

# 平成28年度盛岡市シェイクアウト実施計画

盛岡市危機管理防災課

## 1 シェイクアウトとは

シェイクアウトとは、2008年にアメリカで始まった地震を想定した防災訓練で、参加者が指定された日時（発災想定時刻）に一斉に行動するという新しい形の訓練である。参加者はインターネットなどを通じて防災について知識を深め、同じ日時にそれぞれの場所で一斉に安全確保行動を行う。

特徴として、会場の準備が不要である、天候に左右されない、参加者への安全管理が行いやすい、訓練費用がかからない、数千、数万人の参加者が一斉に同じ訓練を経験できることなどが挙げられる。

## 2 実施目的

多くの参加者が一斉に防災訓練を実施することで、職場や家庭内の防災対策を確認するきっかけとするとともに、市民の防災意識を高揚させ、市全体として地域防災力の向上を図り、併せて、地震災害に関するリスクや地震発生時の安全確保行動の重要性について理解促進を図ることを目的とする。

## 3 実施日時

平成28年9月1日（木）午前11時00分

※ 8月18日（木）～8月31日（水）を上記日時に実施できない場合の予備期間とする。

## 4 主催／協力

盛岡市／効果的な防災訓練と防災啓発提唱会議（日本シェイクアウト提唱会議）

## 5 対象地域

盛岡市全域

## 6 想定される参加者

行政機関、防災関係機関、自主防災組織、町内会・自治会、学校、幼稚園・保育園、企業、団体、個人・家族等

## 7 参加目標人数

35,000人

## 8 災害想定

平成28年9月1日（木）午前11時00分頃、盛岡市内において地震によるかなり強い揺れを感じた。震源地は盛岡市南西部に分布する花巻断層帯で、震度の深さは約10km、地震の規模（マグニチュード）は7.3と推定され、盛岡で震度6弱を観測した。

## 9 訓練の特色

(1) 防災体制や避難支援体制など実際の災害を想定した取り組みの重要性を考えるきっかけとなる。

- (2) より普段の状況に近い環境で実施することで、実災害時に実践できる安全行動が身に付くとともに、自分の置かれた環境でどのような危険が存在しているかなどの理解が深まる。
- (3) 事前学習、振り返りを行うことで、防災に関する意識が高揚するとともに防災知識を習得できる。
- (4) 職場や学校等の単位で行うことで、「安全確保行動」以外の共助の重要性を認識できる。

## 10 訓練内容

### (1) 事前学習

事前登録にあわせて、ホームページ、みんなの防災手帳等を活用し、地震災害の特徴や災害時にとるべき行動等について参加者が主体的に学習する。

### (2) 安全確保行動の実施

大地震が発生したという想定で、事前に決めた時刻に、各家庭や職場などにおいて、訓練参加者全員が、「①まず低く（DROP）」「②頭を守り（COVER）」「③動かない（HOLD ON）」の安全確保行動を実践する。

### (3) 安全確保行動の検証

参加者は、実施した安全確保行動等を検証し、家庭や事業所等の防災対策や実災害時の安全確保行動に活かしていく。

### (4) プラスワン訓練（任意）

より実践的な訓練とするため、安全確保行動終了後に参加者が追加の防災訓練を併せて実施する。

- (例) ・避難訓練 ・安否確認訓練 ・防災学習 ・備蓄品確認 ・児童引渡訓練 ・応急救護訓練  
・災害時の集合場所や避難場所の確認 ・棚等の転倒防止 ・施設内の危険箇所確認

## 11 参加登録

### (1) 期間

平成28年7月5日（火）から平成28年8月31日（水）17時00分まで

### (2) 方法

- メールで申込書を送信
- ホームページ上の応募フォームから登録
- ファックスで申込書を送信
- 郵送で申込書を送付
- 窓口等へ申込書を持参

### (3) 参加登録用紙への記載事項

- 参加形態（個人／家族，企業／団体，学校，保育園／幼稚園，医療／福祉関係機関，自主防災組織／町内会／自治会，行政機関，その他）
- 訓練実施日（当日の実施か，それ以外の日での実施か）
- 参加人数
- 実施予定のプラスワン訓練
- ※ 以下は，企業，学校，自主防災組織，町内会・自治会，団体等で参加される場合のみ記入
- 組織名
- 代表者名
- 市のHP，その他資料等に参加者として掲載することに同意するか，しないか

## 12 広報・周知

- シェイクアウト提唱会議への登録
- ポスター（市役所窓口，企業，防災関係機関等）
- チラシ（市役所窓口，企業，防災関係機関等）
- ラジオもりおか
- 広報もりおか
- 町内会長・自治会長へ申込様式（FAX・郵送）を送付
- 市公式ホームページ，ツイッター，フェイスブック
- 防災行政無線（玉山地域のみ）
- 定例記者会見
- 報道機関への投げ込み
- 議員への投げ込み
- いわてモバイルメール（盛岡市災害情報）
- 依頼文書の送付（市内小中学校，防災関係機関等）
- ※ 訓練周知と併せて，いわてモバイルメールの登録についても周知

## 13 登録状況の公表

ホームページに公表を希望する団体名一覧（PDFファイル）を掲載（週1回程度更新）

## 14 訓練開始の合図

- ラジオもりおか
- いわてモバイルメール（盛岡市災害情報）
- 各施設等の設備を用いた訓練用音源等の放送 ※ 別紙参照
- 市役所館内放送（本庁，都南，玉山等）
- 災害情報連携システム（職員参集メール）

## 15 アンケート

- (1) 実施期間  
平成28年9月2日（金）から平成28年9月16日（金）まで
- (2) 実施方法  
ホームページに回答フォームを作成し，アンケートを実施
- (3) 質問項目
  - 参加形態
  - シェイクアウトを知ったきっかけは何か。
  - プラスワン訓練は何を実施したか。
  - 訓練実施場所はどこか。
  - 訓練開始の合図は何を利用したか。
  - 事前学習の有無
  - 防災意識は高揚したと感じるか。
  - 訓練に対する意見

## 16 訓練の中止

市災害対策本部設置基準を満たす大規模な災害が発生し、又は発生するおそれがある場合は、訓練を中止する。中止については、ホームページ、ツイッター、フェイスブック、防災行政無線、いわてモバイルメール（盛岡市災害情報）等を活用し周知する。