設置可能  
**フラット型**

本体サイズ(mm)  
幅550×奥行き98×高さ600  
本体重量  
10.0kg



エレベーターへの設置は、フィールドエンジニアが無償で行います



### 防災用品セット内容

- ①保存用飲料水500ml×5本
- ②カンパン×2個
- ③手回し式充電機能付きラジオ(スマホ充電用)
- ④簡易トイレ(小用×3個・大用×1個)
- ⑤ボンチョ
- ⑥防寒シート
- ⑦ティッシュ×3個(コーナー型・フラット型)ノトイレットペーパー×2個(ベンチ型)
- ⑧使い捨てマスク×10枚

オフィスの防災  
キットとして、  
デッドスペース  
への設置も可能

エレベーター防災キャビネットの日常管理も有償で承ります

エレベーター防災キャビネットのお見積もりについては  
担当者までお気軽にお問い合わせください





# 上手に燃えて“燃え尽き症候群”回避

「燃え尽き症候群」という言葉を聞いたことはありませんか。燃え尽き症候群とは病名ではなく、主に職場や仕事に関することから起こる状態・現象とされています。症状には、①エネルギーが枯渇するかまたは消耗したという感覚、②仕事への忌避感の増加、または仕事に関する否定的ないし冷笑的な感情、③能率の低下、の3つがあり、放置すると、うつ病などにつながる危険があります。

## 火種・薪・環境に問題が

キャンプなどで焚き火をするときには、火種と薪、酸素などの環境が必要です。燃え尽き症候群とは、このどこかに問題があり、うまく燃えることができない状態です。タイプは3つあり、激しく燃えて火が尽きてしまう「燃えすぎ」タイプ、火種はあるのに燃えずにくすぶる「燃え切らない」タイプ、火種がなく「燃えない」タイプに分けられます。



## まず、燃える土台を整える

もし、燃え尽きてしまったら、再び火を燃やせるようにまずは土台（心や体）をきちんと整える必要があります。メンタル不調の回復には適正なプロセスがあり、①安全生活→②日常生活→③社会生活→④健全生活とステップを踏んでいきます。しっかりと休養したら日常生活に移行し、よく働きよく遊び、健全な生活を取り戻していきましょう。

## 再び上手に燃えるために

次に、頑張る理由や目標（火種）を大きくします。人間のモチベーションのもとになる思いには、欲望、理想、信念、恐怖があり、頑張るためには欲望・恐怖を理想・信念が上回る必要があります。そして火種が大きくなったら、上手に安定して燃えるために、やりたいこと、やるべきこと、やらないうことを決めて習慣化していきます。

## こんな症状があれば要注意！

以下の17項目は「いくつ当てはまったら燃え尽き症候群」という診断ツールではありませんが、当てはまる項目が多いほど、燃え尽きるリスクが高い可能性があります。

①こんな仕事もうやめたいと思うことがある	⑨仕事を終えて、今日は気持ちの良い日だったと思うことがある
②われを忘れるほど仕事に熱中することがある	⑩同僚や顧客と何も話したくなくなるようなことがある
③こまごまと気配りをするのが面倒に感じることがある	⑪仕事の結果はどうでもよいと思うことがある
④この仕事は私の性分に合っていると思うことがある	⑫仕事のために心にゆとりがなくなったと感じることがある
⑤同僚や顧客の顔を見るのも嫌になることがある	⑬今の仕事に心から喜びを感じることはある
⑥自分の仕事がつまらなく思えてしかたのないことがある	⑭今の仕事は私にとってあまり意味がないと思うことがある
⑦一日の仕事が終わると「やっと終わった」と感じることがある	⑮仕事楽しくて、知らないうちに時間が過ぎることがある
⑧出勤前、職場に出るのが嫌になって、家にいたいと思うことがある	⑯体も気持ちも疲れ果てたと思うことがある
	⑰われながら、仕事をうまくやり終えたと思うことがある

出典：「日本版バーンアウト尺度」(田尾雅夫氏・久保真人氏)



監修 ● 池井 佑丞

日立ビルシステムの産業医。現役のプロキックボクサー、トレーナーとしても活動。医師としての知識を有効活用した格闘家としての体づくりも効率的に行う。ジムやキャリア塾などでのダイエット指導で“ほんとうの健康”を提供。

## ほっと CAFE

このコーナーでは、みなさまの  
 ●ビル・マンションの管理や仕事における工夫  
 ●目標としていること  
 ●やりがいを感じる事  
 ●郷土料理自慢  
 に関するお便りをご紹介します。  
 お好きなテーマから選んでご応募ください。

## マンションの玄関前がバリアフリー化され たくさんの方に喜ばれています

高齢のため歩行能力が低下した居住者の方が、リハビリ送迎車に乗り降りしている様子を見て、区役所に玄関前のバリアフリー化を相談しました。その結果、管理組合から工事を依頼し、費用負担なしでバリアフリー化が実現しました。歩行能力が低下した居住者の方はもちろん、マンション内外の方々からも喜ばれています。  
 (東京都江戸川区 栗山和男さん)



## 居住者の方に感謝の言葉をいただき 仕事のやりがいを感じています

管理員の仕事を始めて1年が過ぎました。以前は管理員がやっていたことでも、コロナの影響で現在はできない作業があります。ゴミ出しの仕方も大きく変わり、居住者の方に理解されずに悩んだときもありましたが、今では「毎日ありがとう、大変だね」と言ってもらえるようになり、仕事のやりがいを感じています。  
 (東京都板橋区 鈴木友子さん)

## 簡単でおいしい鹿児島県の郷土料理 “茶節”をぜひ食べてみてください

私が最近覚えた料理“茶節”<sup>ちやぶし</sup>は、鹿児島県の薩摩半島南部の郷土料理です。作り方は、お椀にかつお節と味噌、お好みでネギやショウガなどを入れて熱い緑茶やお湯を注ぐだけ。私は生のかつお節を使い、塩昆布やワカメを入れて食べています。シンプルですが、簡単でとてもおいしいので、みなさんもぜひ作ってみてください。  
 (宮崎県えびの市 萩原椎里さん)



## 近くの幼稚園に通う親子連れとの会話が 楽しみの一つになりました

学生マンションの管理員になりはや5年目、仕事に慣れ、除雪なども頑張っています。春には学生さんが卒業し、社会へと巣立っていきました。そんな中、近くの幼稚園に通う親子連れとよく会うため顔見知りになり、話をするのが楽しみの一つになりました。70歳になりますが、近隣の方との出会いも大切に、元気に楽しく努めていきます。  
 (新潟県新潟市 檜垣秀行さん)

## マンションのオーナーとして 丁寧な対応と清掃をモットーにしています

私は小さなマンションのオーナーをしており、清掃や管理なども行っています。清掃に行くと居住者の方と会話ができるため、コミュニケーションが取れます。また、困っていることも直接聞けるので、素早い対応が可能です。居住者の方が常に気持ちよく過ごせるよう、丁寧な対応と清掃をモットーにしています。  
 (大阪府和泉市 藤原勝吾さん)



お便りをお待ちしています！

本冊子に掲載させていただいた方には、  
**もれなく図書カード2,000円分をプレゼント！**

綴じ込みのファクス用紙、  
 または下記URL、二次元コードよりご投稿ください。

[https://www.hbs.co.jp/cgi-bin/form\\_toukou.cgi](https://www.hbs.co.jp/cgi-bin/form_toukou.cgi)





ふと気になる「？」にお答えします

# ビル管理の知った講座

Q

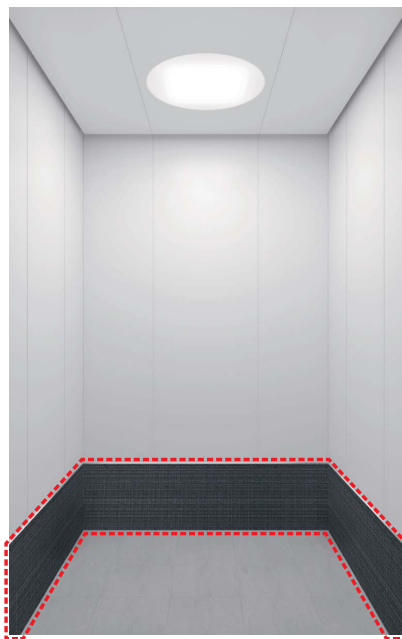
エレベーターの養生マットの汚れや劣化が気になります。良い方法はありますか？

A

「デザインパネル」に交換することで  
かご内を美しく、清潔に保てます。

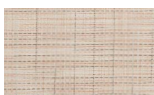
シャープでスタイリッシュなデザインパネルは、かご内を美しい空間に演出しつつ、ベビーカーや台車などによる汚れや傷から守ります。光触媒※コーティングによるウイルス成分の分解・除去、消臭効果もあり、エレベーターを常に清潔に保ちます。

## 質感にこだわった スタイリッシュなデザイン



### バリエーション

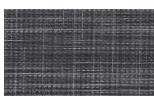
#### ・デザイン(3種類)



ベージュ



ブラウン



ブラック

#### ・パネル高さ(2種類)

ロータイプ:  
高さ380mm(標準)  
ハイタイプ:  
高さ915mm(オプション)

## 「光触媒※コーティング」で 感染症対策も

コーティング面に紫外線が当たることで、周囲の菌やウイルスを構成する有機物を分解する作用があります。蛍光灯や白色LEDの光でも効果を発揮します。



※日本光触媒センター株式会社の「サガンコート」を使用しています。  
「サガンコート」は、光触媒工業会の「PIAJ認証(登録2012-0004)」を取得しており、日本光触媒センター株式会社の商標です。

## ベビーカーや台車などによる 汚れや傷を防止

## 軽量、取り付け簡単、 エレベーターの停止不要

株式会社日立ビルシステム

〒101-8941 東京都千代田区神田淡路町二丁目101番地  
企画・編集 / BUILCARE編集事務局

お客さまお問い合わせ窓口

カスタマーサポートセンター  
☎ 0120-7838-99

受付時間  
平日 9:00~12:00  
13:00~17:00

システム障害などで電話が切断された際にご連絡できるよう、電話番号の通知をお願いしております。お客さまのお電話の設定が「通常非通知」の場合は、電話番号の前に「186」を付けておかけください。なお、故障などの緊急時には当サービスセンターまでご連絡ください。



With YOU.  
With LOVE.  
日立ビルシステムは盲導犬  
育成を支援しています。



本紙は環境に配慮し、適切に管理されたFSC®認証林、再生資源およびその他の管理された供給源からの原材料で作られた環境配慮型のFSC®認証用紙と植物油インキを使用しています。