

いざという時の… 命を守るリハーサル

2025(令和7年)

かすみがうら市

総合避難訓練

11月30日(日)

8:00～12:00

※雨天決行

会場 下稲吉中学校 新体育館ほか

市では、大きな地震が起きたときに備えて、地域のみなさんの防災への意識を高め、いざというときに助け合える力をつけるために、総合避難訓練を行います。



第Ⅰ部 市民避難訓練 (8:00～10:00)

◆地震発災後の避難行動を訓練する

～地震が起きたあと、自分がどう動くかを確認しよう!～

11月30日午前8時、「ドン!」という衝撃と激しい揺れ。家具が倒れ、停電、壁に亀裂。倒壊の危険が迫り、外では塀の崩壊や火災発生。安全を確保し避難を開始。

8:00

地震発生。

防災無線を合図に訓練開始

身の安全確保(シェイクアウト訓練)

「姿勢を低く、頭・体を揺れが収まるまでじっとする」

8:05

各行政区はご自身の集会所(一時集合場所)へ

避難を開始。地域の安否確認

8:30

指定避難所開設の防災無線放送

※下稲吉中学校区の重点区域のみ実施

下稲吉中学校区
避難訓練参加者

自宅が被災した想定で、
避難所(下稲吉中学校)へ避難

避難所
下稲吉中学校

8:30

避難所体験スタンプラリー

～10:00

避難所に到着後、裏面の順路に従って、
避難所体験をしよう

※順路は裏面を見てね!

～体験訓練に参加してスタンプを集めよう!全部集めると「防災食」がもらえるよ!～

震度6強

下稲吉中学校区以外の
参加者は訓練終了

防災セミナーに
参加される方は
下稲吉中学校へ移動

炊き出し
無料提供
防災食
プレゼント!



10:00

指定避難所を閉鎖。訓練終了

第Ⅱ部 防災セミナー(10:00～12:00)

◆防災について楽しく学ぼう

10:00

開会セレモニー

10:10

女性消防団による防災教室



10:45

～防災を楽しく正しく学ぶ～

防災シスターズ3色丼のオンステージ

来場特典

FDK製アルカリ乾電池
プレゼント! ※数量限定

お笑い芸人
赤プル



防災バースナリティ
木村知世子



防災シスターズ
3色丼

FMサールス「ソナエルRadio」への出演をきっかけに意気投合した3人の防災士女子によるユニット。3人の個性と専門性を活かして、防災をわかりやすくかつ楽しく学んでいただくために奔走中!

12:00

閉会

総合避難訓練会場レイアウト

(下稲吉中学校 新体育館 下稲吉2273番地2)

