

やってみよう

11.5 深谷市防災訓練

シェイクアウト 訓練に 参加しましょう

2021年11月5日(金)
午前10時から1分間

場 所

自宅、職場、学校など
当日にみなさんのいる場所で
各自訓練を行いましょう。

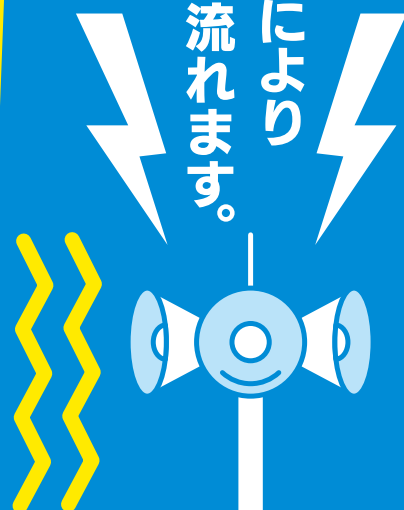
対 象 者

市民のみなさんのほか
当日10時に市内にいる
どなたでも参加できます。

※訓練放送が確認できない場合でも、時間になったら各自合図や声かけ等を行い、
訓練を実施してください。

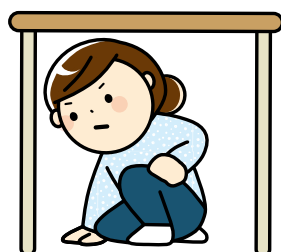


10時に市の防災行政無線により
緊急地震速報訓練放送が流れます。

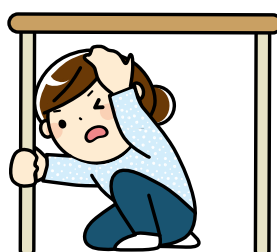


シェイクアウト訓練とは
地震から
身を守る
**3つの
安全行動**
訓練です

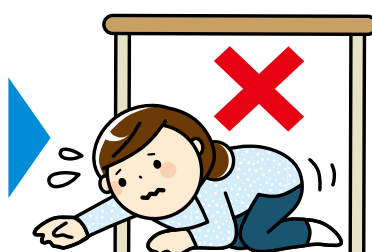
しせいを低く



頭を守って



動かない



訓練の流れ

事前の学習

NHK「そなえる防災 動画」、埼玉県「イツモ防災」
などを活用し、地震について学習。

11月5日10時から1分間

10時の緊急地震速報訓練の
放送にあわせ、3つの安全行
動訓練を実施。

事後の学習

備蓄品や家族との連絡方
法など、訓練をきっかけに
災害への備えを確認。

詳しくは
市ホームページ



シェイクアウト訓練に関するお問い合わせ先

深谷市役所 総務防災課

☎048-574-6635

シェイクアウト訓練



深谷市では、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、例年9月に深谷市総合体育館（ビッグタートル）で実施していた総合防災訓練に代えて、全市民を対象に自宅、職場、学校などのどこでも誰でも参加できる「シェイクアウト訓練」を11月5日（金）に実施します。

また、市では職員による情報伝達訓練を実施し、災害に備えます。

シェイクアウト訓練とは？

2008年にアメリカで始まった地震防災訓練です。

地震から身を守る3つの安全行動



を行う訓練です。

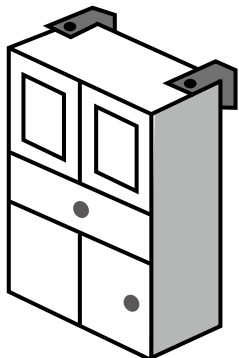
地震の揺れそのものでケガをすることは、めったにありません。原因の多くは、揺れによる家具の倒壊、ガラスの破片などの落下物によるものです。安全な場所へ避難しようと長距離を移動することによりケガをする例が最も多く、まずは、避難の際の移動距離を最小限にとどめ、**低くなり、頭を守り、動かないことが重要です。**



まずは訓練をやってみましょう。

いざという時に「自分の身を守る」ために、ご自宅や職場などで、各自訓練を行いましょう。

訓練の時だけではなく、日ごろから災害に備えておきましょう。



事前の
学習例

シェイクアウト訓練実施日までに、NHK「そなえる防災動画」や埼玉県「イツモ防災」を活用し、地震の規模や揺れ、緊急地震速報などの地震に関する知識、身の回りの環境（安全な場所や家具の固定状況）等について確認・学習しましょう。

事後の
学習例

備蓄品・非常持ち出し品の確認や家族・従業員との連絡体制や方法の確認、また、ハザードマップで避難先を確認し、避難にかかる時間や避難経路を検討するなど、災害への備えを確認しましょう。

NHK
「そなえる防災動画」



埼玉県
「イツモ防災」



市HP
「災害に対する日ごろの備え」



市HP
「防災に関する情報の入手方法」

