

## 防災豆知識

### 01 シェイクアウト訓練とは

地震から身を守るための「3つの安全行動(ドロップ・カバー・ホールドオン)」を行う訓練です。

「自分自身の安全は自分で守る」ことを身につけ、災害にあってもケガをしないことを基本に、身近な人を助けられる防災力を高めましょう。



提供:効果的な防災訓練と防災啓発提唱会議

### 02 はじめよう! ローリングストック法

普段の食品を少し多めに買い置きしておき、賞味期限が迫ってきたものから消費し、消費した分を買い足すことで、常に一定量の食品が家庭で備蓄されている状態を保つための方法です。

災害時は電気やガス、水道が止まることも想定されます。ローリングストックで備えた食材を活かすために併せて、カセットコンロや、カセットボンベを備えておくことより効果的です。

日常生活の延長でもしにも備える

# カンタン備蓄

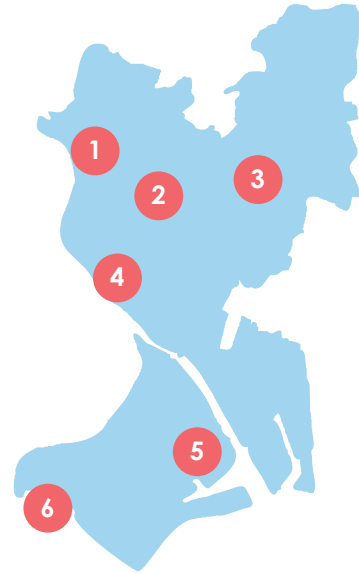
食べたら 買い足す

ふだんの食事で 食べる

## 大地震の際の医療救護所の開設場所

### 大地震でけがをした場合は近くの医療救護所へ

震度6弱以上の地震が発生した場合は、病院などの前に医療救護所を開設します。医療救護所では軽症者の応急処置を行い、病院では重症者などの処置を行います。



- 1 国府台病院前  
市川市国府台1-7-1
- 2 東京歯科大学市川総合病院前  
市川市菅野5-11-13
- 3 大野中央病院前  
市川市下貝塚3-20-3
- 4 急病診療所前(大洲防災公園)  
市川市大洲1-18
- 5 行徳総合病院前  
市川市本行徳5525-2
- 6 東京ベイ・浦安市川医療センター前  
浦安市当代島3-4-32



市川市 地域防災課  
☎047-704-0065



もしもに備える

令和6年度 市川市大規模災害対応合同

# 防災訓練

11.10 日  
9:30→12:00

会場

江戸川河川敷緑地  
(市川緊急用船着場)



## 訓練プログラム

開会式は9:40から行います。開会式が終わり次第、訓練を開始します。

| 活動・訓練名称         | 訓練内容  |
|-----------------|---|
| シェイクアウト訓練       | 女性消防団員、子ども防災マスター、第八中学校・大洲中学校の生徒たちをお手本として、訓練参加者全員で地震が起きた際の安全行動「ドロップ・カバー・ホールドン」を実施(シェイクアウト訓練の詳細は裏面) |
| 炊き出し訓練          | 市川市赤十字奉仕団と市川市女性消防クラブによるアルファ化米と豚汁の炊き出し活動   |
| 情報収集訓練①         | 市川郵便局、陸上自衛隊需品学校、市消防局がバイクを使い、被災地の情報収集  |
| 医療救護所訓練①        | 市保健部、こども部、福祉部が医療救護所となるエアテントの立ち上げ  |
| 情報収集訓練②         | 京葉ガスエネルギーソリューション・市消防局によるドローンを使った被災地上空からの情報収集。ドローンからの映像をモニターに表示                                    |
| ライフライン復旧訓練①(道路) | 市道路交通本部がパトロールを行い、倒木を確認した道路の交通規制   |
| 初期消火訓練          | 近隣自治会と市職員が水消火器と三角バケツを使い初期消火   |
| 救助救出訓練①         | 近隣自治会と市職員が倒壊家屋内に閉じ込められた人の捜索を行い、救出後、医療救護所へ搬送   |
| ライフライン復旧訓練②     | エーツ協同組合による自走不能となった放置車両の移動   |
|                 | 市川市造園建設業協同組合による倒木の撤去  |
|                 | 京葉建設業協同組合による瓦礫の撤去   |
|                 | 市環境部が携帯トイレの汚物回収   |
|                 | 京葉ガスによるガス管復旧  |
| 物資輸送訓練          | 東京電力パワーグリッドが電源車による電源復旧  |
|                 | NTT東日本が移動基地局車による通信サービスの復旧   |
|                 | 千葉県企業局市川水道事務所が給水車による応急給水支援を実施し、近隣自治会が給水を受ける   |
| 救助救出訓練②         | 日本救助犬協会が救助犬による倒壊家屋内の要救助者捜索を行い、陸上自衛隊需品学校と警察によって要救助者を救出し、医療救護所へ搬送                                   |
| 医療救護所訓練②        | 市川市医師会によるトリアージ(治療の優先順位の決定)  |
| 高層建物救助・火災防御訓練   | 市消防局が高層建物内の要救助者を救出、その後発生・拡大した火災を市消防局・市消防団が注水防御  |

閉会式は11:40を予定しています。展示・体験ブースは12時まで実施しています。

## 会場レイアウト



- 一般社団法人 市川市上下水道空調設備インフラ協会**  
被災地で復旧活動を行う際に使用する、車内で生活できるドリームカーと充電設備を備えた電源工作車を展示し、能登半島地震での活動も紹介します。
- 東日本電信電話株式会社**  
災害発生時に、安否情報を録音・再生できるサービス「災害用伝言ダイヤル」の体験ができます。
- 株式会社ドコモビジネスソリューションズ**  
衛星インターネットサービス「Starlink」を用いてWi-Fi環境を構築し、IP無線アプリ「Buddycom」を体験できます。また、モバイルバッテリーシェアリングサービス「ChargeSPOT」も併せて展示します。
- エーツ協同組合**  
災害時、道路上の放置車両を移動する際に活躍するレッカー車の乗車体験ができます。ブースに来ていただいた方にはノベルティも配布します。
- 京葉ガスエネルギーソリューション株式会社**  
災害時、情報収集に使われる無人航空機(ドローン)を展示します。
- 京葉ガス株式会社**  
災害時に役立つマイコンメーターを使ったガス復帰操作を実演します。京葉ガスキャラクター「がすたん」のシールも配布します。
- 三和商事株式会社**  
災害時に欠かせない携帯トイレや、減災に大きく貢献する感震ブレーカーの実演を行います。たくさんの防災グッズを実際に触ることができる「出張防災Car-GENSAI」も展示します。
- 日本郵便株式会社**  
被災地において郵便局業務を行う「車両型郵便局」を展示します。また、避難生活で必要となる日用品をあらかじめ自分用の支援物資として郵便局に保管するサービス「防災ゆうストレージ」を展示します。
- 東京電力パワーグリッド株式会社 京葉支社**  
過去の地震における火災原因の半分以上は通電火災です。通電火災を減少させるために効果的な感震ブレーカーを紹介します。
- 千葉県市川警察・行徳警察**  
過去災害の救助写真の展示や、啓発ビデオを放映します。パトカー・サイナーカー・移動交番車も展示します。
- 社会福祉法人 市川市社会福祉協議会**  
災害時、社会福祉協議会ではボランティアを受け入れる「災害ボランティアセンター」を設置します。災害ボランティアについて詳しくご紹介します。
- 陸上自衛隊需品学校**  
災害派遣活動や災害派遣使用装備品の写真を展示するほか、ジープ・オートパイ等を展示します。
- 市川市経済観光部**  
当日来場された方にICHICOポイントを付与します。(当日の登録も可能です)
- 特定非営利活動法人 日本救助犬協会**  
救助犬とのふれあい体験ができます。
- 生活協同組合コープみらい千葉1区ブロック**  
ローリングストックに関するグッズや、防災グッズをまとめた防災ボトルの中身をご紹介します。
- 株式会社アイリスプラザ ダイユニカンパニー**  
災害時はライフラインが止まってしまう可能性があります。そうなった際に役立つポータブル電源・防災トイレなどの防災グッズを展示します。
- 市川災害ボランティアネットワーク**  
能登半島地震の写真を展示するほか、チラシの配布、防災なんでも相談を実施します。
- 市川市障がい者団体連絡会**  
ヘルプマークの展示・啓発チラシの配布や、団体作成の啓発冊子の配布をします。
- 市川市消防団**  
消防団の活動について、詳しくご紹介します。
- 市川市危機管理室**  
防災啓発用品を配布します。