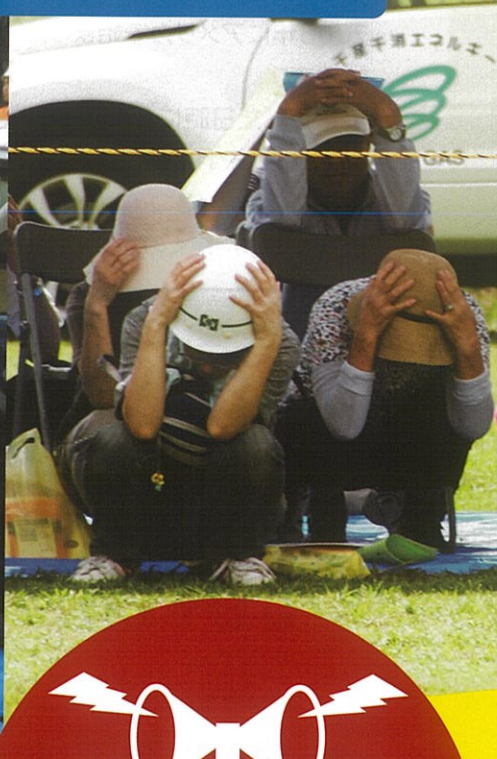


令和4年度 市原市総合防災訓練

～ 防災力 日々の備えと 自助・共助 ～

【令和3年度 防災啓発標語作品展】特選 国分寺台東小学校 内村芳希さんの作品



令和4年
※小雨決行

11月20日

【中央会場】牛久小学校

【地区会場】姉崎小学校、八幡小学校、京葉小学校、光風台小学校、
湿津中学校、市東第一小学校、辰巳台中学校、辰巳台東小学校、
旧富山小学校、有秋南小学校、有秋西小学校、有秋中学校、ちはら台西中学校
地域の皆様とともに訓練を実施します。



午前9時00分に、
防災行政無線で
大地震発生の訓練放送
を行います。

午前9時00分から1分間、シェイクアウト訓練を実施します。
ご家庭、職場などの普段の生活の場所で是非ご参加ください。

令和4年11月20日(日)午前9時00分に、 防災行政無線で大地震発生 of 訓練放送を行います。

震度6強の地震発生をイメージしながら、自己の身を守る「シェイクアウト訓練」を行い、「チェックリスト:備え10項目」を用いて、家庭の地震対策を自己診断してみてください。

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。

指定された日時に、家庭や職場・学校・外出先など、それぞれの場所で地震から身を守るための「3つの安全行動」を約1分間行っていただくのが基本です。

3つの安全行動

1 DROP!

ドロップ

揺れに倒される前に姿勢を低くする。



2 COVER!

カバー

手や腕で頭や首を守る。



3 HOLD ON!

ホールド・オン

揺れが収まるまでじっとする。



地域で協力しましょう

災害時には地域での助け合い(=共助)が大切です。自分たちの身の安全を確保し、地域で協力して避難支援を行いましょう!



呼びかけて



みんなで避難



避難支援

チェックリスト:「備え10項目」

- 家の耐震とタンス、テレビ、食器棚等は、しっかり固定されていますか。
- 懐中電灯・警笛・スリッパ(靴)を寝室に常備されていますか。
- 非常持ち出し袋(防災リュック)は各自で準備されていますか。
- ラジオと携帯電話は予備電池も準備されていますか。
- 最低3日分の非常食・保存水は自宅に備蓄されていますか。
- 常備薬は最低1週間分準備されていますか。
- 避難場所と避難所への避難経路(昼・夜)は事前に自分で歩いて確認されていますか。
- ハザードマップで地域の災害リスクを確認されていますか。
- 家族の連絡方法と合流場所は決めていますか。
- 「情報配信メール」に登録されていますか。



「情報配信メール」への登録方法

下の二次元バーコードから登録するか、t-ichihara@sg-m.jp にメールを送り、メールの案内に沿って登録してください。登録の際は、「気象・災害情報」をご選択ください。

※登録料、情報料は無料ですが、通信料は登録者の負担となります。

