

参加者
募集!

盛岡市 シェイクアウト

平成28年度版

9.1「防災の日」

～自分の命を
守ることから～

実施日時

9/1(木)

実施場所

それぞれの

午前11:00

自宅・学校・職場など

※ ご都合に合わせて、8月18日～8月31日の間で変更することができます。

市では、市民の皆さんの地震に対する防災意識の高揚や防災対策のきっかけとするため、市全域を対象にシェイクアウトを実施します！

シェイクアウトとは・・・地震を想定し、自らの身を守る3つの行動を一斉に行う訓練

・誰でもできる！

・どこでもできる！

・準備が要らない！

～ シェイクアウトの流れ ～

① 参加登録(無料), 事前学習

事前に**参加登録**をお願いします。

登録にあわせ、各職場等において災害時にとるべき行動などを事前に学習し、防災知識を習得しましょう！

詳細は
裏面へ

② 訓練当日

震度6弱の
地震発生
を想定！

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(盛岡市災害
情報)等で合図します！

参加者は9月1日の
午前11時になったら、
一斉にそれぞれの場
所で1分程度訓練を
実施してね♪



モリイ

それぞれの場所で身を守る安全確保行動を実践！



まず低く

DROP!



頭を守り

COVER!



動かない

HOLD ON!

さらに
プラス
ワン



より実践的な防災訓練とする
ため、シェイクアウトをきっか
けに、それぞれの場所で避難
訓練や施設内の危険箇所確
認等のプラスワン訓練を追
加で実施しましょう！

③ アンケートへの記入

今後の参考とするため、アンケートにご協力をお願いします。アンケートは、市ホームページ(http://www.city.morioka.iwate.jp/anzen_anshin/14979/037065.html)から、ご登録ください。(9月2日～9月16日まで実施)

盛岡市シェイクアウトへの参加登録方法

8/31(水)17時までに登録をお願いします。

どうやって参加するの？

1 インターネットによる参加登録

盛岡市ホームページ(<http://www.city.morioka.iwate.jp/>)で

盛岡市シェイクアウト

検索

●携帯電話やスマートフォンのアクセスはこちらから



2 郵送・FAXによる参加登録

下記参加登録票にご記入いただき、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。
参加登録票は、市役所の各庁舎・支所等でも配布しています。

※ 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て登録しないようご注意ください。

参加登録票

(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 参加形態	<input type="checkbox"/> 個人／家族 <input type="checkbox"/> 企業／団体 <input type="checkbox"/> 学校 <input type="checkbox"/> 保育園／幼稚園 <input type="checkbox"/> 医療／福祉関係機関 <input type="checkbox"/> 自主防災組織／町内会／自治会 <input type="checkbox"/> 行政機関 <input type="checkbox"/> その他()
② 訓練実施日	<input type="checkbox"/> 平成28年9月1日午前11時にシェイクアウトを実施します。 <input type="checkbox"/> 平成28年9月1日午前11時以外の日程でシェイクアウトを実施します。 ※ ご都合に合わせて、8月18日～8月31日の間で実施日を変更することができます。
③ 参加人数	()人
④ 実施予定の プラスワン訓練 ※ プラスワン訓練は任意 での実施です。	<input type="checkbox"/> 避難訓練 <input type="checkbox"/> 安否確認訓練 <input type="checkbox"/> 防災学習 <input type="checkbox"/> 備蓄品の確認 <input type="checkbox"/> 児童引渡訓練 <input type="checkbox"/> 棚等の転倒防止 <input type="checkbox"/> 施設内の危険箇所確認 <input type="checkbox"/> 災害時の集合場所や避難場所の確認 <input type="checkbox"/> 応急救護訓練 <input type="checkbox"/> その他()

※ 以下は、個人／家族での参加の場合は記入不要です。

⑤ 組織名	
⑥ 代表者名	
⑦ 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。	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ

参加にあたって

◆いわてモバイルメール(盛岡市災害情報)を登録しよう！！

盛岡市では、岩手県が運用しているいわてモバイルメールを利用し、盛岡市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、ぜひ登録してください！
(登録料無料、ただし、通信料はかかります。)



◆訓練の前に事前学習をしよう！！

地震災害の特徴や災害時にとるべき行動、非常持出品などを、市ホームページや各家庭に配布した「みんなの防災手帳」等を活用し、事前に学習しましょう！

「市ホームページ
事前学習コーナー」

↓
http://www.city.morioka.iwate.jp/anzen_anshin/14979/037093.html



【お問い合わせ】盛岡市 総務部 危機管理防災課 危機防災係

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