

どこでも、誰にでも!手軽にできる“地震の”防災訓練!

熊本シェイクアウト訓練

みんなで参加しよう!

シェイクアウト訓練とは、
職場や家庭など、その場
でできる“1分間”の訓練
です!

11月5日(水)10:15~10:30
の間に、RKKラジオと熊本県防
災情報メールサービスを使って
訓練の開始をお知らせします。

実施日時

平成26年

11/5(水)

10:15~10:30



訓練参加者特典

抽選で
100名様に

くまモングッズをプレゼント!

※訓練後のアンケート回答者が対象です。

シェイクアウト訓練は
3つの安全行動を
“その場”で行うだけ!



まず低く



頭を守り



動かない

1分程度



ちゃんと訓練
しておかないと
できないモン!

Kumamoto
ShakeOut



©2010熊本県くまモン

自分の身を守る安全行動とは!

頭を守ることを基本行動とし、屋外な
どでは落下物、塀の倒壊、がけ崩れ
などの危険な場所から安全な場所に
避難するものです。

詳しくは 熊本シェイクアウト

検索



地震発生! その時あなたは?

屋外にいる場合

- ブロック塀や門柱、電柱など倒壊の危険があるものから離れる。
- 落下物等から手荷物や両手で頭を守る。



人が多い施設等にいる場合

- ①姿勢を低くして、落下物等から手荷物や両手で頭を守る。
- ②慌てて出口に向かわず、落ち着いて係員の指示にしたがう。



電車内・バス内の場合

- つり革や手すりにしっかりつかまる。
- 勝手に車両の外に出ずに、係員の指示にしたがう。



車の運転中

- 急ブレーキはかけずに、徐々にスピードを落とし、道路の左側に停止する。
- 車を離れる時は、カギを付けたままにして、ドアロックはしない。



※今回の訓練では行わないで下さい。

インターネットでも申込みを受け付けています **熊本シェイクアウト**

検索



熊本シェイクアウト訓練申込み用紙

下記をご記入のうえ、平成26年11月4日までに**FAX096-383-1503**までお送り下さい。

参加形態(必須)	<input type="checkbox"/> 企業・団体 <input type="checkbox"/> 学校・幼稚園・保育園 <input type="checkbox"/> 地域・自主防災組織 <input type="checkbox"/> 個人
学校・企業・行政機関 団体等の名称(必須)	※個人の場合は、記入不要
お住まいの地域	<input type="checkbox"/> 熊本市 <input type="checkbox"/> 宇城地域 <input type="checkbox"/> 玉名地域 <input type="checkbox"/> 鹿本地域 <input type="checkbox"/> 菊池地域 <input type="checkbox"/> 阿蘇地域 <input type="checkbox"/> 上益城地域 <input type="checkbox"/> 八代地域 <input type="checkbox"/> 芦北地域 <input type="checkbox"/> 球磨地域 <input type="checkbox"/> 天草地域
参加人数(必須)	(予定) 人
県ホームページなどに 参加者として掲載して よろしいですか?(必須)	<input type="checkbox"/> 掲載してもよい <input type="checkbox"/> 掲載は遠慮したい(掲載しない)
担当者のお名前	
連絡先(電話・FAX)	(電話) ----- (FAX)
プラスワン訓練を実施 する場合は、ご記入く ださい。(複数選択可) ※シェイクアウト訓練に加え、地域・ 職場・学校などで、独自に何か地震 に対する備えや訓練をしてみま しょう。	<input type="checkbox"/> 非常用品の準備 <input type="checkbox"/> 家具の転倒や落下防止 <input type="checkbox"/> 寝室や通路に倒れそうな家具を置かない <input type="checkbox"/> ハザードマップ等による危険個所の点検、避難所の確認 <input type="checkbox"/> 住宅等の耐震診断 <input type="checkbox"/> 地域・職場での防災訓練の実施 <input type="checkbox"/> 地域の防災活動への参加