

自主防災組織等による

「独自訓練」

10月4日 日

8時45分
訓練開始

地震大国「日本」。毎年のように巨大地震が発生し、各地で甚大な被害が生じています。

安平町は、今から8年前に平成30年北海道胆振東部地震で被災しましたが、日々の生活を送る中で、どうしてもその記憶は徐々に薄れつつあります。

こうした中、再び安平町が巨大地震に襲われることを想定し、町民の皆様、各地区の自主防災組織の役員の方々、そして行政（町役場）が、それぞれどのように行動するべきかを確認することが大切です。

いざというときに適切な行動がとれるよう、積極的に「独自訓練」へ参加しましょう。

① 町民の皆様を対象にした訓練

町防災行政無線を活用した「緊急地震速報」に合わせて、地震の揺れから身を守り、シェイクアウト訓練+1（プラスワン）訓練を行いましょう。

防災行政無線の放送時間

▶ 8時45分…緊急地震速報ほか



放送に合わせてシェイクアウト（1分）



提供：効果的な防災訓練と防災啓発提唱会議

①その場所で姿勢を低くしましょう。

②机の下などに入り落下物から頭を守りましょう。

③揺れが止まるまで動かずじっと待ちましょう。

+1（プラスワン）訓練

以下の例を参考に、さまざまな場面を想定して+1（プラスワン）訓練を行いましょう。

- ▶火の元の確認
- ▶非常持ち出し品の確認
- ▶家族や近所の方への声掛け
- ▶避難経路、避難場所の確認

② 各地区の訓練

自主防災組織単位で行う訓練への積極的な参加をお願いします

地域ごとに設立された自主防災組織や自治会、町内会では毎年独自に防災対応の訓練が実施されています。今回の設定日に関わらず、自主的に実施される各種訓練への積極的なご参加をお願いします。

自主防災組織などによる訓練例【昨年度実績】

独自避難訓練	4 町内会実施	災害時安否確認訓練	1 町内会実施
避難所開設訓練	1 町内会実施	地域危険箇所確認	1 町内会実施
自主防災組織内連絡網の確認	1 自治会実施	防災キャンプなど	1 自治会実施
地域内防災対応マップの作成	1 町内会実施		

