

世田谷区いっせい防災訓練（シェイクアウト訓練） で身を守る行動を覚えましょう！

地震発生時の怪我の約40%が家などの屋内で起きています。地震発生時にあなたの安全を守るために3つの安全行動を身につけましょう！

訓練日時 **令和5年3月10日（金）午前9時30分**

世田谷区では、平成23年3月11日に発生した東日本大震災を忘れないようにするために毎年3月11日頃に訓練を実施しています。

訓練開始を防災行政無線、エフエム世田谷の放送や災害・防犯情報メール、ツイッター等でお知らせします。

訓練想定 **上記時刻に世田谷区内で震度6強を観測する地震が発生**

訓練場所 **各家庭、学校、職場等その時あなたがいる場所**

訓練内容 **1分間3つの身を守る行動をとってください**



シェイクアウト訓練のあとは...

地震に備え、各家庭、学校、職場などで身の回りの安全、備蓄品、避難所・避難場所の確認をするなど地震に備えた取組みをできる範囲で実践しましょう！日頃からの備えが地震発生時にあなたを守ります！

訓練参加登録（任意）

参加人数を把握するため、参加希望の方は、訓練専用ホームページ（日本シェイクアウト提唱会議ホームページ）又は参加登録申込書をFAXで提出して登録をお願いします。また登録いただいた方に訓練終了後にアンケートへのご協力をお願いしています。

2次元コードから該当ページを表示します。

（注：今年度の訓練専用ホームページ開設は2月15日予定）

参加登録をしなくても、その場で身を守る行動をとるなど自主的な訓練参加にご協力をお願いします。



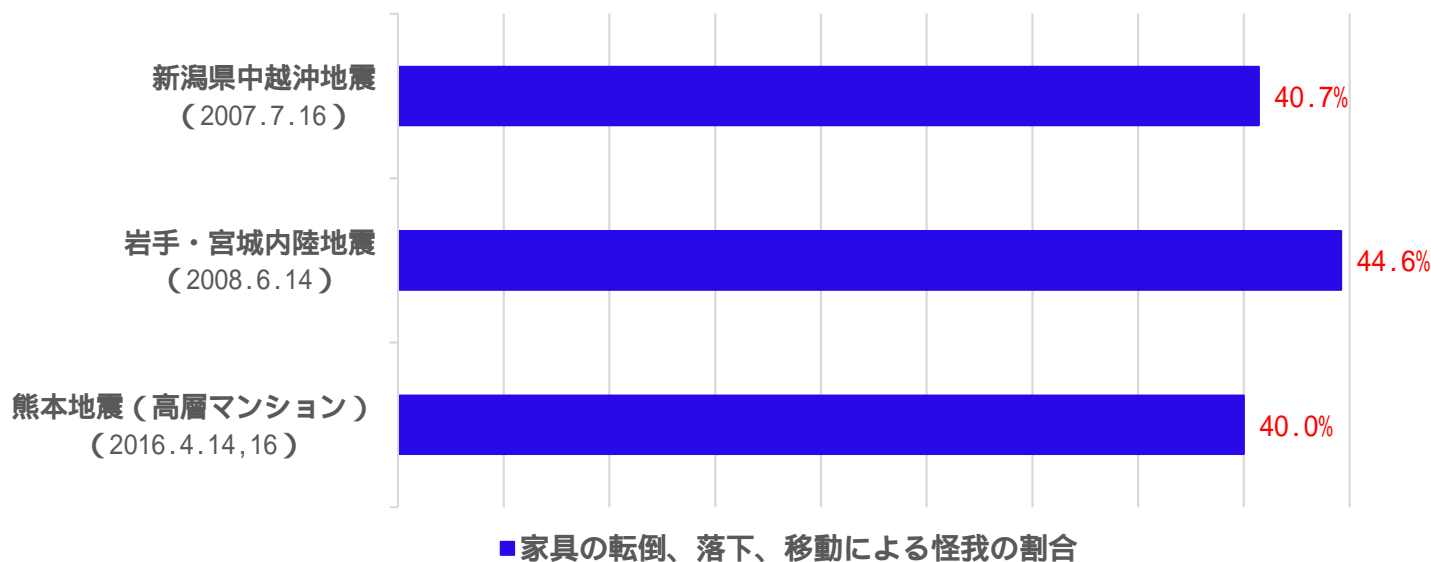
訓練参加登録期間 **令和5年2月15日（水）～3月10日（金）午後5時まで**

登録証は発行いたしません。

身の回りの安全対策が地震発生時にあなたを守ります。

地震が起きた時家の中は安全だと思っていませんか？実は家の中にも危険が隠れています。

近年発生した大規模な地震の例をみると、地震による怪我の原因の約40%が家具の転倒・落下・移動で起きています



出典：東京消防庁HPより一部抜粋

まずは、日常からの備えが大切です。身の回りの安全確認を行い、家具転倒防止対策などを行いましょ。

そのうえで、地震が発生した際には、以下の3つの身を守る行動をとりましょ。

3つの身を守る行動をとりましょ！



日頃から地震発生時の動きを訓練しておくことで地震発生時に慌てずに身を守ることができます。