

SHAKE OUT

シェイクアウト い、こま

地震を吹き飛ばせ!!
という意味の米国生まれの
訓練

シェイクアウト訓練

安全行動3つの動作!!



まず低く

1 姿勢を低くする

・地震の揺れに伴う転倒を防止し、その場から動か
されないようにするため姿勢を低くする



頭を守り

2 体や頭を守る

・頭を保護し、丈夫な机の下などで安全の確保をす
る。机など隠れる場所がない場合はカバンや本など
身近なもので頭を守る



動かない

3 揺れが収まるまで動かない

・揺れている間に動くことは危険!
揺れが収まるまで1分程度その場にとどまる

日 時 7月9日(水)

10:30から1分間

訓練場所 その時いる場所(職場・学校
など)

★身の回りの防災対策を確認したり、防
災について考えるきっかけを作るための
訓練です。

お願い

シェイクアウト訓練では参加者の人
数を把握するため参加団体の登録を
行っています。ご協力をお願いします。
(裏面のFAX登録用紙をご利用くだ
さい)

お問い合わせ 生駒市役所 危機管理課

〒630-0288 生駒市東新町8-38

TEL 0743-74-1111 内線 256

SHAKE OUT (シェイクアウト) いこま 訓練参加登録用紙

参加人数把握のため平成 26 年 7 月 8 日（火）までに事前登録をお願いします

参加団体名													
参加形態	* 該当する項目を○で囲んでください <table border="0"> <tr> <td>1 自治会</td> <td>2 自主防災会</td> </tr> <tr> <td>3 仲間・任意のグループ</td> <td></td> </tr> <tr> <td>4 小中学校</td> <td>5 高校・大学</td> </tr> <tr> <td>6 保育園・幼稚園</td> <td></td> </tr> <tr> <td>7 医療・福祉関係機関</td> <td>8 職場</td> </tr> <tr> <td>9 その他 ()</td> <td></td> </tr> </table>	1 自治会	2 自主防災会	3 仲間・任意のグループ		4 小中学校	5 高校・大学	6 保育園・幼稚園		7 医療・福祉関係機関	8 職場	9 その他 ()	
1 自治会	2 自主防災会												
3 仲間・任意のグループ													
4 小中学校	5 高校・大学												
6 保育園・幼稚園													
7 医療・福祉関係機関	8 職場												
9 その他 ()													
参加予定人数	人												
連動した訓練の実施予定 シェイクアウト訓練＋プラスワン訓練 ついでに他の訓練もやってみよう！ (可能であれば企画してください)	* 他の訓練も連動して行う予定があれば該当の項目を○で囲んでください(複数回答可) <table border="0"> <tr> <td>1 避難訓練・避難誘導訓練</td> </tr> <tr> <td>2 初期消火訓練</td> </tr> <tr> <td>3 応急救護訓練 (AED含む)</td> </tr> <tr> <td>4 搬送訓練</td> </tr> <tr> <td>5 情報伝達・安否確認訓練</td> </tr> <tr> <td>6 避難所開設訓練</td> </tr> <tr> <td>7 その他訓練 ()</td> </tr> </table>	1 避難訓練・避難誘導訓練	2 初期消火訓練	3 応急救護訓練 (AED含む)	4 搬送訓練	5 情報伝達・安否確認訓練	6 避難所開設訓練	7 その他訓練 ()					
1 避難訓練・避難誘導訓練													
2 初期消火訓練													
3 応急救護訓練 (AED含む)													
4 搬送訓練													
5 情報伝達・安否確認訓練													
6 避難所開設訓練													
7 その他訓練 ()													
団体名と連動した訓練実施の公表	生駒市・奈良県ホームページに「参加団体名」「連動した訓練」を掲載してよろしいでしょうか。該当の項目を○で囲んでください <table border="0"> <tr> <td>1 可</td> <td>2 不可</td> </tr> </table>	1 可	2 不可										
1 可	2 不可												

この機会に身の回りの防災対策を確認してみよう！

- 落下物・家具の転倒防止はできていますか？
○非常持ち出し品・備蓄は準備していますか？
○家族などとの連絡手段の確認はしていますか？

お問い合わせ

生駒市役所 危機管理課

〒630-0288 生駒市東新町8-38

TEL0743-74-1111 内線 256

FAX 送信は

コチラから