

# 2学年通信

新宮町立新宮東中学校  
令和7年6月20日 第33号  
文責:江頭 俊輔

## [シェイクアウト訓練が行われます！]

6月20日（金）のどこかの時間に「シェイクアウト訓練」が行われます。昨年度も取り組んでいますが、緊急地震速報に備えた訓練になります。緊急事態の際には、即座に正しい判断をすることが求められます。しかし、事前に訓練や練習をして備えておかねば、なかなか自信をもって行動することはできません。今回はみなさんで、シェイクアウト訓練について確認しましょう。

### シェイクアウト訓練の目的

- ・地震発生時に、命を守る行動を最優先する判断ができるようになる。

## [シェイクアウト訓練時の体勢の確認！]



左図は地震の際の体勢のポイントです。（どの学級にも掲示しています。）授業中であれば、机が近くにあります。

### 【緊急地震速報が流れたたら】

- ①まずは姿勢を低くとります！
- ②机等で頭を守る姿勢をとります！
- ③机が動かないように「がっちり」机の脚をもちます！

## [緊急地震速報が流れたたら！]

授業中	休み時間
<p>○教室（机がある場所） →上記で確認したとおりの姿勢をとり、安全が確保されるのを待ちます。</p> <p>○グラウンドや体育館（机がない場所） →倒れてくるものがない「<u>安全な場所</u>」でしゃがみ、<u>頭を守る姿勢</u>をとります。</p>	<p>○グラウンドや体育館及び廊下（机がない場所） →倒れてくるものがない「<u>安全な場所</u>」でしゃがみ、<u>頭を守る姿勢</u>をとります。</p> <p>○揺れがおさまったら、 →「<u>揺れがおさまりました</u>」の全校放送を待つ。</p> <p>→<u>自分の教室に戻ります。</u></p> <p>※教室で点呼をとり、安全を確認します。</p>

## [お家にいるときに『緊急地震速報』が流れたたら！]

今回のシェイクアウト訓練にあたって、私も気になって、「福岡県防災ホームページ（右QRコード）」を検索して、自分なりに調べてみました。すると、【緊急地震速報が鳴って、地震



が来るまでにできること】がまとめられていたので、紹介します。

- ①火元になりそうなものをなくす。
- ②ドアを開けて、出入り口を確保する。
- ③窓ガラスなど割れて飛散しないようにカーテンを閉める。
- ④ペットなどをケージの中に入れる、入るように指示する。
- ⑤家族で、室内で安全なスペースに移動する。

緊急地震速報から地震が来るまでは数秒～数十秒ほどです。限られたことしかできません。そのため、日頃からイメージして優先順位をつけることが大切です。自分でも調べてみましょう！