

避難行動なしの避難訓練実施要領

中川若草町自治会

1 目的

昨年1月の能登半島地震では今まで経験したことのない震度5強に遭遇しました。また、これまでも大雨による洪水被害なども経験してきました。災害はいつ起きてもおかしくない状況のなかで、自治会員のすべての人の安全を皆さんと協力しながら確保する必要があることから避難訓練を実施します。

高齢化が進むわが自治会において、まず各家庭の安否確認、被害状況の掌握、情報の集約にしほり避難訓練を行います。

- 2 日時 令和7年8月31日(日) 7時~7時30分 ※少雨決行
※9月1日は防災の日

3 避難訓練の流れ

7:00 鐘により訓練開始を知らせる(〇〇副会長)

7:00~7:10 各家庭にて実施すること

① 揺れを感じて3分間、机などの下に避難

② 揺れが収まったら火の元の確認、家族の安否確認

③ 地震による被害の確認

★すべて確認。問題がなければ自宅前に黄色いタオルを掲げる

7:10~7:20 班長は次の行動をする

① 各家庭を回り、黄色いタオルがでていない住人の安否確認等を行う

② 確認した後、災害対策本部(公民館)に報告する

7:20~7:30 対策本部では次のことを行う

① 班長より報告を受け、集約する。

② 安否確認を再度行う

③ 搬出が必要な人を確認する

④ 被害状況を把握し、必要であれば高岡市に報告する

4 事前準備

- ・8月2日(土)の納涼祭(ビンゴ大会時)で連絡事項として説明する
- ・8月3日(日)から実施要領を全戸配布する。必要があれば班長が説明する
- ・8月20日(水)までに黄色いタオルを配布する。

5 その他

- ・事後アンケートを実施し、反省事項を明確にし、次回に生かす

震度5以上の地震が起きた時・・・私たちがとる行動

避難行動なしの防災避難訓練

中川若草町自治会

◎防災避難訓練の目的

- ・突然の災害に対して安全を確保し、行動できるように備える
- ・自治会員のすべての方の安否確認と災害状況の掌握を迅速に行う
- ・自治会災害対策本部(公民館)で情報を収集し、2次行動を検討する

◎災害が起きた時の対処のしかた

<ステップ1> 地震で揺れている時、まずは自分の身を守ること

★ポイント

- ・「倒れてこない」
- ・「落ちてこない」
- ・「移動してこない」

ところに避難する

<ステップ2> 揺れが収まったら、安全を確保する

★ポイント

- ・「火の元の確認」
- ・「ガスの元栓を閉める」
- ・「出口の確保」
- ・「食器や窓ガラスの破片に注意」



家族の安否確認
近隣の状況の確認

<ステップ3> 身の回りの安全確認ができれば

- ・災害情報の確認 → テレビ、ラジオ、高岡市 HP 公式 SNS など
- ・避難の確認(在宅避難もしくは避難場所)
- ・避難する際の持ち物を準備しておく
(食料品・飲料水・生理用品・薬・お薬手帳・現金・通帳などの貴重品)
- ・避難経路はあらかじめ確認しておく