

令和元年度盛岡市シェイクアウト実施要領

1 目的

家庭や職場内の防災対策を確認するきっかけとすることで、市民の防災意識の高揚を促すとともに、市全体の地域防災力の向上を図るものです。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対する理解促進を目的としています。

2 シェイクアウトとは

2008 年（平成 20 年）にアメリカで始まった地震を想定した防災訓練で、地震災害を想定した指定日時（発災想定日時）に、それぞれの場所で自らの身を守る安全確保の行動を行う訓練です。

訓練の特徴として、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、多く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ます。

3 実施日時

令和元年 8 月 30 日（金）午前 11 時から

※ 上記日時に実施できない場合、8 月 23 日（金）～9 月 6 日（金）を予備期間とします。

4 事前の参加登録

参加団体及び参加人数の把握のため、事前の参加登録をお願いします。

(1) 参加募集期間

令和元年 7 月 1 日（月）から令和元年 8 月 29 日（木）17 時まで

(2) 参加登録方法

ア インターネットによる参加登録

市ホームページ上のシェイクアウト参加登録フォームから登録します。

イ 郵送・FAX による参加登録

参加登録票（チラシ裏面）に記入し、郵送又は FAX で危機管理防災課まで送付願います。

5 災害想定

想定する災害は次のとおりです。

「令和元年 8 月 30 日（金）午前 11 時頃、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 7.5 と推定され、盛岡で震度 6 弱を観測した。」

6 訓練内容

(1) 事前学習

事前に行う参加登録と併せて、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に取り組みます。

(2) 安全確保行動の実施

大地震が発生したという想定で、8月30日（金）午前11時に、ラヂオもりおか（76.9MHz）での放送や、いわてモバイルメール（盛岡市災害情報）によるメール配信，スマートフォン向けアプリ「ヤフー防災速報」のプッシュ通信で訓練開始をお知らせします。

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します。



(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きます。

(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します。

（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 など

7 参加証の発行

訓練終了後，希望する団体に参加証を発行いたします。

参加証を希望される場合は，参加登録の際に，参加登録フォーム及び参加登録票の参加証確認の項目で，希望するにチェックと送付先の御住所とお名前を御記入ください。

8 アンケート

シェイクアウトを更に有意義な訓練とするためアンケートを実施します。

実施期間は，訓練終了後の8月30日から9月13日までとなりますので，御協力をお願いいたします。

※ (http://www.city.morioka.iwate.jp/kurashi/anzen_anshin/kikikanri/1001123.html) から御回答ください。

9 訓練開始の合図

訓練開始は，ラヂオもりおか（盛岡FM76.9MHz），いわてモバイルメール及びヤフー防災速報で合図を行うほか，日本シェイクアウト提唱会議の公式ホームページから訓練音源をダウンロードすることができます。（ダウンロードサイト：<http://www.shakeout.jp/info/category/download/>）