

# 令和6年度 立川市総合防災訓練

11月17日（日）

9:00～12:00

8:15の防災行政無線に合わせて  
シェイクアウト訓練をしよう



会場：立川第四中学校  
(立川市幸町5丁目49-1)



## 体験を通して防災を学ぼう！

★スタンプラリーに参加して防災グッズをゲット！★

防災関係機関による  
体験・展示

防災関係機関による  
車両展示・体験乗車

地域住民による  
避難所運営訓練

キッチンカーによる  
炊き出し訓練



消火・煙体験もできるよ



はたらく車大集合！！  
はしご車体験乗車  
先着30組



避難所の様子を見てみよう



豚汁先着300食  
10:30～配布予定

東京消防庁VR防災体験車が来るよ



提供：東京消防庁

くるりん・ウドラ・キュータ・ピーポくん  
とのふれあいコーナーもあるよ



## シェイクアウト訓練って？

シェイクアウト訓練は、防災行政無線を合図に、安全確保行動1-2-3『まず低く、頭を守り、動かない』を実施するものです。

### ●具体的な方法

- ①まず体勢を低くして地面に近づきます。
- ②次に机などの下に入り、頭を守ります。
- ③そして揺れがおさまるまでじっとします。



防災訓練に参加できなくてもおうちで簡単にできる訓練です。  
ぜひこの機会に取り組んでみてください。

提供：効果的な防災訓練と防災啓発提唱会議

## タイムスケジュール



8：15

### 防災行政無線で発災の放送

訓練想定：多摩地域を震源とするマグニチュード7級の地震。  
立川市内は震度6強を観測。

地域や家族で会場まで避難訓練

9：00

### 開会式

会場では、防災関係機関による体験展示を実施。

はたらく車も大集合！

体育館では、地域住民による避難所運営訓練も実施。

くるりん・ウドラ・きゅーた・ピーポくんなどキャラクターも大集合。



10：15

### 物資輸送訓練

協定締結先より支援物資の輸送訓練を実施。

10：30

### 炊き出し訓練配布開始

実際に、避難所に備蓄しているアルファ化米（五目・山菜）が食べれます。

豚汁も限定300食で食べれます。

11：00

### マンホールトイレ実演訓練

避難所に設置されているマンホールトイレの使い方を説明します。

12：00

### 閉会式



スタンプラリーも実施  
会場内でスタンプを集めて防災グッズをゲットしよう！

主催：立川市市民生活部防災課