

市民一斉，その場でできる 1 分間の防災訓練

盛岡市 シェイク アウト -2019-

～シェイクアウトの流れ～

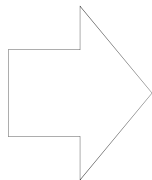
【参加登録（無料）、事前学習】

事前に参加登録をお願いいたします。
また、災害時にとるべき行動などを事前に学習し、
防災知識を習得しましょう。※詳細は裏面へ⇒

【訓練当日の合図】

訓練開始は、ラヂオもりおか（FM76.9MHz）、
いわてモバイルメール（盛岡市災害情報）等で合図します。

3つの
安全確
保行動



プラスワン訓練

併せて行いましょう。

避難訓練 備蓄品の確認
施設内の危険箇所の確認

防災学習 応急救護訓練
集合・避難場所の確認 など

【アンケートへの記入】

今後の参考とするため、アンケートにご協力をお願いします。

市ホームページ（<http://www.city.morioka.iwate.jp/index.html>）から、ご回答ください。
（8月30日（金）から9月13日（金）まで実施）

【日時】
令和元年
8月30日（金）
午前11時から

ご都合に合わせて、8/23～9/6の間で変更することができます。

【場所】
それぞれの
自宅，学校，
職場など

