

2025.03.11 am 11:00 START
薩摩川内市シェイクアウト
認定番号 240094 号



The Great
Japan

〔日本公式〕シェイクアウト

Shake
Out

薩摩川内市シェイクアウト訓練

（薩摩川内市一斉防災行動訓練）

地震はいつどこで発生するかわからず、平成9年の鹿児島県北西部地震では、本市でも震度6弱の揺れを観測し、住家の損壊やがけ崩れ、人的被害が発生しています。このような状況を踏まえ、全市民の方を対象としたシェイクアウト訓練を行います。この訓練は、どこでも誰でも気軽に参加できますので、ぜひご参加ください。

シェイクアウト訓練

訓練開始の合図に合わせて、その場で1分程度、次の安全確保行動を行います。

- ①「姿勢を低くして倒れないようにする」
- ②「テーブルの下などに入り、頭を守る（外ではかばんなどで頭を守る）」
- ③「揺れが止まるまで動かずじっとする」

訓練開始の合図



まず低く



頭を守り



動かない

- 1 実施日時 令和7年3月11日（火）午前11時ごろ
- 2 開始の合図 ラジオのFMさつませんだい（87.1 MHz）の番組放送中に訓練開始の合図が放送されます。

※ FM放送が受信できない場合は、FMさつませんだいのホームページから聴くことが聴くことができます。

※ 3月11日に実施できない場合は、令和7年3月4日（火）～18日（火）の代替実施期間中に実施してください。

（訓練音源は薩摩川内市HPからダウンロードできます）

- 3 参加事前登録 右記の参加登録フォームに入力して登録または参加予定登録票をFAX・メール・郵送などで市役所（防災安全課）に提出してください。

（防災安全課に直接お持ちいただく場合は平日の17時まで）

※ 個人やグループ、学校や事業所など、どなたでも参加できます。

- 4 登録期間 令和7年2月1日（土）～令和7年3月10日（月）



薩摩川内市HP

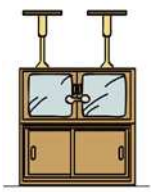


参加登録フォーム

主催：薩摩川内市／協力：効果的な防災訓練と防災啓発提唱会議・FMさつませんだい
お問い合わせ：市役所 市民安全部防災安全課【TEL23-5111（内線4922）】

【家庭・事業所等での防災のチェック事項】

この訓練の機会に、各家庭・事業所等で以下の事項をチェックしてみましょう。

チェック ☐	各家庭・事業所の、家具、棚、ロッカーなどの転倒防止はできていますか？ ホームセンターなどで突っ張り棒などの転倒防止グッズが販売されています。	
☐	非常食、飲料水は備蓄していますか？ 薩摩川内市では、3日分以上の食料と飲料水（一人1日3ℓ）と生活必需品の備蓄を推進しています。	
☐	非常用持ち出し袋は、準備できていますか？ 非常持ち出し袋は、避難時に持ち出すものをまとめた袋です。各家庭で準備しましょう。	
☐	地震が発生した時、各家庭で、連絡する体制（連絡網）等を決めていますか？ 事前に連絡する場所や集合する場所などを決めておきましょう。	
☐	「避難場所」をご存知ですか？ 避難場所とは、地震で発生した火災等の危険から、命を守る場所です。学校屋外運動場、公園などあらかじめ指定されています。	
☐	強い地震がくる前に、緊急地震速報が通知されることを知っていますか？ 強い地震がくる前には、テレビや携帯端末等に緊急地震速報が通知されます。その時は、直ちに、身を守る行動をとってください。 シェイクアウト！	
☐	災害が発生したら、被災地への電話が通じにくくなることを知っていますか？ 災害用伝言ダイヤル（171）で、互いに通話できなくても、「私は大丈夫です」などのメッセージを残したり、聞いたりできます。	