

# 令和2年度 京田辺市シェイクアウト訓練 (防災一斉行動訓練)

2020.11.05 am 10:00 START

京田辺市シェイクアウト  
認定番号 200045号



The Great Japan

〔日本公式〕シェイクアウト

# Shake Out

## シェイクアウト訓練とは？

大地震が発生したという想定で、あらかじめ決められた時刻に、各家庭や学校、会社などそれぞれの場所で、参加者の皆さんが地震から身を守る安全行動「**①まず低く**」、「**②頭を守り**」、「**③動かない**」をとる簡単な訓練です。

**日時：令和2年 11月5日(木) 午前10時00分**

**場所：家庭・学校・職場などそれぞれの場所**

### <訓練方法>

① 10時00分 訓練開始

※市から訓練開始の合図はありません

時間になったら、訓練を開始してください

その場で1分間、身を守る**3つの安全行動**の姿勢をとりましょう



② 10時00分から数分後

### 緊急速報メールの受信確認

訓練用の緊急速報メール（エリアメール）を送信しますので、各個人の携帯電話で情報を確認してください。

※注意：緊急速報メールはシェイクアウト訓練開始の合図ではありません

#### 【緊急速報メールの受信について】

- ① マナーモードでも着信音が鳴る場合があります。
- ② 受信できない機種もあります
- ③ 通話中の時など、対応機種であっても受信できない場合があります

## 訓練参加事前登録 募集中！！（裏面に登録票）

訓練への積極的な参加表明として、ぜひ、事前の参加登録をお願いいたします。

（登録の有無に関わらず、携帯電話等に緊急速報メールは届きます。）

参加登録人数をカウントして、ホームページで公表させていただきます。

申し込み方法「FAX」(0774-64-1305)

「電話」(0774-64-1307) のいずれかでご登録ください。

## 訓練参加事前登録票（FAX 専用：0774-64-1305）

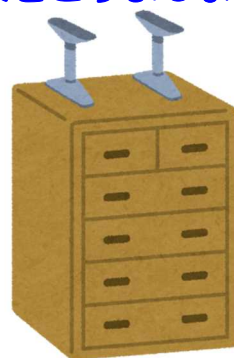
- ① 参加予定単位  個人  団体【団体名：\_\_\_\_\_】
- ② 参加予定形態  団体で参加  一部の部署などで参加
- ③ 参加予定人数 【\_\_\_\_\_人】
- ④ ホームページ、その他資料上に、参加団体名を掲載してよろしいでしょうか？  
 はい（掲載してもかまわない）  いいえ（掲載を希望しません）



自宅、学校、職場で  
この訓練に合わせて  
個別訓練や確認を実施しましょう

### 各家庭・事業所で、家具、棚、ロッカーなどの転倒防止対策をとりましょう

→ ホームセンターなどで突っ張り棒などが販売されています。  
また、高いところに重たいものを置いていないか確認しましょう



### 非常食、飲料水を備蓄しましょう

→ 京田辺市では、3日分程度（できれば10日分）の食料と飲料水と生活必需品の備蓄を推奨しています。  
また、備蓄品の賞味期限が切れていないか確認しましょう。



### 非常用持ち出し袋を準備しましょう

→ 非常用持ち出し袋は、避難の時に持ち出すものをまとめた袋です。  
各家庭で準備しましょう。

### 地震が発生した時、各家庭で、連絡する体制確認しましょう

→ 事前に連絡する場所や集合する場所などを決めておきましょう。

### 災害時の避難場所を確認しましょう

→ 災害が発生したときの避難場所まで、実際に歩いて、経路の確認と合わせて危険箇所がないか確認しましょう。



### 住宅用火災報知器の作動確認を行いましょう

→ 「ボタンを押す」または「ひもを引く」。地震後の火災など、いざというときに正常に作動するように、定期的に点検し、異常があったときには交換しましょう。