

令和7年度 糸魚川市総合防災訓練要領

- 1 実施日時 令和7年8月30日（土）
避難訓練：午前8時から（地区の状況に応じて30分から1時間程度）
独自訓練：避難訓練終了後、午前10時まで
モデル地区訓練（能生中学校）：午前8時30分から
※雨天決行（ただし、災害が発生するような大雨の場合は中止）
- 2 実施場所 市内全域
- 3 目的 地震発生を想定して、「自分の身は自分で守る」ための個々での対応訓練実施と、「地域で助け合う」ための各自治会（自主防災組織）での各種訓練を行い、課題を検証することで地域防災力の向上を図る。
- 4 想定 上越・糸魚川沖断層のずれによる地震が発生、市内各地で震度6弱を観測。一部家屋の倒壊も発生、津波警報が沿岸部に出される。
- 5 訓練内容

訓練1 シェイクアウト訓練

8時のJアラート緊急地震速報発出後に、自分がいる場所で身を守るための行動訓練（以下「シェイクアウト訓練」という。）を1分間実施。



イラスト提供：日本シェイクアウト提唱会議

訓練2 避難訓練（地区の状況にあわせて30分から1時間程度）

8時2分のJアラートによる津波警報発表後

《想定する避難訓練の概要》

- ・沿岸部の地区 … 津波警報発表による避難訓練
(津波警報発表後、避難指示を発令します。)
- ・住宅密集地の地区 … 地震による火災、家屋倒壊を想定した避難訓練
- ・中山間地の地区 … 地震による土砂災害を想定した避難訓練

訓練3 地区独自訓練（地区の状況にあわせて1時間から1時間30分程度）

（各地区の避難訓練終了後）

避難訓練の検証及び反省、防災資機材の点検と取扱い訓練、備蓄品、非常用持出袋の確認、初期消火訓練（消火器・40mmホース）、応急手当訓練、避難行動要支援者支援体制の確認、炊き出し訓練など、地区で計画した独自訓練を実施する。

訓練当日の流れ【各地区・自治会での動き】

時間	動き	確認事項、注意点
8:00～	①シェイクアウト訓練	地震のJアラートの鳴動により、自宅で命を守る行動を行う「まず低く」、「頭を守り」、「動かない」1分間
8:02～	②避難・避難誘導	津波警報のJアラートが鳴動、続いて、避難指示発令 ・隣近所で声をかけ合い、地区で定める避難場所へ集合 ・役員等が避難誘導を行う。 ※沿岸部以外の地区は、独自の想定で避難訓練 【確認】非常用持出袋を持って避難。 落ち着いて安全に避難。(まずは安全な場所へ) ※事前にハザードマップで避難場所・経路等を確認
	(任意) ③避難行動要支援者の避難支援	・実施する場合は、事前に避難支援者や民生委員・消防団と連携を確認し、相互に協力して避難支援を行う。 ※事前に避難行動要支援者名簿を確認しておく。
概ね 8:30～9:00 を目途に	④避難完了	・避難場所で、組(班)ごとに総数・避難人数・不在者数を確認し、地区代表者に避難状況を報告する。 ※避難状況を消防団へ報告する。(任意) その後、住民避難訓練は終了。
	(任意) スマートフォンを活用した避難状況伝達訓練	スマートフォンを活用し、避難状況伝達訓練を試行実施市からLogoチャットを登録している地区代表者へ避難状況の確認について送信し、Logoフォームで回答してもらう。
～10:00	⑤地区独自訓練	・各地区で計画した内容で、引き続き実施する。 (例) 避難訓練の検証及び反省、備蓄品、非常用持ち出し袋の確認、初期消火訓練など ※独自訓練終了をもって防災訓練は終了。
訓練終了後	⑥結果報告	・訓練終了後、地区代表者は電子報告または報告用紙で回答する。

6 モデル地区訓練

時間：午前8時30分から午前10時30分まで

場所：能生中学校体育館、柔剣道場下ピロティ

参加者：能生中学校へ避難した住民（能生栄町、桜木、駅南、緑ヶ丘地区等の住民）

訓練内容：①応急手当、搬送訓練（骨折の固定、毛布、担架による搬送）

②避難所設営訓練（段ボールベッドの組立）

③防災資機材を用いた救出訓練（ジャッキ、バール等を用いた挟まれ救出）

④消火器取扱訓練

⑤消火栓（40mmホース）取扱訓練

※市職員指導により、各種訓練を体験していただく予定。