

自身を守る自信につながる！ 1分間の地震防災訓練

盛岡市 シェイクアウト 2023

主催：盛岡市

協力：効果的な防災訓練と防災啓発提国会議

2023.09.01 am 11:00 START
盛岡市シェイクアウト
認定番号 230036号



地震発生の場合とともに
「3つの安全確保行動」を行う、一斉防災訓練です。

3つの
安全確保
行動



まず低く



頭を守り



動かない

イラスト提供：効果的な防災訓練と防災啓発提国会議

実施
日時

9月1日(金)午前11時から

実施
場所

それぞれの 自宅、学校、職場など

※御都合に合わせて、8月25日～9月8日の間で実施日時を変更することができます。



《プラスワン訓練》 併せて取り組もう！

- 避難訓練
- 備蓄品の確認
- 集合・避難場所の確認
- 防災学習
- 自宅・施設内の危険箇所の確認
- など

事前に
参加登録

登録は簡単！参加の方法など、詳しくは…

『盛岡市ホームページ』から
<https://www.city.morioka.iwate.jp/>

盛岡市シェイクアウト

検索

携帯電話やスマートフォンからのアクセスはこちら >>>



お問合せ

盛岡市 総務部 危機管理防災課

電話：019-603-8031

メール：shakeout@city.morioka.iwate.jp