

自身を守る自信につながる！ 1分間の地震防災訓練

盛岡市シェイクアウト

地震発生の場合とともに
「3つの安全確保行動」を行う
一斉防災訓練です。

2024

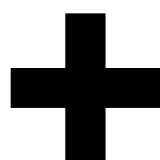
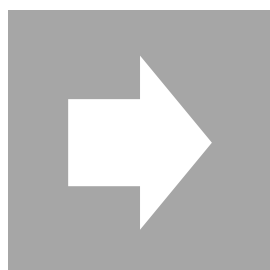
[日時]

令和6年9月4日(水)午前11時から

※御都合に合わせて、8/28～9/11の間で実施日時を変更することができます。

[場所] 自宅、学校、職場 など

3つの
安全確
保行動



《プラスワン訓練》 併せて取り組もう！

○避難訓練 ○備蓄品の確認 ○集合・避難場所の確認
○防災学習 ○自宅・施設内の危険箇所の確認 など

～シェイクアウトの流れ～

【①参加登録（無料）、事前学習】 ※詳細は裏面を参照願います。

事前に参加登録をお願いします。また、災害時にとるべき行動などを防災マップやホームページなどで事前に学習し、防災知識を習得しましょう。

【②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)、Yahoo!防災速報、防災行政無線(玉山地域)等で合図しますので、自らの身を守る3つの安全確保行動(①まず低く②頭を守り③動かない)をその場で実践します。

【③アンケートへの記入】 ※詳細は裏面を参照願います。

今後の参考とするため、アンケートに御協力をお願いします。

市ホームページ(<https://www.city.morioka.iwate.jp/index.html>)から、御回答ください。
(アンケート実施期間8月28日(水)から9月18日(水)まで)

2024.09.04 am 11:00 START

盛岡市シェイクアウト

認定番号 240031号



The Great Japan
Shake Out
(日本公式)シェイクアウト

主催：盛岡市 協力：効果的な防災訓練と防災啓発提唱会議

盛岡市シェイクアウトの参加登録方法

— 次の1又は2の方法で、9/3(火)17時まで登録をお願いします。 —

1.インターネットによる参加登録

盛岡市ホームページ

(<https://www.city.morioka.iwate.jp/index.html>)

で参加登録をお願いします。

盛岡市シェイクアウト

検索

携帯電話やスマートフォンからのアクセスはこちらから！

訓練後アンケートへの回答もこちらから！



『いわてモバイルメール』と

『Yahoo!防災速報』を登録しよう！

盛岡市では、岩手県が運用する「いわてモバイルメール」とヤフー株式会社が提供する「Yahoo!防災速報」を活用し、避難情報等の災害情報を配信しています。

シェイクアウトの開始合図としても使用できますので、是非登録してください！

※ 登録料無料。ただし、通信料は別途かかります。

【いわてモバイルメール】



【Yahoo!防災速報】

iPhone版



Android版



2.郵送・FAXによる参加登録

下記参加登録票に御記入いただき、郵送またはFAXで盛岡市危機管理防災課までお送りください。

※登録にあたっては、職場と町内会、学校と家族などで重複しないよう御注意ください。

参加登録票

【提出先】

(FAX)019-622-6211

(郵送)〒020-8530 盛岡市内丸12-2 盛岡市危機管理防災課あて

① 参加者団体名

※個人・家族で参加の場合は、この欄の記入は不要です。

② 代表者名

③ 住所

〒

④ 連絡先

(TEL、FAX、E-mailなど)

⑤ 参加形態

(当てはまるものに✓を入れて下さい)

☐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()

⑥ 訓練実施日

(当てはまるものに✓を入れて下さい)

☐ 令和6年9月4日(水)午前11時にシェイクアウトを実施します。
☐ 上記以外の日程でシェイクアウトを実施します。
※御都合に合わせて、8月28日～9月11日の間で実施日を変更することができます。

⑦ 参加人数

()人

⑧ 実施予定のプラスワン訓練

(当てはまるものに✓を入れて下さい)

※プラスワン訓練は任意での実施ですが、この機会に追加で訓練をしてみましょう！

☐避難訓練 ☐安否確認訓練 ☐防災学習 ☐備蓄品の確認
☐児童引渡訓練 ☐棚等の転倒防止 ☐施設内の危険箇所確認
☐応急救護訓練 ☐災害時の集合場所や避難場所の確認
☐防災マップや徒歩による自宅・地域の危険箇所の確認
☐その他()

⑨ 訓練実施後、希望により参加証を発行します。希望されますか。 ☐ はい ☐ いいえ

(当てはまるものに✓を入れて下さい)

※参加証に記載する名称は、団体の場合は①、個人・家族の場合は②を使用します。また、送付先は、③の住所となります。

⑩ 市ホームページ、その他資料等に参加者として掲載してよろしいですか。

(当てはまるものに✓を入れて下さい)

☐ はい ☐ いいえ

【お問い合わせ先】盛岡市総務部危機管理防災課

電話：019-603-8031 メール：shakeout@city.morioka.iwate.jp