



＼ 考えよう！ 備えよう！ ／



# 2025年盛岡市 シェイクアウト

自身を守る 自信につながる1分間の 地震防災訓練！

①



②



③



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

実施  
日  
時

9月1日(月)  
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(月)～9月8日(月)の間で実施日時を変更することができます。

シェイクアウト訓練に

プラスワン！

して防災力を向上しよう！



備蓄品の確認



集合・避難場所の確認



避難訓練 など

事前に  
参加登録  
(登録無料)

登録は簡単！参加申し込みなどは裏面をご覧ください

・詳細は『盛岡市ホームページ』を御確認ください  
<https://www.city.morioka.iwate.jp/>

・携帯電話やスマートフォンからのアクセスはこちら▶▶▶



お問い合わせ

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

# 盛岡市シェイクアウトの参加登録方法

— 次の1又は2の方法で、8/31(日)17時までにご登録をお願いします。 —

## 1. インターネットによる参加登録

携帯電話やスマートフォンからの申し込みはこちらから！



訓練後アンケートへの回答はこちらから！



盛岡市ホームページも合わせて御確認ください。

盛岡市シェイクアウト

## 『いわてモバイルメール』と『Yahoo!防災速報』を登録しよう！

盛岡市では、岩手県が運用する「いわてモバイルメール」とLINEヤフー株式会社が提供する ※ 登録料無料「Yahoo!防災速報」を活用し、避難情報等の災害情報を配信しています。シェイクアウトの開始合図としても使用できますので、是非登録してください！  
ただし、通信料は別途かかります。

【いわてモバイルメール】

【Yahoo!防災速報】

iPhone版

Android版



## 2. 郵送・FAXによる参加登録

下記参加登録票に御記入いただき、郵送またはFAXで盛岡市危機管理防災課までお送りください。  
※登録にあたっては、職場と町内会、学校と家族などで重複しないよう御注意ください。

参加登録票	
	【提出先】 (FAX)019-622-6211 (郵送)〒020-8530 盛岡市内丸12-2 盛岡市危機管理防災課あて
① 参加者団体名 <small>※個人・家族で参加の場合は、この欄の記入は不要です。</small>	
② 代表者名	
③ 住所	〒
④ 連絡先 (TEL、FAX、E-mailなど)	
⑤ 参加形態 (当てはまるものに✓を入れて下さい)	<input type="checkbox"/> 個人・家族 <input type="checkbox"/> 企業・団体 <input type="checkbox"/> 学校 <input type="checkbox"/> 保育園・幼稚園 <input type="checkbox"/> 医療・福祉関係機関 <input type="checkbox"/> 自主防災組織・町内会・自治会 <input type="checkbox"/> 行政機関 <input type="checkbox"/> その他( )
⑥ 訓練実施日 (当てはまるものに✓を入れて下さい)	<input type="checkbox"/> 令和7年9月1日(月)午前11時にシェイクアウトを実施します。 <input type="checkbox"/> 上記以外の日程でシェイクアウトを実施します。 <small>※御都合に合わせて、8月25日～9月8日の間で実施日を変更することができます。</small>
⑦ 参加人数	( )人
⑧ 実施予定のプラスワン訓練 (当てはまるものに✓を入れて下さい) ※プラスワン訓練は任意での実施ですが、この機会に追加で訓練をしてみましょう！	<input type="checkbox"/> 避難訓練 <input type="checkbox"/> 安否確認訓練 <input type="checkbox"/> 防災学習 <input type="checkbox"/> 備蓄品の確認 <input type="checkbox"/> 児童引渡訓練 <input type="checkbox"/> 棚等の転倒防止 <input type="checkbox"/> 施設内の危険箇所確認 <input type="checkbox"/> 応急救護訓練 <input type="checkbox"/> 災害時の集合場所や避難場所の確認 <input type="checkbox"/> 防災マップや徒歩による自宅・地域の危険箇所の確認 <input type="checkbox"/> その他( )
⑨ 訓練実施後、希望により参加証を発行します。希望されますか。 (当てはまるものに✓を入れて下さい) <small>※参加証に記載する名称は、団体の場合は①、個人・家族の場合は②を使用します。また、送付先は、③の住所となります。</small>	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ
⑩ 市ホームページ、その他資料等に参加者として掲載してよろしいですか。 (当てはまるものに✓を入れて下さい)	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ

【お問い合わせ先】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