

共催：内閣府・徳島県・徳島市

令和4年度 地震・津波防災訓練

徳島市シェイクアウト訓練 (徳島市一斉防災行動訓練)

その場で机などの下に入り
約1分間身を守る防災訓練です



まずひくく

DROP!



あたまをまもり

COVER!



うごかない

HOLD ON!

11/4 金

9:30

シェイクアウト訓練
(1分間程度)

自宅、学校
事業所等



今年はシェイクアウト訓練 プラスワン訓練

①揺れから身を守る
シェイクアウト

②自分がどんな状況に置かれているか(場所や時間、状況)
を想定して、そこからの防災行動を考えよう

その場で机などの下に入り
約1分間身を守る防災訓練です



まずひくく

DROP!



あたまをまもり

COVER!



うごかない

HOLD ON!

(実施例)



隣のおばあちゃんが気になる。
→5分以内に迎えに行き一緒に避難!
おばあちゃんのご家族に連絡!



通学途中に地震が起きた。
→念のため学校まで避難!親にはLINE



子どもだけで留守番中に地震が起きた。
→親を待たずに高台へ避難!
高台に着いたら地域の人と一緒にいる!



会社にいる時に地震が起きた。
→津波の心配はない。
同僚と避難者の受入準備!

お問合せ先
徳島市 危機管理局 防災対策課
TEL:088-621-5527