

9 / 6 (金) の行事



報道発表資料の配信日時 8月30日(金) 14時00分

発表項目 (行事名)	「北海道シェイクアウト」の実施について		
記者レクチャー のお知らせ	(実施日時)	発表者	
		発表場所	
概要	<p>道では例年、「災害時には自らの身の安全は自ら守る」という防災の基本を理解し防災意識の向上につなげることを目的に、一般参加型の防災訓練「北海道シェイクアウト」を実施しております。</p> <p>シェイクアウトは、参加者が大地震の揺れから身を守ることを目的とした訓練で特別な準備の必要もなく、職場でも家庭でも手軽に参加できる防災訓練ですので、皆様の積極的な参加をお願いいたします。</p> <p>○訓練内容</p> <p>1 訓練日時 令和6年(2024年)9月6日(金)10時00分(予定) (訓練時間:1分程度)</p> <p>2 参加対象者 北海道在住の個人、団体(自治体、企業、学校、幼稚園等) ※全道の参加者を集計するため、訓練に参加される場合は、次のURLから登録をお願いします。 <a href="https://www.shakeout.jp/event/hokkaido/">https://www.shakeout.jp/event/hokkaido/</a> (北海道シェイクアウト特設ページ)</p> <p>3 参加ルール 参加者は、それぞれの職場などで概ね1分程度</p> <p>①ドロップ(まず低く) ②カバー(頭を守り) ③ホールドオン(動かない) の行動(安全行動の①-②-③)をとります。</p>		
参考			
報道(取材)に 当たって のお願い	日高振興局の訓練状況は地域創生部地域政策課執務室で写真撮影が可能です。		
他のクラブ との関係	同時配信 同時レク	(場所)	
担当 (連絡先)	北海道日高振興局 地域創生部主幹(危機対策) 土井 俊明 電話 0146-26-9072(直通)		

# 北海道シェイクアウト訓練

を実施しませんか？



まず低く

**DROP!**



頭を守り

**COVER!**



動かない

**HOLD ON!**

**シェイクアウト**とは、2008年に米国カリフォルニア州で始まった、地震を想定して参加者が一斉に行動するという新しい形の訓練です。

道では、2012年から実施しており、昨年度は、約10万人の多くの方々に参加いただきました。この機会に「災害時には自らの身の安全は自ら守る」という防災の基本をご理解いただき、「まさか」の災害時に備えましょう。

**日時** 令和6年**9月6日（金）** 午前**10時00分**

**場所** 勤務先や教育施設など任意の場所にて実施

**訓練内容**

開始合図にもとづき、地震の揺れから身を守る安全行動「**まず低く**」「**頭を守り**」「**動かない**」をいっせいに実施（1～2分程度）

**+1 訓練**

訓練後は、プラスワン訓練として、**避難訓練、消火訓練、ハザードマップの確認**なども行いましょう

**参加方法**

北海道のウェブサイトをご確認ください

北海道シェイクアウト 危機対策課



QRコード  
はこちら▶



The Great  
Hokkaido  
**Shake  
Out**<sup>TM</sup>

