

# 令和7年度四街道市 シェイクアウト訓練実施!!

令和7年度四街道市総合防災訓練において、シェイクアウト訓練を実施します。

本訓練は、その場で「3つの安全行動(まず低く、頭を守り、動かない)」を実施する1~2分で実施可能な防災訓練で、どこでもだれでも気軽に実施することができます。

また、「日本シェイクアウト提国会議」の認定を受けており、事前に参加登録をして訓練に参加いただいた方の人数が、日本版シェイクアウトのホームページに掲載されます。誰でも参加できる訓練ですので、ぜひ、参加登録ください!!(※各区・自治会宛てに区・自治会単位での登録を依頼しているため、自治会加入者については個人での登録は不要です)

- ◆ 日 時 令和7年10月25日(土) 午前9時  
※市内全域に防災行政無線でシェイクアウト訓練用の放送が流れます
- ◆ 訓練想定 上記日時に四街道市を震源とする震度6強の地震が発生
- ◆ 訓練場所 “その時”あなたがいる場所
- ◆ 訓練内容 1分間3つの身を守る行動をとってください

※安全確保行動1-2-3「まず低く、頭を守り、動かない」を実施することがなぜ大切なのでしょう? いざという時にすばやく反応するためには頻りに練習を積んでおくことが必要です。地震発生時、激しい揺れに襲われるまで、または何かが落下してくるまで、自分の身を守るためには数秒の猶予しかないかもしれません。いざという時に備えておくためには日頃の訓練が必要不可欠です



※屋外にいる場合は、ビル、木、電柱から離れた場所を探してその場でしゃがみ、安全確保行動1-2-3を実践しましょう

参加登録の方法については  
裏面をご確認ください

## ◆ 参加登録

①



← カメラアプリで二次元コードを読み込む。  
(「令和7年度四街道市シェイクアウト訓練 参加登録フォーム」  
が開きます。)

② 参加登録フォームに必要事項を入力し、入力フォームの一番下の  
をタップします。 → 確認画面へ進む

(入力内容に不備がある場合は、ページの一番上に「▲ 入力の正しくない項目があります。⊗」と  
表示されて再び登録フォームの画面が開かれます。不備のある項目が赤字で示されるので、訂正後  
再度 → 確認画面へ進む をタップしてください。)

③ 入力内容確認の画面が表示されるので、入力されている内容に誤りがないか確認してく  
ださい。確認後、 → 送信 をタップします。

④ 「送信完了」と表示されれば登録完了です。訓練までの期間で事前学習や、災害への対策  
を進めましょう！

※令和7年度四街  
道市シェイクア  
ウト訓練HP→



※日本シェイク  
アウト提唱  
会議HP→



## ◆ 訓練参加登録期間 令和7年10月25日(土)午後5時まで

(訓練当日に参加できない場合でも、訓練当日の前後 2 週間であれば、ダウンロードした音声を使用して訓練を実施することで、訓練の参加者となることができます  
ので、お気軽に参加登録ください！※音声は令和7年度四街道市シェイクアウト訓練 HP、または、日本シェイクアウト提唱会議 HP からダウンロードすることができます)

### 【お問い合わせ】

四街道市 危機管理監 危機管理室

電話: 043-421-6102

メール: yjichi@city.yotsukaido.chiba.jp