

# シェイクアウト訓練とは？

2008年にアメリカ・カリフォルニア州で始まった新しい形の地震防災訓練で、地震の際の安全確保行動1-2-3『**まず低く、頭を守り、動かない**』を身につける機会です。防災グッズの確認や、けがを防ぐための身の周りの安全対策をとるように促すことも目的としています。

## 訓練の合図はあるの？

- 主催者から合図はありませんので、時間が来れば各自訓練を開始してください。  
**実施日は11月2日に限りません。別の日でもご参加いただけます。**
- スマートフォンをお使いの方は、「地震防災訓練アプリ」をご活用いただけます。
  - 地震防災訓練アプリをダウンロードして、インストールしてください。
  - アプリを開き、右の訓練コード(②)を読み取ると、訓練の予定を登録できます。
  - 訓練の日時になると、専用ブザー音の鳴動と訓練メッセージが表示されます。音が聞こえたら実際の地震を想定し、身を守る行動を取ってください。



訓練アプリのブザー音量は、スマホのボリューム設定に影響されます。訓練前にボリューム設定を「最大」にするなど、訓練に活用できるように調整してください。スマホのプッシュ通知機能を許可していないと、設定時間になっても鳴動しません。また、マナーモード設定中は、ブザー音が鳴りませんので、ご注意ください

※ 西日本放送ラジオでは、11月2日の10時にあわせて、シェイクアウト開始合図の放送を行う予定です。

## さらに『プラスワン訓練』に挑戦してみましょう！

プラスワン訓練とは、シェイクアウトをきっかけに、自主的に行う防災訓練（家具の転倒防止、備蓄品の確認、避難訓練、危険箇所の確認など）のことです。

今年は「家具の転倒防止」、「危険箇所の確認」、「役割分担の再確認」についてチェックしましょう。



これまでのプラスワン訓練の参考例をご紹介します！

<https://www.pref.kagawa.lg.jp/kikikanri/sogo/bosaijoho/plusone.html>



## FAX・郵便での申し込み

### 香川県シェイクアウト2023 参加申込書

香川県危機管理課シェイクアウト担当 行 (FAX: 087-831-8811)

参加組織・団体の名称 (個人以外は記入)			
参加形態 該当箇所にチェック!	<input type="checkbox"/> 個人・家族 <input type="checkbox"/> 自主防災組織 <input type="checkbox"/> 小学校・中学校 <input type="checkbox"/> その他の団体( )	<input type="checkbox"/> 企業 <input type="checkbox"/> 行政機関・公的機関 <input type="checkbox"/> 高校・大学	<input type="checkbox"/> 協同組合 <input type="checkbox"/> 保育所・幼稚園・こども園 <input type="checkbox"/> 専修学校・各種学校等
実施予定日	<input type="checkbox"/> 令和5年11月2日(木)に実施 <input type="checkbox"/> それ以外の日に実施(実施予定日: 月 日)		
参加人数	人	所在市町(例: 高松市/琴平町)	(市・町)
参加経歴	<input type="checkbox"/> 今回が初めて <input type="checkbox"/> 2回目以降の参加		
シェイクアウトで『安全確保行動1-2-3』以外の訓練(プラスワン訓練)を実施する予定があれば該当箇所にチェック!	<input type="checkbox"/> 家具の転倒防止 <input type="checkbox"/> 備蓄品の確認 <input type="checkbox"/> 危険箇所の確認 <input type="checkbox"/> 家族との連絡方法の確認 <input type="checkbox"/> その他( )	<input type="checkbox"/> 避難訓練 <input type="checkbox"/> 防災に関する話し合い <input type="checkbox"/> 消火器の位置確認・点検 <input type="checkbox"/> 役割分担の再確認	<input type="checkbox"/> 小、中、高校との合同訓練 <input type="checkbox"/> 自主防災組織との合同訓練 <input type="checkbox"/> 避難場所までの経路の確認

☆ 訓練終了後、ホームページでのアンケート調査に、ご協力をお願いします。