

<報道発表資料>

令和 8 年 2 月 2 日

京都市行財政局防災危機管理室

## 令和 7 年度京都市シェイクアウト訓練の実施

～ その場でできる 1 分間の一斉防災行動訓練 ～

京都市では、東日本大震災を風化させないため、地震から身の安全を守る行動を身につけるとともに、地域、学校、職場などの組織における災害時の対策や身の回りの安全対策の再確認を促進するため、シェイクアウト訓練を実施します。



### 【背景と目的】

シェイクアウト訓練（一斉防災行動訓練）は、地震の際の安全確保行動「まず低く、頭を守り、動かない」を身につける訓練であり、一定の場所に集まる必要もなく、参加の意思さえあれば「場所を問わない」、「時間がかからない」、「家庭、学校、職場の実態に応じて実施できる」といった特徴を持っています。

地震発生時、自分の身を守るためには、日頃からの訓練が必要不可欠です。

また、安全確保行動を身につけるだけでなく、この訓練を通じて地域、学校、職場などの組織が、非常時の対策の見直しやケガを防ぐための身の回りの安全対策をとるように促すことも目的としています。

## 【概要】

- 日時 令和8年3月11日(水) 午前 9時30分
- 対象 実施日時に京都市内におられる方
- 場所 ご家庭・学校・職場などそれぞれの場所
- 訓練内容

### 1 シェイクアウト訓練（一斉防災行動訓練）

午前9時30分になれば、ご家庭・学校・職場などのそれぞれの場所で、地震の揺れから身を守る3つの安全行動（①：姿勢を低く保つ、②：頭を守る、③：動かない）を約1分間実施します。

### 2 初動訓練

シェイクアウト訓練に引き続いて、京都市役所では全職場で、出入口の確保、職場・来庁者の安否確認、火の元の安全確認、屋内消火栓等の点検、来庁者の避難誘導訓練等の初動訓練を実施します。

また、京都市内の事業所、学校等に対しては、避難場所の確認、連絡体制の確認、避難誘導訓練等の実施を呼びかけます。

### 3 緊急速報メールの受信確認

午前9時35分に、訓練用の緊急速報メールを発信しますので、受信確認をお願いいたします。（※ 京都市内にある全ての携帯電話に送信しますが、一部受信できない機種もあります。）

## ● 訓練参加の登録

京都市では、市民や事業者等の皆様に事前の訓練参加登録（未登録での訓練参加も可能です。）をお願いしております。（登録者数は京都市のホームページのほか、日本シェイクアウト提唱会議のホームページでも公表します。）

## 【訓練参加登録フォーム（京都市情報館）】

<https://www.city.kyoto.lg.jp/gyozai/page/0000294032.html>



## <緊急速報メールについて>

緊急速報メールは、京都市内の通信事業者の基地局から発信します。京都市との境界付近にある地域では、市の境界を越えて受信する可能性があります。

## <お問合せ先>

京都市行財政局防災危機管理室

電話：075-222-3210