

# The Great Japan ShakeOut 2021

## シェイクアウト訓練

### アメリカで始まった新たな防災訓練 ShakeOut

Shakeout(シェイクアウト訓練)は、日本でスタートした訓練ではなく、2008年の10月にアメリカ、南カリフォルニア州で始まった地震の一斉防災訓練です。

### ShakeOut 訓練の特徴

- ・訓練時間は約1分で手短にできる
- ・場所に指定がなく、どこにいても「その場」が訓練場所になる

### ShakeOut の基本行動

Shakeout の基本行動は、

- 1) 指定された日時に、
- 2) 地震から身を守る安全行動 1-2-3 Drop Cover Hold on (図参照)を
- 3) 各人がいる場所(職場、学校、外出先等)で1分程度いっせいに行う。

#### 【安全行動の1-2-3】



**DROP!**



**COVER!**



**HOLD ON!**

地震による人的被害の多くは、揺れによる家具等の倒壊、落下物等による負傷です。身を守るためには、周囲をよく見る、落下物から離れる、低くなる、頭を守るが効果的な行動です。

## 訓練の流れ

---

### 訓練日時

令和3年9月1日(水) 13時30分

### 訓練の流れ

- ①13時30分にシェイクアウト訓練の放送が流れます。  
※放送が流れない場所等にいる場合は、別紙「地震防災訓練アプリ」をご利用ください。
- ②地震から身を守る安全行動  
1-2-3 Drop Cover Hold on

### 【安全行動の1-2-3】



**DROP!**



**COVER!**



**HOLD ON!**

- ③各自がいる場所(職場、学校、外出先等)で1分程度いっせいに行ってください。

以上で終了