

養老町シェイクアウト訓練（一斉防災訓練）を行います！

日時：9月6日（日） 午前9時～ 約2分間

場所：ご家庭、勤務先等、どこでも実施できます

いつ発生するかわからない巨大地震に備えて、自分の命をしっかりと守るための訓練を実施します。たった2分間の訓練で、どこでも実施できる内容です。ぜひ参加してください。

訓練当日の流れ

ステップ1

午前9時に、防災行政無線による訓練開始の合図！

※防災行政無線以外にも、防災アプリ、安心防災ネット及びライン町公式アカウントによるメッセージ配信でも訓練開始の合図を受取ることができます。

ステップ2

すぐに身体の安全を守る行動をする！

身体を守る行動：姿勢を低くし、頭を守って、揺れが収まるまで動かない。



ステップ3

災害に対する備えを確認する。（プラスワン訓練）

例）家具の固定の確認、備蓄品の確認、避難場所の確認、緊急時の連絡方法の確認等

シェイクアウト訓練とは

地震の際に身の安全を守る行動「まず低く、頭を守り、動かない」を身につける訓練で、一定の場所に集まる必要がなく、参加の意思さえあれば場所も問わない、時間もかからない、家庭や職場で実施できるといった特徴があります。

地震発生時は、家具の転倒やガラスの飛散、落下物等による負傷の恐れがあります。緊急地震速報が発表されてから、強い揺れが到着するまでの時間は極めて短く、短時間で身を守る行動をとるためには、普段からの備えと訓練が重要です。また、身の安全を守る行動を身につけるだけでなく、この訓練を通じて家庭や職場などで、非常時の対策の見直しやケガを防ぐための身の回りの安全対策にも目を向けていただくことを目的としています。

皆さまのご参加をお願いいたします。参加申込は、裏面をご確認ください。

問合せ：養老町総務部総務課 0584-32-1101

申し込みは、個人や家族だけでなく、区、自治会、企業及び任意のグループでも構いません。
声をかけあって、積極的な参加をお願いいたします。

※お申込みいただきました情報に関しては、本訓練の目的以外には使用しません。

申込方法① インターネットでの申し込み

下記の URL 又は右の QR コードで申込サイトにアクセスし、
お申込みください。

申込サイト URL : <https://logoform.jp/f/u0fhA>



申込方法② 紙面、FAX等での申し込み

必要事項を記入のうえ、町総務部総務課の窓口にご提出、又はFAXにて送信してください。

FAX 番号：0584-32-2686（町総務部総務課 FAX）

参加形態	☐ 個人・家族 ☐ 区 ☐ 企業等 ☐ 任意のグループ ☐ その他（ ）
氏名（団体名）	
参加人数	人（家族や地域の人たちで参加しましょう）
訓練場所	☐ 自宅 ☐ 企業等（勤務先） ☐ その他（ ）
訓練場所の地区	☐ 高田地区 ☐ 養老地区 ☐ 広幡地区 ☐ 上多度地区 ☐ 池辺地区 ☐ 笠郷地区 ☐ 小畑地区 ☐ 多芸東部地区 ☐ 多芸西部地区 ☐ 日吉地区 ☐ 室原地区 ☐ 町外
安全確保行動以外の 訓練（プラスワン）で 実施するものがあれ ばチェックしてくだ さい。（複数選択可）	☐ 非常食、飲料水の確認 ☐ 家具、棚等の転倒防止対策 ☐ 避難場所の確認 ☐ 災害発生時の家族の連絡先を確認 ☐ その他（ ）
訓練を知ったきっか け（複数選択可）	☐ 町の回覧 ☐ 町のホームページ ☐ 町のメール・ライン ☐ 町の案内文書 ☐ その他（ ）
備考	

申込方法③ 電話での申し込み

下記までお電話にてご連絡ください。必要事項をお伺いします。

電話：0584-32-1101（町総務部総務課）

防災アプリ、安心防災ネット、町公式ラインアカウントについて

防災行政無線の情報をスマートフォンや携帯電話で受信することができます。緊急時に備えて、登録をお願いいたします。

防災アプリ



iPhone 版



Android 版

安心防災ネット（メール）



PC/スマホ



ガラケー

町ライン公式アカウント

