

防災訓練【実動型】

No.	テーマ	概要
1	シェイクアウト訓練	<ul style="list-style-type: none"> ● 地震から命を守る方法を体験する。 ➢ DROP!（まず低く）➡COVER!（頭を守り）➡HOLD ON!（動かない）のたった3つの動作を意識して行う。
2	避難訓練	<ul style="list-style-type: none"> ● 災害時の避難や安全確保の流れを体験する。 ➢ 災害の種類、自分のいる場所に合わせて、的確に避難ルートを選べるよう訓練する。
3	安否確認訓練	<ul style="list-style-type: none"> ● 地域の構成員などの無事を確認し、安全な環境を確保する。 ➢ 防災や被害者の安否確認を地域の人と協力し合う仕組みを作り、自治会など地域の人々が協力し、素早く正確な安否確認を行う。 ➢ 携帯電話会社等の支援を得て、災害用伝言板や災害伝言ダイヤルなどを利用して、自分自身の状況連絡や家族の安否確認を行う。
4	情報伝達訓練	<ul style="list-style-type: none"> ● 安否情報、被害情報を集約するルールを作り、検証する。 ● 市や防災関係機関・団体との連絡要領を体験する。
5	炊出し訓練	<ul style="list-style-type: none"> ● 災害時の応急調理を体験する。 ● 防災食を試食する。
6	防災まち歩き (タウンウォッチング)	<ul style="list-style-type: none"> ● 防災のテーマを決めて、居住地域や避難経路を歩き問題点を見つけだす。 ➢ D I G、防災地図の作成に活用する。
7	避難所開設運営訓練	<ul style="list-style-type: none"> ● 災害の条件設定（災害の種類・規模、経過時間）、避難所に必要な機能（受付、避難者スペース、トイレ等）の選択及び組み合わせ方により、さまざまな訓練を実施することができる。 ● 訓練の考え方 <ul style="list-style-type: none"> ➢ 時間経過に合わせ避難所を開設運営する訓練 ➢ 機能を設置する訓練 ➢ 機能別に運営する訓練 <p>※参加人数、時間に合わせ企画する。</p>