

南区一斉シェイクアウト訓練

発生の切迫性が高まる南海トラフ地震に備え、南区役所では今年度も「南区一斉シェイクアウト訓練」を行います。

地震から自分の身を守るための適切な行動を身につけ、地震発生時に適切に行動できるようになりましょう！

また、被害を最小限に抑えるために、「緊急地震速報の入手方法」や「家具等の転倒・落下防止対策」などの災害対策の確認・見直しを行いましょう！



シェイクアウト訓練の実施日時・場所

実施日時：令和7年3月11日（火） 午後2時

実施場所：上記時間にあなたがいるその場所で
（上記時間での実施が難しければ、任意の時間で構いません）

※南区役所では午後2時に行います。

シェイクアウト訓練とは

緊急地震速報が鳴ったときや地震が発生したときに、以下の図のように
①まず低く ②頭を守り ③動かない の身を守る行動をとる訓練です。



地震により激しい揺れに襲われるまで、あるいは何かが落下してくるまで、数秒の猶予しかありません。今回の訓練に限らず、いざというときに
とっさに身を守る行動が取れるよう、日頃から訓練しておきましょう！

南区公式ウェブサイトから、訓練用の緊急地震速報の音源データをダウンロードすることができます。ぜひご活用ください。

【南区一斉シェイクアウト訓練のページへのアクセス】

URL (<https://www.city.nagoya.jp/minami/page/0000181457.html>)

もしくは右の二次元コードから



緊急地震速報の主な入手方法



携帯電話※



テレビ・ラジオ



防災行政無線
(同報無線)

※携帯電話による緊急地震速報の配信について、対応機種及び受信設定などの詳細は各社のウェブページでご確認ください。

NTT ドコモ



au



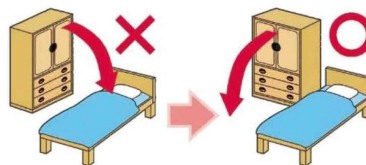
ソフトバンク



家具等の転倒・落下防止対策 ～ご自宅の場合～

寝室では…

就寝位置や出入口を塞ぐ位置に倒れるような配置にしない。



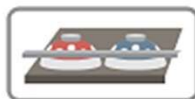
リビングでは…

安全な空間を確保

すべての部屋で家具類の配置を工夫するとともに、転倒・移動防止を図りましょう。



冷蔵庫などは転倒防止器具で固定しましょう。



食器の滑り止めをつけましょう。



戸棚の扉にはロック機能のついたものをつけましょう。

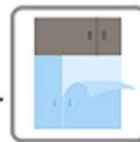


吊り下げ式の照明はチェーンなどで止めましょう。

家電製品、ピアノの固定には工夫が必要

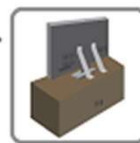
メーカーで専用の固定具を用意している場合もあるので、相談してみましょう。

し字金具で壁に固定しましょう。重い物ほど下に入れましょう。



ガラスには飛散防止フィルムをはりましょう。

懐中電灯などは手の届く所に置きましょう。



テレビはベルト、粘着マットなどで固定しましょう。

ストッパーと組み合わせると効果的です。