

だれでも、どこでもできる防災訓練

各務原市 KAKAMIGAHARA SHAKEOUT 2024 シェイクアウト訓練

いつ 2024年11月17日(日)午前7時30分から1分間

どこで みなさんの家庭・職場・学校など いる場所で

事前登録受付中!

どなたでも自由に参加できます。
参加登録はウェブサイトからお願いし
ます!
右記のQRコードからも
アクセスできます!



まずひくく

DROP!



あたまをまもり

COVER!



うごかない

HOLD ON!

各務原市 シェイクアウト

検索

シェイクアウト訓練の内容 DETAILS of "SHAKEOUT"

午前7時30分に、防災行政無線（災害情報スピーカー）

から市内一斉に地震発生と訓練開始を放送します。

放送が聞こえたら、ご家庭や職場で1分間

程度、机の下などに隠れるなどの

安全確保行動を行ってください。

※訓練終了の合図はありません

みんなで
じしんに
そなえるらー!



お問い合わせ

各務原市防災対策課

〒504-8555那加桜町1-69

TEL | 058-383-1190

FAX | 058-380-1158



各務原市マスコット
キャラクター「ららら」



避難所での生活って何をしたらいいの？

避難所では、限られた空間の中で、たくさんの方々が生活します。

避難者自らが主体的に避難所運営に参加し、
良好な避難所環境を保ちましょう。

【避難所生活のポイント】

役割を分担して避難所を運営する

- 避難所を開設してから一定期間(目安:発災後3週間程度)経過後は、避難所利用者による自主運営に移行します。受付や清掃、炊き出し、物資の配布など役割分担をしましょう。
- お互いを思いやり、助け合いながら避難所を運営することが大切です。

生活ルールを守る

- 起床や就寝の時間、トイレの使い方、喫煙場所、ペット同伴の可否など避難所のルールを守りましょう。
- ほかの人の居住スペースに立ち入ったり、のぞいたり、大声をあげたりするのはマナー違反です。

健康や衛生管理に気を付ける

- エコノミークラス症候群を予防するために、適度な運動と水分補給をしましょう。
- かぜやインフルエンザを予防するため、手洗い・うがいをしましょう。喚起やマスク、十分な睡眠も有効です。
- トイレなどは、定期的に清掃し、衛生的な避難所環境を維持しましょう。

犯罪に気を付ける

- 避難所では窃盗や詐欺、性犯罪、押し売りなどの犯罪に注意し、怪しい人を見かけたら、運営担当者に連絡しましょう。



避難する際に必要となる**非常持出品**についても、
家族で話し合っておきましょう。