

# 令和7年度長生村シェイクアウト訓練実施要領

～3つの安全確保行動～



本年は、日本シェイクアウト提国会議の認定を受けた公式認証事業として実施します。地震が起きたら、「**まずは避難…**」の前に、「**3つの安全確保行動**」をとりましょう。揺れが収まったら、通電火災等の二次災害を防ぐため、**電気のブレーカーを落とし、ガスの元栓を閉めて**、避難を開始しましょう。

- ① DROP! (姿勢を低く)
- ② COVER! (頭を守り)
- ③ HOLD ON! (動かない)

実施日時	令和7年10月13日(月)午前9時
実施場所	その場で! ※ただし、自動車等での移動中には行わないでください
実施内容	①3つの安全確保行動をとる ②電気のブレーカーを落とし、ガスの元栓を閉める

当日は、5分後(午前9時5分)に大津波警報が発令されたことを想定した避難訓練を実施します。シェイクアウトで身を守る行動をとった後には、速やかに津波からの避難を開始しましょう。

シェイクアウト訓練とは・・・

2008年にアメリカで開始された訓練で、地震の際に、その時その場でとっさに身を守る行動をとる自発性を鍛える防災訓練です。

◆問い合わせ◆

長生村役場総務課消防防災係  
電話0475(32)2111