

防災無線・戸別受信機から
訓練放送が流れます。

今いる所で出来る
訓練です！

大洗町

シェイクアウト訓練

実行
日時

令和3年 3月13日(土)



午前 9:30~

自宅・地域・職場で出来る防災訓練

シェイクアウト訓練の『3つの安全行動』を身につけましょう。

地震の揺れを感じたら



DROP!

転倒物や落下物から



COVER!

揺れが収まるまで



HOLD ON!

提供 効果的な防災訓練と防災啓発提唱会議

問合せ 生活環境課 地域安全安心係

029-267-5111 (内線247)

災害に備えて準備を！ → 裏面へ

○ 非常用品を備えておこう！

玄関や寝室等、持ち出しやすい場所に非常持出袋を備えましょう

水	1人1日3リットルが目安（2日分）・生活用水も十分に確保
食糧	最低2日分を用意・ビスケットや缶入パン等 ※ 火を使わないものを用意
情報	携帯電話・スマートフォン（予備バッテリー）
照明・燃料	懐中電灯を家族1人に1個 卓上用カセットコンロの準備 自動車の燃料は余裕を持って給油



○ 非常持ち出し品リスト(例)

【 非常食 】

- ・ 水
- ・ 乾パン・缶入りパン
- ・ 缶詰（缶きり不要のもの）
- ・ ビスケット
- ・ チョコレート
- ・ 加熱不要のもの

【 救急セット 】

- ・ 包帯
- ・ ハサミ
- ・ 絆創膏
- ・ 持病の薬
- ・ 三角巾

【 衣 類 】

- ・ セーター
- ・ 防寒着
- ・ タオル・石鹸
- ・ 軍手
- ・ 靴下

【 貴重品・その他 】

- ・ 現金・通帳・印鑑
- ・ 懐中電灯・電池
- ・ 携帯ラジオ
- ・ 防災ずきん
- ・ ミルク・おむつ
- ・ 生理用品
- ・ 携帯電話
- ・ スマートフォン
- ・ 予備バッテリー



○ 防災行政無線戸別受信機を点検しましょう！！

◎災害に備えて戸別受信機の電池を定期的に交換しましょう。

※ 電池は、単1・2・3のいずれか各2本ずつで使用可能です。

おおあらい行政情報「すぐメール」を登録しよう！！

◎災害時の緊急情報等をメールでお手元のスマートフォンや携帯電話へお知らせしています。
ご自身やご家族の大切な命を守るため、ぜひ家族みんなで利用登録をお願いします。

※ 屋外拡声子局から離れている屋外や町外にいる時でも緊急放送の内容を文字で確認できます。 ※通信料は、利用者の負担です。



←PC・スマートフォン



←フィーチャーフォン（ガラケー）

※ 登録後のメールが受信等できない場合は、大洗町HP「緊急・防災情報」をご覧ください。