記者配布（発表）資料

令和８年１０月２３日

<table>
<tr><td>タ イ ト ル</td><td>緊急地震速報訓練に合わせたシェイクアウト訓練の実施について</td></tr>
<tr><td>目　　的</td><td>・大地震発生時の安全確保行動の確立
・職員の危機管理意識の高揚</td></tr>
<tr><td>日　　時</td><td>令和8年11月5日（木）午前10時頃</td></tr>
<tr><td>場　　所</td><td>柳井市役所（各出張所、連絡所を含む。）</td></tr>
<tr><td>主　　催</td><td>柳井市</td></tr>
<tr><td>内　　容</td><td>・対　　象　庁内勤務者、来庁者
・想　　定　Ｊアラートで緊急地震速報（震度5弱）を受信
・訓練内容（令和8年11月5日）
<table>
<tr><th>時刻</th><th colspan="2">内容</th><th>詳細</th></tr>
<tr><td>9:00</td><td rowspan="2">事前周知</td><td>庁内放送</td><td>来庁者へ周知</td></tr>
<tr><td>9:50</td><td>庁内放送</td><td>来庁者へ周知</td></tr>
<tr><td rowspan="3">10:00</td><td rowspan="4">訓練</td><td>Ｊアラート受信</td><td>緊急地震速報</td></tr>
<tr><td>庁内放送</td><td>訓練アナウンス</td></tr>
<tr><td>シェイクアウト訓練</td><td>安全確保行動約1分間</td></tr>
<tr><td>10:01</td><td>庁内放送</td><td>訓練終了アナウンス</td></tr>
</table></td></tr>
<tr><td>備　　考</td><td>市民に対しては、市ホームページ、広報やないの他、市内の保育所、幼稚園、小・中学校、高校、柳井商工会議所及び大畠商工会を通じて、訓練実施を呼びかけています。</td></tr>
<tr><td>問い合わせ</td><td>柳井市総務部危機管理課　（担当：弘津）
Tel　0820－22－2111　（内線491）</td></tr>
</table>

巨大地震などに備えて

シェイクアウト訓練

シェイクアウト訓練とは

シェイクアウトとは、「姿勢を低く」「頭を守って」「動かない」という3つの動きを身につけ、地震の揺れから自分の命を守るための行動のこと。シェイクアウト（ShakeOut）という言葉は、「（地震の）揺れに備えろ！」という意味で、地震が起きた時のかけ声をイメージしてアメリカの地震研究チームが考えた造語です。

シェイクアウト訓練は、地震が起こった時に市民の皆様が家庭、学校、職場、お店など、その場に応じて自分の身の安全を確保することができるよう実施しています。

地震に備えて！「3つの安全行動」トレーニング

地震発生時

「3つの安全行動」を1分間とってください

1 姿勢を低く



2 頭を守って



3 動かない



なぜ？

姿勢を低く
頭を守って
動かない

地震の揺れそのものでケガをすることは、めったにありません。
地震による死傷者の多くは、家屋の倒壊、ガラスの破片や落下物が原因です。
安全な場所に避難しようと長距離を移動することでケガをする例が最も多く、
まずは避難の際、移動距離を最小限にとどめることが重要です。

お知らせ

シェイクアウト訓練に御参加ください！

日時：令和8年11月5日（木）10:00

柳井市ホームページ
シェイクアウト訓練

柳　井　市

緊急地震速報が流れたら…　揺れを感じたら…

地震は突然やってくる！

地震から身を守る3つの動き

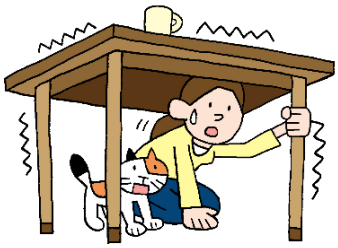
安全確保行動

姿勢を低く　頭を守って　動かない



机やテーブルの下に身を隠す。





身を隠す場所がないときは、姿勢を低く、バッグなどで頭を守る。



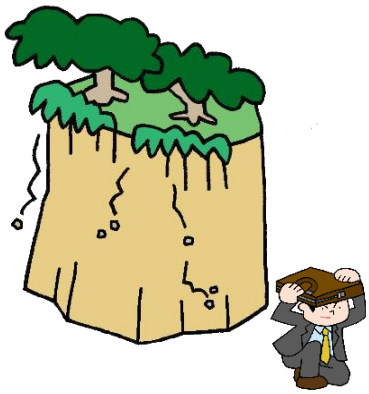






屋外では、落下物や窓ガラスの破片、落石や土砂崩れにも注意する。





自分が助かれば、周りの人を助けることができます。
まずは自分の命を守ることを優先してください。