



# 県民一斉防災行動訓練 とくしまシェイクアウト

新しい生活様式対応型避難訓練



地震



シェイクアウト



プラスワン



TOKUSHIMA  
SHAKEOUT  
2020

9/1 防災の日 火  
AM 10:00

その場で机などの下に入り  
約**1分間**身を守る防災訓練です



まずひくく

DROP!



あたまをまもり

COVER!



うごかない

HOLD ON!

防災の日・徳島県震災を考える日(9月1日(火))、多くの県民の方に参加いただき、一斉に「姿勢を低く、頭を守り、動かない」という安全を確保する訓練を、地震発生時における適切な行動の習得と、防災意識の向上を目的に実施します。

「シェイクアウト」とは「地震を吹き飛ばせ」といった意味の造語で、2008年に米カリフォルニア州で始まった地震防災訓練です。専用ウェブサイトに登録した参加者が指定された日時に自宅や勤務先などそれぞれがいる場所で机などの下に入り約1分間動かず身を守る訓練です。



(提供: 効果的な防災訓練と防災啓発提唱会議)

まずは  
参加登録



左記二次元バーコードで、メールが立ち上がります。そのまま空メールを送信すると参加登録できます。続いて、自動返信メールの「とくしまシェイクアウト」専用ホームページをご覧ください。

登録メール [touroku@tokushimashakeout.com](mailto:touroku@tokushimashakeout.com)

※ご登録いただきました個人情報は、本訓練の目的以外使用いたしません。

さらにプラスワン!!

地域・職場・学校で避難訓練を実施してみましよう!



徳島県災害時安否確認サービス  
すだちくんメール

すだちくんメール登録者には、訓練メールを一斉配信します。  
この機会にぜひ、すだちくんメールの登録をお願いします。

すだちくんメール 検索  
<https://s.ourtokushima.jp/>

主催/徳島県、とくしま地震防災県民会議 協力/効果的な防災訓練と防災啓発提唱会議