

シェイクアウト訓練とは

シェイクアウト訓練は、2008年にアメリカで始まった新しい形の地震防災訓練です。訓練方法はいたってシンプルで、指定された日時に、特定の会場に集まることなく、各家庭、職場、学校、外出先などのそれぞれの場所で、参加者が地震から身を守るための『3つの安全行動（姿勢を低くし、体や頭を守り、揺れが収

まるまでじっとする)』を約1分間行う訓練です。地震による人的被害の多くは、揺れによる家具などの倒壊、落下物による負傷です。それらの被害から身を守る有効な手段である『3つの安全行動』を身につけるための訓練です。

訓練内容

1. 身の安全の確保

訓練開始の合図を機に、各家庭、職場、学校、外出先などのそれぞれの場所で約1分間、

- (1) 姿勢を低くし
- (2) 体や頭を守り
- (3) 揺れが収まるまでじっとする

といった揺れが収まるまでの身の安全を守る「3つの安全行動」を行っていただきます。

【身を守る3つの安全行動】



- (2) 上部からの落下物や家具の転倒がない安全な場所を確認しましょう。
- (3) 家庭、学校、事業所などの備蓄を点検しましょう。
- (4) 家族などとの連絡手段を確認しましょう（災害伝言ダイヤル171など）。
- (5) 家具の転倒防止や照明の落下防止など、家や会社の安全を点検しましょう。



7月25日 保育所避難訓練

2. 防災対策の再確認

上記の行動後、家庭や職場など、それぞれの場所で建物や建物周辺の環境の点検や家具などの転倒・落下防止の確認を行うなどの下記の防災対策の再確認をお願いします。

【家庭・地域・職場などにおける防災対策の確認事項】

- (1) 災害情報の入手方法や避難所など、芝山町の防災情報を確認しましょう。

ShakeOut提国会議の認定

芝山町シェイクアウト訓練は、日本におけるシェイクアウト訓練の認定事務を行っている『効果的な防災訓練と防災啓発提国会議（ShakeOut提国会議）』の認定を受けて実施します。



平成 26 年度山武郡市合同防災訓練

芝山町シェイクアウト訓練に

参加しましょう



～誰にでもできる 1 分間の防災訓練～

☎ 総務課 行政係 ☎77 - 3901

大正 12 年 (1923) 9 月 1 日に関東大震災が発生してから 91 年がたち、現在、関東地方を地震が襲う可能性が高まっています。いつ発生してもおかしくない災害に備え、町ではアメリカで始まった新しい訓練「シェイクアウト訓練」を行います。自分や大切な家族を守るため、積極的なご参加をお願いします。

■訓練日時 9月14日(日)午前8時開始

- ・ 9 月 14 日に実施できない場合は、ご都合の良い日時に実施いただいてもかまいません。
- ・ 別日時に実施される場合は、町からの訓練開始の合図が流れませんので、各団体などで開始時間を決めて実施をお願いします。

■訓練内容 シェイクアウト訓練 (安全確保行動訓練)

- ・ 揺れから身を守る一斉行動訓練を実施します。

■想定災害 芝山町で震度6強の地震が発生

■実施時間 午前8時からおおむね1分間

- ・ 訓練当日の午前 8 時に、防災行政無線で訓練開始の合図をします。その数分後に、九十九里沿岸に大津波警報が発表されたことを想定した訓練用の N T T ドコモ・a u・ソフトバンクの緊急速報メール（エリアメール）を町内全域に配信します。

例 【訓練】大津波警報（九十九里沿岸）【訓練】こちらは、芝山町です。九十九里沿岸に大津波警報が発表されました。・・・今後の情報にご注意ください。

※これは訓練です。実際に大津波警報が発表された場合も緊急速報メールでお知らせします。（芝山町）

《注意》緊急速報メール（エリアメール）は、訓練参加の事前登録（参加表明）の有無に関わらず、配信時刻になりましたら町内全域に配信します。

- ・ なお、訓練開始の合図がうまく受け取れなかった場合でも、訓練の実施をお願いします。

◎緊急速報メール（エリアメール）とは

生命に関わる緊急性の高い情報を、特定のエリアの携帯電話（対応端末）に配信するもので、気象庁が配信する緊急地震速報や津波警報、国・地方公共団体が配信する災害・避難情報を、回線混雑の影響を受けずに受信することができます。対象エリアへ一斉配信された情報を即時に受信し、受信時には、ポップアップ表示や専用の警告音でお知らせします。通信料や情報料も含め一切無料です。

■実施区域 芝山町全域

（ほか山武郡市内 5 市町）

■参加方法 事前に参加人数を把握するため、ホームページ上の参加登録フォームから申し込むか、F A X にてお申し込みください。F A X で申し込む場合は、お手数ですが、総務課行政係へお問い合わせください。

■訓練場所 それぞれの自宅・職場など

■訓練の留意点

- ・ 自動車、自転車、歩行などの移動時は、安全管理のため、訓練を行わないでください。
- ・ 地震、風水害などの発生による本部体制の設置およびこれと同等の重大な事態が生じた場合は、訓練を中止します。