

シェイクアウト訓練

※気象・地震活動の状況等によっては、訓練用の緊急地震速報の放送が急遽中止になる場合があります。

- ① 市内各所の防災行政無線から訓練用の緊急地震速報を放送します。
- ② 地震から身を守るための「**3つの安全確保行動**」を1分間行ってください。
- ③ 訓練用の音源は市ホームページからダウンロードできます。職場などで訓練する際にご活用ください。

シェイクアウト訓練は、**誰でも、どこでも、自主的**に取り組める訓練です。防災について考え、話し合い、実践するきっかけとして、ぜひ、自宅や学校、職場など、皆さんで実施してください。

日時

11月5日（木） 10：00～10：01

場所

自宅、学校、職場 など

地震から身を守るための「3つの安全確保行動」



DROP!



COVER!



HOLD ON!

提供：効果的な防災訓練と防災啓発提唱会議

津波避難
ビル募集中！

鹿児島市では、津波発生時の安全確保のため、津波避難ビルとして活用できる建物等の普及に取り組んでいます。津波避難ビルの指定を希望する施設管理者の方は、裏面をご確認ください。



お問い合わせ

鹿児島市危機管理課 TEL. 099-216-1213

詳しい内容はホームページで <https://www.city.kagoshima.lg.jp/kikikanri/jishin-tsunami.html>



なぜ「姿勢を低く、頭を守り、動かない」なのか？

- 地震の揺れ自体でケガをすることはめったにありません。地震による死傷例の大半は、家屋の倒壊やガラスの破片、落下物によるものです。
- 安全な場所へ避難しようと長距離を移動することによりケガをする例が最も多くなっています。
- 避難の際の移動距離を最小限にとどめることが重要です。

自宅で地震にあったら

- ① 3つの安全確保行動「まず低く」「頭を守り」「動かない」を実行
 - ② 無理に火を消そうとしない
- 【家の中の安全対策】

- ・家具は倒れにくいように置く
- ・家の中に逃げ場としての安全な空間をつくる
- ・寝室、子どもや高齢者のいる部屋には家具を置かない
- ・安全に避難できるように、出入口や通路には物を置かない



外出先で地震にあったら

- ① 屋外ではブロック塀の倒壊、看板や割れたガラスの落下に注意
- ② エレベーターでは、最寄りの階に停止させ、すぐにおりる
- ③ 人が大勢いる施設では、係員の指示に従い、あわてて出口に走り出さない



さらにプラスワン！

避難するときに持ち出す「非常持出品(1~2泊できる水、食料、生活用品)」やライフラインの停滞等を想定した「備蓄品(最低3日分)」を備えましょう。

- 現金(小銭含む)
□毛布(タオルケット)
□ミルク □哺乳瓶
□常備薬 □マスク

- 非常持出品
□衣類・タオル □非常食(缶詰等) □マイナンバーカード
□懐中電灯 □携帯ラジオ □救急用品
□オムツ □おしりふき □生理用品
□体温計 □手指消毒用アルコール など

備蓄品

- 飲料水(1人1日3リットル) □食料 □卓上カセットコンロ(ガスボンベ)
□衣類(下着・上着・毛布) □簡易トイレ など



※鹿児島湾直下の地震による津波は、発生源(震源など)が近接しているため、鹿児島港や桜島の沿岸などへ13分で到達することが予想されます。大きな揺れを感じた時には、「遠く」よりも「高い」ところへの避難を考える必要があります。

津波避難ビルを募集しています

鹿児島市では、沿岸部など標高の低い地域(概ね5m以下の地域)を中心に津波避難ビルを指定しておりますが、津波発生時の市民の更なる安全確保のため、**津波避難ビルとして活用できる建物等の普及に取り組んでおります。**

ご協力方よろしくお願いします。

指定の例

商業施設
宿泊施設
医療施設
共同住宅

物品販売店舗
遊技施設
事務所ビル
立体駐車場 等

※「津波避難ビル」とは、津波発生時に、市民等が緊急かつ一時的に身の安全を守るために避難する建物です。



この表示が目印



指定要件

- ①耐震性 ⇒ 新耐震基準(1981年(昭和56年)施行に適合)
- ②構造安全性 ⇒ 3階建て以上(おおよそ9m) かつRC(鉄筋コンクリート) 造またはSRC(鉄骨鉄筋コンクリート) 造
- ③対応可能時間 ⇒ 24時間避難が可能なこと。(外階段や守衛等の対応でも可)

連絡先

津波避難ビルの指定を希望する施設管理者の方は、代表者の「住所・氏名・電話番号」、建物の「所在地・名称」を鹿児島市危機管理課までご連絡ください。

TEL.099-216-1213

E-mail:kikikanri@city.kagoshima.lg.jp