

誰でもできる！ どこでもできる！ 準備がいらない！

シェイクアウトに参加しよう！

協力：日本シェイクアウト提唱会議

●シェイクアウトとは
地震災害を想定し、身を守る3つの安全確保行動を一斉に行う訓練です

もっと知りたい！盛岡

盛岡市公式ホームページ
<http://www.city.morioka.iwate.jp/>

広報もりおかに掲載した記事の詳しい内容のほか、さまざまな市政情報を掲載！

パソコンやスマホからどうぞ

盛岡市公式ツイッター
<https://twitter.com/moriokashi>

盛岡市公式フェイスブック
<https://www.facebook.com/moriokashi>

ツイッターとフェイスブックでは盛岡の「今」を発信します。イベントや観光情報のほか、災害情報や緊急情報など、生活に密接な情報を伝えます。

市政ラジオ番組
「もりおか暮らし物語」
ラジオもりおか (FM76.9MHz)
で毎月第2・4金曜の7時40分～7時50分、放送中。

毎回異なったテーマ・出演者で、旬な話題をお届け！

広告に関する問い合わせ
ナチュラルコム(株)
☎019-652-9190へどうぞ

もりけんに挑戦
(7ページに掲載)の答え
①土曜日

編集後記

さんさ踊りや七夕、花火大会、舟っこ流しなど盛岡の夏は催しが盛りだくさんですね。それぞれの催しを準備される方々に感謝しながら、その模様を撮影し、楽しみたいと思います。(よ)

発行：盛岡市

☎020-8530盛岡市内丸12-2
☎019-651-4111
ファクス：019-622-6211
info@city.morioka.iwate.jp
編集：市長公室広聴広報課
☎019-613-8369

発行部数：14万2420部
1部当たり約9円で制作し、市内全世帯へ配布しています。経費の一部は広告料で賄っています。記事の無断転載を禁じます。©盛岡市2016

VEGETABLE OIL INK 地球環境に配慮し、ベジタブルインキを使用しています。

市は、市全域を対象に、参加者3万5000人を目標とする防災訓練、「シェイクアウト」を実施します。災害時に取るべき行動や日頃の防災について考えるきっかけとして、ぜひ参加しましょう。

【日時】9月1日(木)11時～(1分程度の訓練です)

※当日参加できない場合は、8月18日～31日の間に実施しましょう

【場所】それぞれの自宅・学校・職場など

【問】危機管理防災課 ☎603-8031

何をすればいいの？



1、訓練前は…

事前の参加登録をお願いします(下記のとおり)。昨年10月ごろに各家庭へ配布した「みんなの防災手帳」や市公式ホームページなどで地震災害の特徴や災害時に取るべき行動を学習しておきましょう

2、訓練当日は…

▶安全確保行動：「震度6弱の地震発生」の想定のもと、ラジオもりおか (FM76.9MHz) での放送や、いわてモバイルメール(市災害情報)によるメール配信で訓練開始の合図をします。地震発生時に身を守る3つの基本行動「まず低く」「頭を守り」「動かない」を実践しましょう



▶プラスワン訓練：さらに、自宅や各施設周辺の避難場所と危険箇所の確認、備蓄品の再点検などのプラスワン訓練を追加で実施しましょう
例：避難訓練、安否確認訓練、家具の転倒防止、応急救護訓練など

3、訓練後は…

自分が取った安全確保行動をしっかりと振り返りましょう。また、アンケートに協力をお願いします。アンケートは市公式ホームページでご回答ください(9月2日から16日まで受け付け)

8月31日17時までに登録をお願いします

参加登録

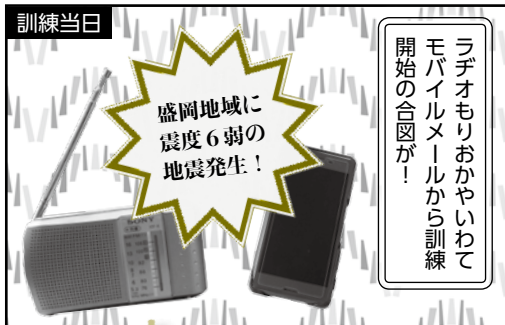
▶インターネットによる申し込み：市公式ホームページの「盛岡市シェイクアウト」応募フォームから登録してください。携帯電話・スマートフォンはこちらから登録できます



▶郵送・ファクスによる申し込み：市役所本館1階の窓口案内所や別館5階の危機管理防災課、各支所などに備え付けの参加登録票に必要事項を記入し、☎020-8530(住所不要)市役所危機管理防災課へ郵送またはファクス622-6211してください。8月31日(木)17時必着

当日みたいに

シェイクアウトをやってみた



★当日のシェイクアウト終了後はアンケートに協力をお願いします

広告

よく見えるよく見られる
おとなメガネ

私は、選びました。



眼内レンズ挿入者におすすめ

両面複合累進設計レンズ

HOYALUX PALIOL

ホヤラックス パリオル

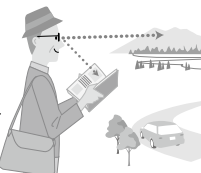
遠方の見やすさにこだわるなら

ホヤラックス パリオル A

バランスタイプ

遠くから近くまで
バランスよく見える
タイプです。

特にすっきりした遠く
の見え方を実感して
いただけます



近方の見やすさにこだわるなら

ホヤラックス パリオル B

中近重視タイプ

遠くも見えて中間と
近くの見え方を
重視したタイプ

中間から近くの視野
の広さを実感して
いただけます



■主催 (株)メガネの水晶堂 tel.019-653-3434

盛岡市中ノ橋通一丁目4-20

<http://suishodo-megane.co.jp/>

We care about your eyes.
いつもあなたの眼のために

HOYA

ホヤラックス フェア

8/1(月)～8/31(水)
メガネの水晶堂〈店内にて〉

ライフスタイルに合わせて2タイプから選びいただけます。ぜひこの機会に信頼の遠近両用レンズ「ホヤラックス」の見え心地をご体感ください。

