

# 八幡市防災シェイクアウト訓練

日時: 令和8年6月17日(水) 午前10時00分  
場所: 家庭・学校・職場などそれぞれの場所

## シェイクアウト訓練とは？

大地震が発生したという想定で、あらかじめ決められた時刻に一斉に、参加者の皆さんが  
①まず低く、②頭を守り、③動かない の安全行動をとり、各家庭や会社等で、いざというときの安全行動を確認する簡単な訓練です。

### ①10時00分になったら・・・

身を守る3つの安全行動(60秒間)



訓練の様子  
⇒



### ②10時00分から数分後・・・

緊急速報メールの確認



※訓練参加の有無に関わらず緊急速報メールは届きます

#### ご注意！

##### 【緊急速報メールの受信について】

- ① マナーモードでも着信音が鳴る場合があります
- ② 受信できない機種もあります
- ③ 通話中の時など、対応機種であっても受信できない場合があります

⇒市役所から訓練用の緊急速報メールを送信しますので、各個人の携帯電話で情報を確認してください。

## 訓練参加事前登録 募集中！！【締め切り：当日午前9時】

訓練への積極的な参加表明として、ぜひ、事前の参加登録をお願いいたします。  
参加登録人数をカウントして、ホームページで公表させていただきます。

### 【登録方法】

右のQRコード(専用フォーム)よりご登録をお願いいたします。

また、チラシ裏面の訓練参加事前登録票について、

「FAX」(075-983-1174)、「危機管理課窓口」(八幡市役所本庁舎5階)

「メール」(kikikanri@mb.city.yawata.kyoto.jp)にてご提出いただくことでもご登録いただけます。



# 訓練参加事前登録票

F A X : 075-983-1174

メール : kikikanri@mb.city.yawata.kyoto.jp

- ① 参加予定単位  個人  団体【団体名 : \_\_\_\_\_】
- ② 参加予定形態  団体で参加  一部の部署などで参加
- ③ 参加予定人数 【\_\_\_\_\_人】
- ④ ホームページ、その他資料上に、参加団体名を掲載してよろしいでしょうか？  
 はい（掲載してもかまわない）  いいえ（掲載を希望しません）

※この訓練の機会に、以下の事項をチェックしてみてください。

## 【各家庭・事業所等での防災のチェック事項】

- 各家庭・事業所で、家具、棚、ロッカーなどの転倒防止はできていますか？  
→ ホームセンターなどで突っ張り棒などが販売されています。
- 非常食、飲料水は、備蓄していますか？  
→ 八幡市では、3日分以上の食料と飲料水（一日1人3ℓ）と生活必需品の備蓄を推奨しています。  
また、普段から購入しているペットボトル飲料水や食料品等を賞味（消費）期限を迎えるまでに計画的に使用し、同様の物を買い足すなどの方法で7日以上 の備蓄を目指しましょう。
- 非常用持ち出し袋は、準備できていますか？  
→ 非常用持ち出し袋は、避難の時に持ち出すものをまとめた袋です。  
各家庭で準備しましょう。
- 地震が発生した時、各家庭で、連絡する体制を取っていますか？  
→ 事前に連絡する場所や集合する場所などを決めておきましょう。
- 「指定緊急避難場所」、「指定避難所」をご存知ですか？  
→ 指定緊急避難場所は、切迫した災害の危険から生命の安全を確保する場所のことで、災害ごとに指定しています。市内で、地震時の避難場所として31箇所、水害時の避難場所として7箇所（いずれも令和8年3月31日現在）を指定しています。  
また、指定避難所は、被災者等が一定期間滞在し、生活環境を確保するための施設のことで、市内で31箇所（令和8年3月31日現在）を指定しています。
- 強い地震が来る前、緊急地震速報により通知されることがあるのを知っていますか？  
→ 強い地震が来る前には、携帯電話等に緊急地震速報で知らされることがあります。  
この時は、直ちに、身を守る体勢を取ってください。
- 地震が発生したら、被災地への電話が通じにくくなることを知っていますか？  
→ 災害用伝言ダイヤル（171）で、互いに通話できなくても、「私は大丈夫です」などのメッセージを残したり、聞いたりできます。

詳しくは八幡市ホームページの【くらし】-【防災・防犯】に記載しております（<http://www.city.yawata.kyoto.jp/>）