

THE GREAT HOKKAIDO SHAKEOUT
～防災リテラシーの向上を目指して～

北海道シェイクアウト参加者募集
2012.8.30

シェイクアウトとは、2008年に米国カリフォルニアで始まった訓練で、地震を想定して参加者が一斉に行動するという新しい形の訓練です。参加者はインターネットなどを通じて防災についての知識を深め、同じ日時にそれぞれの場所で一斉に安全行動（安全行動の1-2-3）を行います。アメリカでは2011年に約950万人が参加しており、日本ではH24.3.9に東京都千代田区で行われ、約2万5千人が参加しました。

詳しくは www.ShakeOut.jp へアクセス
(安全行動の1-2-3)



事務局より

北海道シェイクアウトは、北海道庁、行政機関、指定地方公共機関等で構成する北海道防災会議が主唱しています。北海道防災会議では、道民、学校、企業のほか、福祉施設、公共機関、行政機関や町内会などのコミュニティグループ等に北海道シェイクアウトへの参加を呼びかけています。

(用語の説明)

防災リテラシー：防災に関する知識や技術を自ら学び活用する能力

～訓練の内容～

日時	平成24年8月30日(木) 午前10時00分
主催	北海道防災会議(事務局：北海道)
協力	効果的な防災訓練と防災啓発提唱会議(ShakeOut提唱会議)
対象者	北海道在住の個人及び団体(学校、企業等) 北海道外在住の参加希望者、企業等
想定(概要)	平成24年8月30日(木)午前10時00分、北海道太平洋沖を震源とする大規模な地震が発生し、北海道沿岸域に大津波警報等が発令された。
内容	地震による揺れを感じたら(想定)、約1分間、身を守る方法として「Drop(揺れに倒される前に姿勢を低く) Cover(手や腕で頭や首を守って) Hold on(揺れが収まるまでじっとして)」を実施してください。また、基本行動以外に避難、安否確認、情報収集・伝達、人命救助訓練など、その他の自主訓練の計画がある場合は、引き続き実施してください。
参加費・参加方法	1. 参加費は、無料です。 2. 参加方法は、専用Webサイト(http://www.shakeout.jp)にアクセスし、申込みフォームから登録してください。
募集期間	平成24年6月12日(火)から8月29日(水)まで
訓練に向けて	1. 北海道危機対策課のホームページ「そのときの備えは十分ですか」等を参考に、安全確保や安全行動等を確認しましょう。 2. 参加場所や人数は問いません。普段の生活や業務の中で実施することで、より実践的な経験が得られます。 3. 実際の地震を想定するためにも、なるべく身近な人に声かけをしていただき、周囲の人と一緒に安全行動をとってください。 4. この機会に、ご家庭、職場等の防災対策を再点検することをお勧めします。
【担当(連絡先)】	北海道総務部危機対策局危機対策課(担当者：渡部、市川、新山) 電話：ダイヤルイン 011-204-5014 内線22-559、22-583



The Great Hokkaido Shake Out

～東日本大震災の検証～



The Great
Hokkaido
**Shake
Out**TM

2012.8.30 10:00a.m.

www.ShakeOut.jp

アメリカで始まった新たな防災訓練 Shake Out

The Great California Shake Out

Shake Outは、アメリカ西部の南カルフォルニアのサンアンドレアス断層による地震被害の科学的な推定結果を広く社会に周知するために、ロサンゼルスを中心として2008年に始まった新しい形の地震防災訓練です。毎年10月の第3木曜日に実施されています。

この訓練の特徴は、(1)統一した地震シナリオのもとづき、(2)訓練日時を指定し、(3)Drop Cover Hold onという身の安全を守るための短時間の統一行動へのいっせい参加を住民によびかけていることにあります。

このよびかけに応え、2008年の第1回訓練には学校等を中心に570万人が参加しました。その後訓練は参加者の口コミ等を通して年々参加者を増やし、2011年の第4回訓練には950万人が参加するまでに急成長しています。今やShake Outは、たんなる防災訓練ではなく、新たな国民運動ともよべる社会活動に発展してきています。



発生時の安全確保行動1-2-3 (Drop, Cover, and Hold On)



2011年の訓練にはロサンゼルス市長も参加し、日本・中国をはじめ各国メディアが取材に訪れました



何をすればいいの～Shake Outの基本行動

Shake Outの基本行動は、

- 1) 指定された日時に、
- 2) 地震から身を守る安全行動1-2-3
Drop Cover Hold on (図参照)を、
- 3) 各人がいる場所(職場、学校、外出先等)で1分程度いっせいに行動することです。小中学校等では机の下に入る行動として実施しているところもあります。

地震による人的被害の多くは、揺れによる家具等の倒壊、落下物等による負傷です。身を守るためには、周囲をよく見る、落下物から離れる、低くなる、頭を守るが効果的な行動です。

地震の震源が遠い場合には、気象庁の緊急地震速報が地震の大きな揺れが来る数秒前に専用端末、テレビ、ラジオ、携帯電話等で発せられます。

緊急地震速報の訓練用放送をShake Outにおいて活用し、決められた時間に流してDrop Cover Hold onを実施するのも良いアイデアです。

やってみよう!
あなたの住まいや
オフィスの安全対策



1. 写真を撮る

デジカメを使って対策したい部屋の家具・家電がいろいろな方向から写るように写真を撮ります。

2. プリントする

各部屋ごとに、家具がよく見える写真を何枚か選び、出来るだけ大きくプリントアウトしましょう。



3. キケン を把握する

プリントした写真と右ページを見比べ、各々の家具・家電にどんな危険があるかをチェック。室内の危険を把握します。



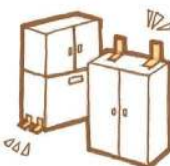
4. 対策を考える

部屋ごとの家具・家電を一覧(リスト)にし、右ページを参考にしながら、とるべき対策を考えましょう。



5. 対策をとる

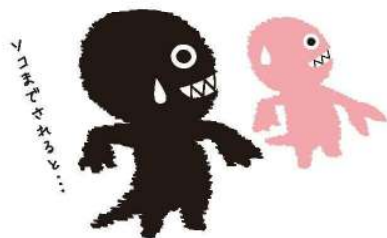
すぐにも対策を実行しましょう。すべて終わるまで写真と一覧(リスト)はしっかり保存。これをホームセンターなどに持っていけば、家具固定の相談の材料になります。



安全行動の1-2-3



- ①ドロップ:姿勢を低く!
- ②カバー:体・頭を守って!
- ③ホールド・オン:揺れが収まるまでじっとして!



Shake Outの安全行動とともに



地震の揺れから身を守るためには、とっさのDrop Cover Hold onだけでなく、日頃からの建物の耐震補強、家具の固定等により効果が増します。

地震の揺れ(ケイクくん、イラスト参照)には悪さをする5匹の手下がいます。うごく、たおれる、とぶ、おちる、われるの5匹です。

とっさの地震の揺れ(ケイクくん)に勝つにはDrop Cover Hold onは効果がありますが、地震

の揺れが来る前に、地震の揺れ(ケイクくん)の手下である5匹を見つけてできるだけ退治しておくことも必要です。

あなたの身近にある家具や家電製品、照明器具、本箱、調度品、ピアノ、プリンター、コピー機等が、地震の大きな揺れであなたを襲う凶器にならないようにしましょう。

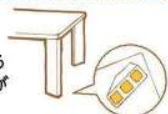
「うごく」ものの固定



耐震粘着マット(床固定)

ex. ダイニングテーブル・ベッド・テレビ台…

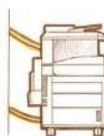
- ・底部に耐震粘着マットを貼り付ける
- ・重量やマットの種類で、必要枚数が異なるので注意する



キャスターロック+チェーンベルト/ベルト

ex. コピー機…

- ・転倒・移動軽減構造(キャスターロック、キャスターセミロック、アジャスター固定等)を使用し、チェーンやベルトで、背面側上部・下部などを壁に固定する



- ・しっかり固定するには機器の取付箇所、機器全体上下接合部の強度が必要
- ・最適な対応が重要となり、対応方法がメーカーや機種ごとになる場合があるため、販売店等にご相談ください。

「とぶ」ものの固定



ラッチ

ex. 食器棚・冷蔵庫・キャビネット類・書庫…

- ・開き戸・引出しにラッチを付け、収納物の飛出しを防ぐ
- ・飛出し防止ゴムや滑り防止布を敷くのも効果的



ストラップ式/耐震粘着マット

ex. PC類・レンジ・テレビ…

- ・電子機器類はストラップ式で固定する
- ・耐震粘着マットは強度を確認して選ぶ



「たおれる」ものの固定



L字金具(壁固定)

ex. タンス・食器棚・冷蔵庫・サーバールック…

- ・L字金具を使い、壁に固定する
- ・固定位置は、柱や間柱・胴縁など丈夫な部分を選ぶ



平金具(連結)

ex. キャビネット・タンス・ガラス戸棚・書庫…

- ・平金具を使い、隣や背中合わせの家具と連結する
- ・段重ねの家具や、ハカマも連結は必要



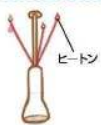
「おちる」ものの固定



ヒートン+チェーン(天井固定)

ex. 照明・檜…

- ・強い力がかかるため、固定点の強度が重要
- ・ヒートンを使用し、チェーンや紐で天井の丈夫な部分と固定する



「われる」ものの対策



飛散防止フィルム

ex. ガラス戸棚・食器棚・ガラス窓…

- ・まず、ガラス戸棚・食器棚など家具自体を固定する
- ・ガラス部分全体に飛散防止ガラスフィルムを貼る



日本版Shake Outの考え方

1.日本版Shake Outがめざす訓練とは

今までの日本での防災訓練の成果をふまえて、次のような訓練をめざします。

- 一、短時間で終わる訓練
負担をかけない、参加しやすい
- 一、効果を実感できる訓練
納得する、行動として体得する、忘れない
- 一、気付きがある訓練
知識が増える、理解が深まる
- 一、助け合いの大切さがわかる訓練
自助・共助の大切さを実感する

2.日本版ShakeOutの目的とは

個々人の防災リテラシーの向上をめざします。

防災リテラシーの具体的な内容として

- 災害にあっても「ケガ」をしない
- 身近な人を助ける
- 地域の防災力向上に貢献できる人を育てる

3.日本版ShakeOutの方法とは

防災リテラシーを向上させるためには、画一的な行動を指示によって反復する訓練のくり返しではなく、その場で何をすべきかの目的を明確にし、適切な行動を選択できる能力を向上させることが求められます。つまり自ら考える力を養う訓練です。

4. Shake Outの訓練メニュー

- 1) 原点に立ち返る: 自助の基本は「ケガをしない」こと、そのことの大切さを理解し、そのための適切な方法を身につける

■身を守る

安全確保の1-2-3:

■屋内の危険をみつけ、退治する

クエイクと5匹の手下: うごく+たおれる+とぶ
+おちる+われる



- 2) 基本行動以外にも、今後、以下のようなプログラムを開発し、提唱する予定です。

■避難する

■安否を確認する

■情報を集める / 伝える

■いのちを救う

■避難所で生活する

■生活再建に向けて

皆さんからの訓練アイデアを募集しています。どしどしShakeOutホームページに書き込んでください。

～Shake Outでの統一した地震シナリオの重視～

Shake Outの訓練においては、科学的想定にもとづく地震シナリオの構築を重視しています。

東日本大震災では「想定外」「想定を上回る」ということが盛んに言われました。これまでの防災訓練においては、地震シナリオがしっかりと構築されていない場合が多かったこともその原因です。どのような地震が発生するのか、それによってどのような被害が発生するのかを深く考えずにきました。

その結果、具体的にどう対応するかを検討するより

も、状況に関係なく毎年、同じことをくり返してきたために、訓練のための訓練となり、参加者にとっては切迫感がなくなるといった弊害も生じてきました。

最近の研究等の発展により、発生する可能性の高い地震のすがたやそれによる地域毎の詳細な被害を想定することが可能となっています。

こうした最新の研究成果を訓練に取り入れ、より現実感がある訓練を作る必要があります。