

テーマ “9月1日の防災の日に、10万人規模で”

命を守る3動作（シェイクアウト訓練）を実施

ここがポイント！

- 主催者 大田区防災課
- 実施日 平成27年9月1日（火）

ポイント①

どこでも、その場で、1分程度でできる！

ポイント②

どなたでも参加できる！（子ども～大人まで）

ポイント③

大田区全域で一斉に実施！

訓練の内容

区内全域を対象に10万人規模で
右図の「命を守る3動作」の
訓練を実施しました。

命を守る3動作



提供元：シェイクアウト提唱委員会

訓練の様子

幼稚園



小学校



シニアクラブ



企業



参加者の声

小学生（男性）	地震が起きたときには、すぐに机の下にもぐって今日やったことを活かしたい。
シニアクラブ（男性）	昔はよくこういう訓練をやっていたが、最近はやっていなかった。改めてまずは自分の身を守ることの大切さがわかった。
成人（女性）	いざという時に動けるようにするためには繰り返し実施していくことが大切であると思う。
企業（男性）	東日本大震災の時は、何をしていたかわからなくなりました。こういう訓練を積み重ねていきたい。