

焼津市内地震から身を守る訓練 (シェイクアウト訓練)

～突然の地震からまずは身を守ろう～



1 訓練日時

基準日：**令和8年9月30日（水）10:00**

8月1日（土）～9月30日（水）の間で実施日の変更可能

※基準日に訓練できない場合は、上記期間内に実施すれば訓練実施とみなします

2 シェイクアウト訓練とは？

地震の際の安全確保行動の3ステップ
「**まず低く、頭を守り、動かない**」を
身につけるための訓練です。

この機会に、非常持ち出し品等の確認
や、けがを防止するための安全対策も
行いましょう。



まずひくく

DROP!



あたまをまもり

COVER!



うごかない

HOLD ON!



テーブルや机がない時は、
頭を抱えて
だんごむしのポーズ

3 訓練の流れ

令和8年9月30日（水）午前10時・市内一斉に合図

同報無線・やいづ防災メール等で市内一斉に合図します。

訓練1・必須訓練

身を守る3つの安全確保行動・1分間実施

それぞれのご家庭、学校、職場など、みんなで安全確保行動をお願いします。

訓練2・任意訓練

避難・安否確認・情報収集訓練など実施

訓練事前参加登録受付期間：8月1日（土）～9月29日（火）

市では訓練に参加していただける方を募集しています。詳しくは裏面をご覧ください。

シェイクアウト訓練の参加事前登録について

シェイクアウト訓練では、皆様の防災に対する更なる意識の向上を図ること、参加人数の把握を目的に、参加を希望する方に**事前の登録**をお願いしております。【登録期間：8/1（土）～9/29（火）】

○ インターネットからのお申込み

「焼津市 シェイクアウト訓練」で検索

『焼津市シェイクアウト訓練2026について』のページ下部にあるリンクまたはQRコードからご登録ください。

○ FAX・メール・郵送・窓口でのお申し込み

○下表に必要事項を記入し、「FAX・メール・郵送もしくは窓口」へお持ちください。

参加予定形態	☐ 学校関係者（保育園・幼稚園含む） ☐ 個人・家族 ※人数のみ ☐ 自主防災会・町内会 ☐ 企業 ☐ 個人商店（自営業） ☐ その他 「 」
参加方法	☐ 基準日（9/30）にシェイクアウト訓練を実施 ☐ 基準日（9/30）以外の日程でシェイクアウト訓練を実施
参加予定人数	人

○以下は「学校、企業、自主防災会」等団体、組織で参加される方のみ記入してください。

団体・企業・組織・ 商店街などの名称	
ホームページやその他の資料 に、参加者として団体名を 掲載してよろしいですか？	☐ はい （掲載に同意します） ☐ いいえ （掲載に同意しません）

○以下は「任意訓練」を実施する場合に記入してください。

任意訓練内容	☐ 避難 ☐ 安否確認 ☐ 情報収集・伝達 ☐ 救助・救出 ☐ 応急手当 ☐ 水・食料・備蓄品確認 ☐ その他「
--------	---

＜お問い合わせ＞

焼津市役所 地域防災課

焼津市石津一丁目6番1 焼津市消防防災センター2階

電話 054-623-2554 FAX 054-625-0132

✉ tiikibousai@city.yaizu.lg.jp