

# 防

# 災

# 訓

# 練

# の流れ

## 1. シェイクアウト訓練 (午前9時00分～9時02分 場所：自宅・地域等)

午前9時の防災行政無線を合図に身を守る行動をとります。

『命を守る3動作』

- ①【姿勢を低くする】
- ②【頭・体を守る】
- ③【そのまま1分間じっとする】



まず低く

**DROP!**



頭を守り

**COVER!**



動かない

**HOLD ON!**

この3つの安全行動を『シェイクアウト』と言います。

## 2. 避難所開設等訓練 (午前9時10分～11時30分 場所：上厚真小学校)

実災害で自宅が無事、影響がなければ避難所に避難する必要はありませんが、地震により自宅が損壊、または津波による流失したものと仮定して訓練に参加しましょう。

- ① 避難所（上厚真小学校）に到着したら『受付』をお願いします。
- ② ペットを連れて避難された方は、ペット救護所に預けてください。  
※ ペットのケージ、食事・飲み水などは個人で携行してください。  
(無い場合はお預かりできません。また会場屋内へ連れて入ることはできません。)
- ③ 感染症対策、マスクの着用にご協力をお願いします。

## 3. 個別の訓練 (午前9時10分～午後1時00分 場所：上厚真小学校)

会場では、防災関係機関および災害協定締結の関係企業の協力もと、町職員と連携して、地域の自助・共助の防災力強化や災害時に役立つ訓練、装備品等の展示・デモンストレーションなど体験できる内容になっています。ぜひ、体験してみてください。

〈個別訓練の内容〉

- ・ダンボールベッドの作成
- ・簡易トイレの設営
- ・プライベートテントの設営
- ・平成30年北海道胆振東部地震の復旧・復興のあゆみ展示
- ・初期消火訓練
- ・救命救護訓練
- ・炊き出し訓練
- ・防災講話
- ・自衛隊・消防の装備品等の展示
- ・災害時のドローン展示など
- ・電気自動車からの電気の供給展示など
- ・災害対策用資機材の展示など

## 4. 訓練終了 (午後1時00分予定)

- ・炊き出しの昼食を試食後、参加者による後片付けを行います。
- ・訓練参加のアンケートへの回答をお願いいたします。

ご不明な点などは、厚真町役場総務課防災グループ(0145-27-2481)までお問合せください。