

県民一斉防災訓練 (シェイクアウトいしかわ) 参加登録申込書

携帯電話・スマホ等から参加登録をされない場合は、この申込書に記入の上、**7月3日(金)まで**に、石川県危機対策課(FAX:076-225-1484)へFAXでお送りください。

なお、県から訓練開始の合図のメール送信を希望される場合は、県ホームページ(「シェイクアウトいしかわ」で検索)から参加登録をお願いします。

※FAXでお申し込みの場合メールは配信されません。

※登録証等は発行いたしません。

参加形態(必須) (該当を☑) (学校の方は該当に ○を付けてください)	☐ 個人・家族	☐ 町内会・近所のグループ	☐ 自主防災組織
	☐ 企業	☐ 医療・福祉関係機関	☐ 保育所・幼稚園・認定こども園
	☐ 国の機関・公的機関	☐ 地方自治体	☐ その他の団体
	☐ 学校(小学校、中学校、高校、大学、特別支援、専修・各種学校)		
組織・団体名(必須) (個人・家族の場合記載不要)			今年度初めて参加する(該当を☑) ☐ はい ☐ いいえ
	事業(事務)所名	所在市町	参加(予定)人数
組織・団体における 参加内訳 (必須)			人
			人
			人
			人
参加日(必須) (該当を☑)	☐ 7月8日(水)の県民一斉防災訓練(シェイクアウトいしかわ)に参加します。 ☐ 7月8日(水)以外の日に安全行動を実施します。		
県ホームページ等に参加者として組織・団体名を掲載してよろしいですか。(該当を☑)(必須)			
☐ はい ☐ いいえ			

県民一斉防災訓練で「安全行動」以外の取組みを実施する予定があれば該当箇所を☑(任意)			
☐ 避難訓練	☐ AED体験	☐ 消火訓練	☐ 防災学習
☐ 安否確認訓練	☐ 人命救助訓練	☐ 備蓄品の確認	☐ 家具の転倒防止
☐ 危険箇所の確認	☐ その他()		

※訓練後には、アンケートにご協力をお願いします。様式は県ホームページ(「シェイクアウトいしかわ」で検索)に、後日掲載します。

お問い合わせ

〒920-8580 金沢市鞍月1-1 石川県危機対策課
TEL:076-225-1482 FAX:076-225-1484 Eメール:e170700@pref.ishikawa.lg.jp



県民一斉防災訓練

シェイクアウトいしかわ

参加者
募集!



午前11時に県内で大地震が発生した想定で、各自がどう行動したらよいかをあらかじめ考えたり、安全行動をとる訓練です。

令和2年7月8日(水) 午前11時

※当日以外に安全行動を実施される場合でも、本訓練に参加となりますので、参加登録をお願いします。

参加登録(無料)

携帯電話・スマホで右のQRコードを読み取るか、下記で検索して、空メールを送信し、返信されたメールから参加登録を行ってください。



または

このリーフレット裏面の申込書に必要事項を記入のうえ、石川県危機対策課までFAXでお送りください。

シェイクアウトいしかわ

検索

参加登録締切 **7月3日(金)**

訓練当日

県ホームページから参加登録(メールで参加登録)された方には、訓練当日に、訓練開始の合図のメールが届きます。
※訓練後にはアンケートの案内を送信します。

申込書(紙)で参加登録された方には、訓練開始の合図のメールは届きませんので、時間とともに各自訓練を開始してください。

それぞれの場所で身の安全を守る3つの **安全行動(3必)** を実践!

①しゃがむ



②隠れる



③じっとする



※机がない場合は、荷物や腕などを使って頭を守りましょう。

感染症防止対策に伴い、学校や職場での訓練が出来ないことも想定されます。その場合は自宅等での安全行動をお願いします。

シェイクアウト訓練とは？

平成20年にアメリカのロサンゼルスを中心として始まった新しい形の地震防災訓練です。

シェイクアウトの基本行動は、

① 指定された日時に

② 地震の揺れから身を守る安全行動を

③ 各人がいる場所で1分程度一斉に行う

短時間で、どこでも、誰でも、気軽に参加できる訓練です。普段いる場所の危険箇所を確認するきっかけになります。



シェイクアウトとは…
発案者の造語。直訳すれば「地震をぶっとばせ」。日本語では「一斉防災訓練」と意識。

※日本シェイクアウト提唱会議の協力を得て、石川県では平成25年度から毎年訓練を実施しています。

日頃から様々な場面を想定して身を守る行動を考えよう

地震による人的被害の多くは、揺れによる家具類の転倒や落下物による負傷とされています。日常生活のなかで、大地震が発生した時、自分の身を守るためには、どうすればよいでしょうか？

出典：消防庁HP「地震防災マニュアル」

そのほかの場面についても考えてみてね！詳しくは「シェイクアウトいしかわ」で検索！



自宅にいるとき

- ・丈夫な机やテーブルなどの下に隠れ、机などの脚をしっかりと握る
- ・近くに隠れる場所がないときは、座布団など身の回りにあるもので頭部を守り、揺れが収まるのを待つ
- ・棚に乗せてあるものやテレビなどが落ちてきたりするので、離れて揺れが収まるのを待つ



職場にいるとき

- ・キャビネットや棚、ロッカー、コピー機などから離れ、頭部を守り、机の下に隠れるなど身を守る
- ・窓ガラスが割れることがあるので、窓際から離れる
- ・外へ避難するときは、落下物などに注意して、階段を使う
- ・エレベーターは余震や停電で停止するおそれがあるので、使わないようにする



訓練の様子

企業や学校、保育所、自主防災組織など、毎年多くの石川県民のみなさんが訓練に参加しています。

みんなで参加してね！



訓練音源について

学校や企業など、放送設備等をお持ちの場合は、地震の効果音を利用して訓練を実施することができます。日本シェイクアウト提唱会議が作成した訓練音源を無料でダウンロードできます。（「シェイクアウトいしかわ」で検索）



家庭などで実施できる防災対策

自宅で過ごす時間が増えた今こそ、後回しにしていた防災対策をやってみませんか。

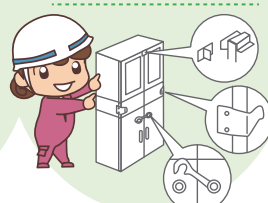
① 家の中の安全対策をしておく

おちるものの固定



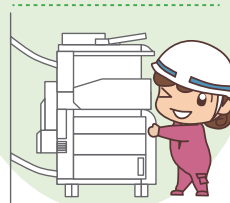
- ・チェーン+ヒートン（天井固定）

とぶものの固定



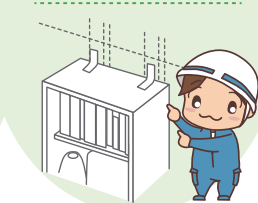
- ・ラッチ（開き戸や引き出し等に付ける）

うごくものの固定



- ・耐震粘着マット
- ・チェーンベルト

たおれるものの固定



- ・L字金具
- ・平金具

われるものの対策



- ・飛散防止フィルム

② 非常持出袋、備蓄品を準備する

ローリングストックのイメージ



ローリングストック

普段から、ちょっと多めの食材を買い置きし、食べた分を買い足していく備蓄方法

メリット

- ・賞味期限が切れて廃棄などの失敗が少ない
- ・消費期限前に毎日非常食を食べるといった負担が少ない
- ・災害時に普段から食べているものが食卓に並び、安心して食事をとることが出来る

さらにプラスワン

自主的な取り組みを加えて実施すると、より効果的に！

避難訓練



AED体験



消火訓練



防災学習



災害情報をいち早くお知らせ Yahoo!防災速報

簡単！ダウンロードして防災対策！

緊急地震速報や豪雨予報、避難情報などをいち早くお知らせ。

●スマートフォンの方はこちら

右記QRコードからアプリをダウンロードください。



●ケータイ・パソコンの方はこちら

県ホームページよりメール版登録が可能です。
※メール版のご利用はYahoo! JAPAN IDが必要です。

訓練当日（7月8日（水））にYahoo!防災速報により、訓練開始の合図を送信します。
※本アプリをダウンロードせずとも、訓練に参加は可能です。