９／１（月）・１０／５（日）の行事

報道発表資料の配付日時　８月 22 日（金）14 時 00 分

発表項目（行事名）	**日高振興局「防災の日」関連の取組について**		
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	日高振興局では、９月１日の「防災の日」の取組として一般参加型の防災訓練「北海道シェイクアウト」と職員研修「避難所運営ゲーム北海道（愛称：Ｄｏはぐ）」を実施します。また、10 月５日には、日高管内７町と各関係防災機関参加のもと「日高管内一斉防災訓練」を実施します。 記 **【北海道シェイクアウト】** １　日時 令和７年（2025 年）９月１日（月）10 時 00 分（１～２分程度） ２　場所 各課執務室（日高合同庁舎内） ３　参加対象者 北海道在住の個人、団体（自治体、企業等） ※別紙 QR コードより簡単に参加申し込みができます。 ４　詳細 別紙「北海道シェイクアウト訓練を実施してみませんか？」をご参照ください。 **【職員研修「避難所運営ゲーム北海道（愛称：Ｄｏはぐ）」】** １　実施日時 令和７年（2025 年）９月１日（月）13 時 30 分（２時間程度） ２　場所 日高合同庁舎　４階　講堂 ３　参加対象者 日高振興局職員 ４　詳細 別紙「避難所運営ゲーム北海道版～Do はぐ～」をご参照ください。 **【日高管内一斉防災訓練】** １　実施日 令和７年（2025 年）10 月５日（日） ２　参加機関 日高管内７町及び警察、消防等の防災関係機関 ３　訓練想定 浦河沖を震源とするマグニチュード７を超える巨大地震に伴い、太平洋沿岸に大津波が発生 ※詳細については、後日、お知らせいたします。		
参考	・北海道シェイクアウトについては、総務部危機対策課から道政記者クラブへ７月 16 日にプレスリリース済み。 ・避難所運営ゲーム北海道（愛称：Ｄｏはぐ）は、能登半島地震を踏まえ、ジェンダーや要配慮者の視点、避難所の質の向上、広域避難等を取り入れて、令和７年度より新しい内容になりました。		
報道（取材）に当たってのお願い	・北海道シェイクアウトの取材は、地域創生部地域政策課執務室でお願いします。 ご希望の方は、事前に担当までご連絡ください。		
他のクラブとの関係	同時配付 同時レク		
担当（連絡先）	北海道日高振興局　地域創生部危機対策室主幹　須川　一規 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？

DROP!　COVER!　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7年9月1日（月）　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▶**

避難所運営ゲーム北海道版　～Doはぐ～

日本は世界有数の地震国です。大きな地震が発生した場合、家屋の倒壊や津波、火災、がけ崩れなどにより被災した多くの人が避難所での生活を強いられることになります。

もし、あなたが避難所で過ごすことになったら、そして避難所を運営する立場になったとしたら・・・

避難所運営ゲーム北海道版～Do はぐ～は、北海道に暮らす人々が避難所運営を自分事としてとらえ、自らの備えや地域の防災対策の課題をみつけやすくすることを目的に、道が作成した防災ゲームです。

「Doはぐ」ってどんなゲーム？

真冬に直下型地震が発生、避難所では電気やガス等が使えないという想定に沿って、250枚のカードで示された様々な条件を、グループで話し合い解決していく防災ゲームです。

様々な事情を抱える避難者のカード

避難所で起こり得る出来事のカード

グループで話し合い対応を決定

2007 年に静岡県が開発した避難所運営ゲーム（HUG）では、避難所運営を複数の人が話し合いながら考えることで、防災の課題に気づき、事前の備えの重要性を学ぶことができます。

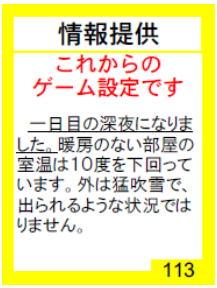
HUGは近年全国各地の防災研修で活用されています。しかし、北海道で地域の防災の課題を考えるには北海道の冬の寒さや積雪などの環境を想定したゲームを行うことで、北海道での避難所運営を模擬体験することが大切と考え、積雪寒冷等の観点を加えて作成した北海道版が『Doはぐ』です。

Doはぐの作成は、防災関連機関や避難所運営に関する有識者などからなる「避難所運営ゲーム北海道版検討会」で検討し、平成 28 年 3 月に完成しました。

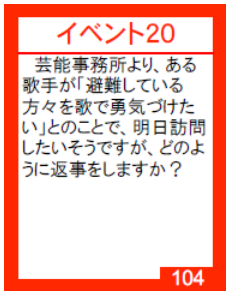
【 Ｄｏはぐ の特徴】

ユニバーサルカラーを採用

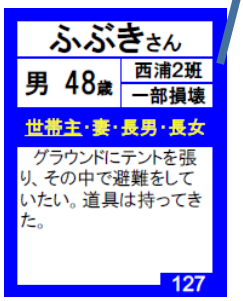
情報提供カード



イベントカード



避難者カード



昼や夜など時間経過を示す情報提供カードを導入、イベントカードには冬季停電下で起こりうる様々なイベントを考案、避難者には高齢者など「災害弱者」の観点を多く含んでいます。

避難者カード・イベントカードの例

- 真冬だが、車の中で避難していたいと希望する避難者への対応
- 低体温症により震えが止まらず意識レベルも低下した避難者への対応
- 災害ボランティアへの依頼事項考案
- 「子どもの泣き声で眠れない」など避難者からの要望への対応
- 授乳ｽﾍﾟｰｽの確保など女性への配慮
- 帰宅困難者・在宅避難者への対応

【解説書の作成】

車内避難者等に対するエコノミークラス症候群や真冬の避難所生活における低体温症防止策、主要なカードの回答の例示や避難行動などを記述した解説書を作成し、より学習効果を高めるようにしました。

【 Ｄｏはぐ が扱う避難所運営ステージ】

Ｄｏはぐは、避難所運営の４つのステージ（初動期・展開期・再構成期・撤収期）のうち、初動期と展開期の一部を扱っています。

つまり、避難所を開設し、避難スペースを確保して避難者を受入れ、多様化するニーズや個別事情に配慮しつつ避難所生活を確立していく時期の避難所運営を、ゲームを通じて模擬体験することができます。

【Ｄｏはぐの流れ】

Ｄｏはぐは基本的に以下のような流れで行われます。

講師による ゲームの説明	アイスブレイキングと 避難所開設会議	ゲーム本番	要解説カードの説明と ふり返り（意見交換）
講師からDoはぐの概要と、ゲームを進める上での留意点を説明します。	参加者は、簡単に自己紹介を行います。その後、講師よりゲーム設定条件の説明を受け、避難所の開設会議を行います。	読み上げ係がカードを次々と読み上げ、図面に避難者カードを配置したり、グループ内の対応を決めます。	講師から要解説カードの説明を行います。そして参加者はゲーム中の対応をふり返り、意見交換等を行います。
約15分	約25分	約１時間半～3時間	約30分～1時間

【Ｄｏはぐの教育効果】

Ｄｏはぐを実施することにより、冬期の大規模災害に対する自助・共助の意識が高まるとともに、地域の災害対応能力が高まることが期待されます。

地域の避難所運営を疑似体験

真冬の避難生活の過酷さを認識

→

・避難所生活を見据えた自らの備えの見直し
・地域や避難所の備蓄内容の見直し
・避難所運営マニュアルや役割分担の見直し等

【Ｄｏはぐの普及】

道では全道各地で実施していただけるよう普及推進に努めています。

・各（総合）振興局及び、各市町村職員等が講師となり地域で実施できるよう講師養成研修会を開催
・Ｄｏはぐを道内全ての市町村に１セット配付。４月 18 日から道危機対策課や各振興局より貸出を行っています。

▼Ｄｏはぐ貸出セット

本庁危機対策課　20セット

各（総合）振興局　各3セット

↓

自主防災組織や町内会等
希望する一般道民へ無料で貸出実施

Ｄｏはぐは今年４月中旬の貸出開始以来、自主防災組織や、避難所支援のあり方を考えるＮＰＯ等の団体の研修会、高校の総合学習、大学の講義など、様々な場面で活用されています。