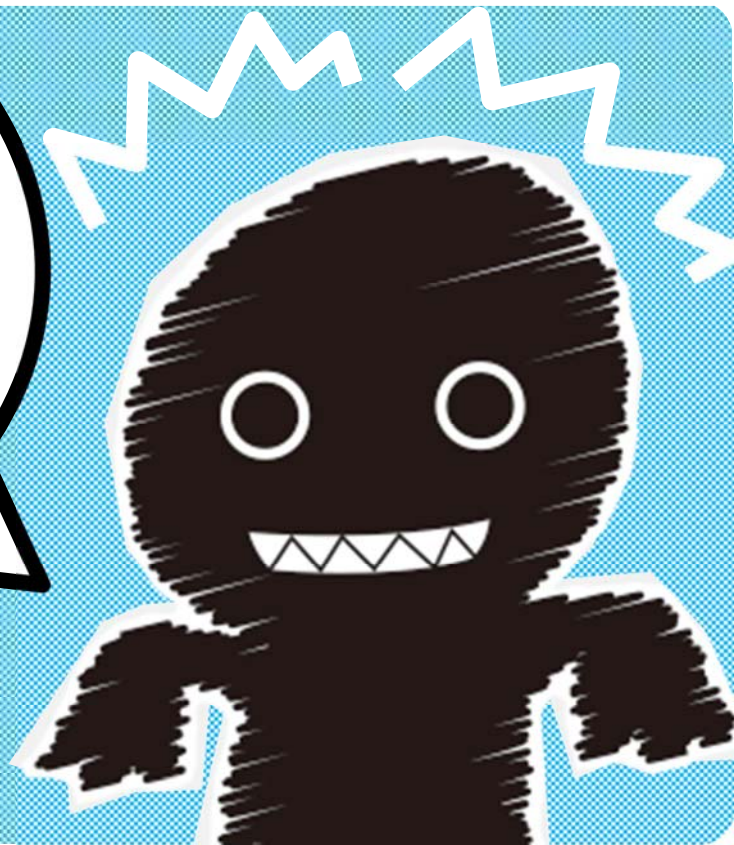


# The Great Aichi Shake Out!



# あいち シェイクアウト訓練

2016

平成 28 年 5 月中旬から受付開始予定

<http://aichi0901.pref.aichi.jp/>

9月1日正午から  
時報を合図に1分間  
地震の揺れから身を守ろう  
別の日時での実施も O.K!  
(11月5日の津波防災の日など)

しせいをひくく

1



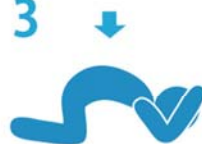
あたまをまもり

2



じっとする

3



あいちシェイクアウト訓練実行委員会

主催：愛知県

協力：愛知工業大学(地域防災研究センター)、あいぼう会、(株) エーアイシステムサービス、  
シェイクアウト提唱会議

詳しくは

あいちシェイクアウト

検索



## あいちシェイクアウト訓練とは

**シェイクアウト**とは、「しせいをひくく」「あたまをまもり」「じっとする」という3つの動きを身につけ、地震の揺れから自分の命を守るための行動のこと。シェイクアウト (ShakeOut) という言葉は、「(地震の)揺れに備えろ!」という意味で、地震が起きた時のかけ声をイメージしてアメリカの地震研究チームが考えた造語です。

**あいちシェイクアウト訓練**は、地震が起こった時に県民の皆様が家庭、学校、職場、お店など、その場に応じて自分の身の安全を確保することができるよう、2013年(平成25年度)から愛知県と愛知工業大学等が協力し「あいちシェイクアウト訓練実行委員会」を立ち上げ、実施しています。

## あなたの身の回りは安全ですか？

地震が起きた時、あなたの身のまわりにあるものが、危険物になるかもしれません。事前対策を万全にしておきましょう。



## シェイクアウト訓練のやりかた

シェイクアウト訓練は、個人はもちろん会社や学校、グループなど、誰でも気軽に行うことができます。

- STEP 1 日時を決める** 9/1以外の都合の良い日時でもOK!
- STEP 2 場所を決める**
- STEP 3 誰と実施するかを決める**
- STEP 4 参加登録** WEBまたはFAX

5月中旬 受付スタート!  
(予定)

URL: <http://aichi0901.pref.aichi.jp/>

詳しくは、ホームページへ!

QRコード:



訓練当日

STEP 5

## 9/1正午の時報などの合図でシェイクアウト!

(しせいをひくく、あたまをまもり、じっとしたまま1分間)

訓練は、周りの安全をよく確認してから実施しましょう



実施後

STEP 6

## 訓練をふりかえる

訓練を実施した結果をふりかえり、身近な防災対策について話し合しましょう。

「あなたのシェイクアウト訓練」を大募集!  
写真と感想をご投稿ください。詳しくはホームページへ

## 参加者の声 (あいちシェイクアウト2015投稿作品より)

学校や幼稚園、保育所で



クワイックくに感想を伝えよう!

訓練はもしもしんなどがきた時のための大切な事なので、しっかりやらないとだめだという事が分かりました。災害の時のために家でも食料やもしもの時の事なども話し合っておこうと思いました。

あいちシェイクアウト2015

職場で



クワイックくに感想を伝えよう!

シブアルを一連の動作で概大変意義のある訓練となりました。基本的な頭を守る事が如何に重要か改めて認識いたしました。

あいちシェイクアウト2015

福祉施設や医療機関で



クワイックくに感想を伝えよう!

今回の経験を活かし、基本的な動作が瞬時に出来るようにして「いざ」という時に備えます。

あいちシェイクアウト2015