

令和8年度 「伊那市総合防災訓練」を開催します。

毎年、市内の地区を回り順で開催している「伊那市総合防災訓練」を今年度は長谷地区で開催します。
災害時には「逃げ遅れゼロ」を目指し、住民自らが安全を確保し、近所や地域とともに安否確認や避難支援を行い、一人の犠牲も出さない地域を目指します。

1 日 時 令和8年8月 30 日(日)

- (1)地区訓練:午前7時～午前9時00分頃まで
- (2)全体訓練:午前9時～正午まで

2 会 場

- (1)地区訓練:各地区で実施
- (2)全体訓練:長谷中学校

3 内 容

- (1)地区訓練:各区で作成した防災計画等にもとづき、地区住民自らが本部設置や声かけ、安否確認を実施し、一人ひとりが当事者としての意識を醸成する。
- (2)全体訓練:防災関係機関や災害時応援協定締結機関などの協力により、各種展示や講座を実施し、見学や体験を通して防災意識の向上を図る。

4 参加者

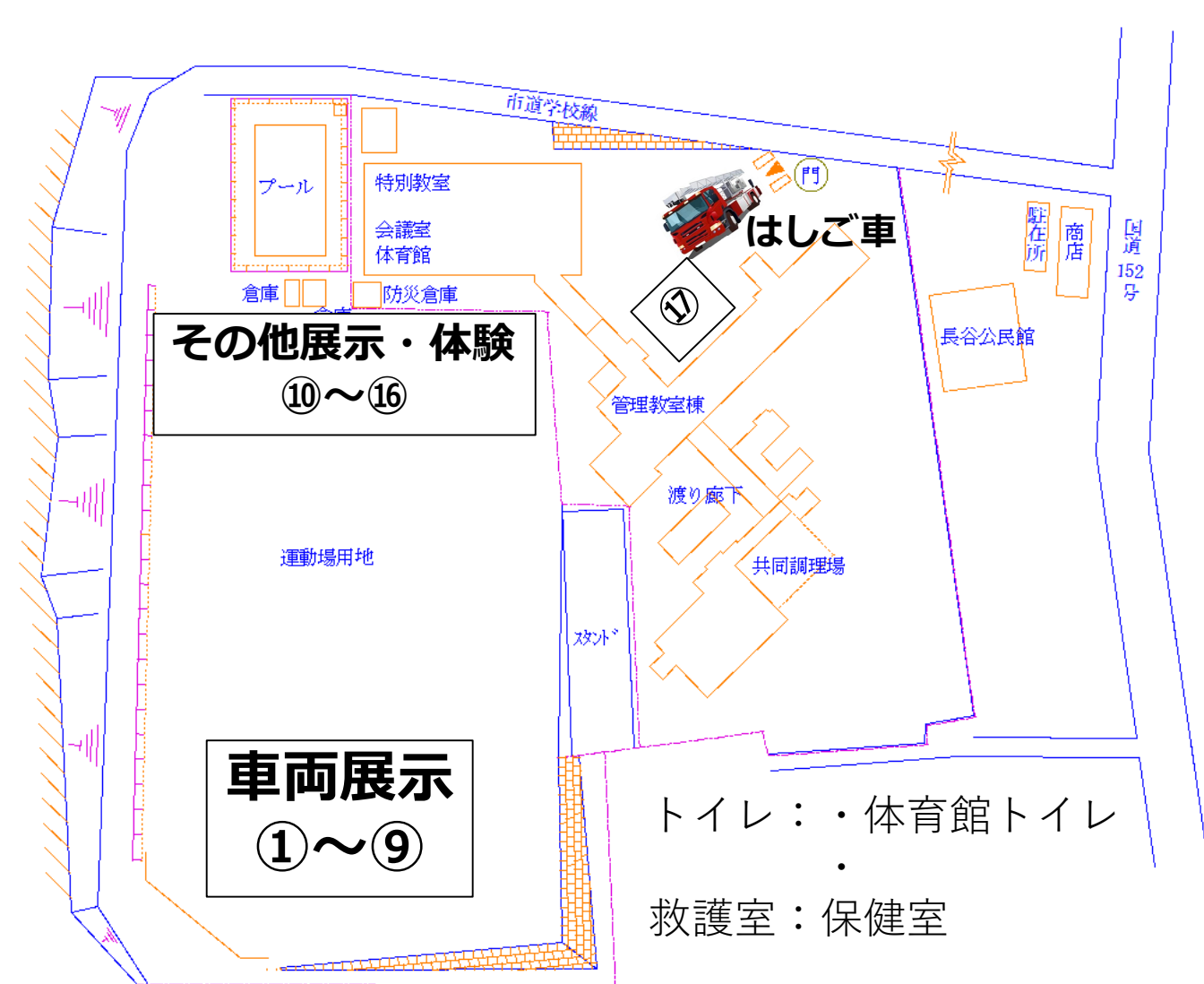
地域住民、防災関係機関、各種団体、市職員 等

5 留意事項

- (1)全体訓練はどなたでも参加していただけます。
- (2)長谷中学校に駐車スペースはありません。駐車場は長谷小学校・長谷総合支所をご利用ください。
- (3)発熱など、体調不良の方は参加ををお控えください。
- (4)熱中症に注意して参加をお願いします。(体温調整、水分補給 等)

5 添付資料 ☒ 防災訓練リーフレット

[本件に関するお問い合わせ先](#)



展示団体

① 中部電力パワーグリッド(株)	⑦ 佐川急便(株)	⑬ NTT東日本(株)
② 天竜川上流河川事務所	⑧ 伊那市 消防団本部	⑭ エレコム(株)
③自衛隊長野地方協力本部 陸上自衛隊松本駐屯地	⑨ 認定NPO法人 長野県NPOセンター	⑮ 日本クリーンアセス(株)
④ 伊那市 災害バイク隊	⑩ 長野県 砂防ボランティア協会	⑯ 上伊那広域消防本部 高遠消防署（煙体験）
⑤ 伊那水道事業協同組合	⑪ 伊那市 都市整備課	⑰ 赤十字奉仕団長谷分団 炊き出し
⑥ 長野県伊那警察署	⑫ 長野県 自主防災アドバイザー	⑱ 上伊那広域消防本部 伊那消防署（はしご車）

【持ち物】 ・動きやすい服装、帽子（ヘルメット）、運動靴、飲み物
・上履き、下足入れ用袋（ビニル袋）

◆ 訓練の目的 ◆

「逃げ遅れゼロを目指す体制づくり」

●災害を乗り切るとは

- ① 命を守ること。
- ② 支援や救助が来るまで生き抜くこと。
（孤立しても生き残れる地域づくり）
- ③ 命をつなぎ生活を再建すること。

●一変する生活を支えるのは「地域」です。大規模な災害時は企業や施設、事業所も被災します。行政（職員）も被災します。そのような時「地域の力」なくしては、災害を乗り切ることはできません。地域を守るとは、そこに住む「1人1人の命を守る」ことです。

●地域ごと抱えるリスクは異なります。また、高齢化、平日の若者不在等、様々な課題がありますが、災害時には「安否確認」と「避難行動」の確認を行い、1人の犠牲者も出さないための初動対応を地域で行います。素早い行動は、迅速な救助や要配慮者ケアなど、次の一步に繋がります。

◆ 訓練概要 ◆

- ◆ 迅速な避難行動に向け、非常持出品を備える
「避難準備訓練」
- ◆ 安否確認や被害情報を班（近所）から区（地域）へつなげる
「情報伝達訓練」
- ◆ 地区住民を主体とした
「避難所開設・運営訓練」
- ◆ 災害時や避難所での留意点を学ぶ
「防災講座」・「展示見学・体験」

◆ 参加団体 ◆

長谷地区（7区）、長谷地域協議会、長谷地区社会福祉協議会、赤十字奉仕団長谷分団、長谷交通安全協会、天竜川上流河川事務所、長野県砂防ボランティア協会、上伊那広域消防本部、伊那警察署、伊那市水道事業協同組合、中部電力パワーグリッド(株)、自衛隊長野地方協力本部、陸上自衛隊松本駐屯地、伊那市災害バイク隊、長野県自主防災アドバイザー、NTT東日本(株)、日本クリーンアセス(株)、エレコム(株)、佐川急便(株)、伊那市有線放送農業協同組合、伊那市医師会、伊那市歯科医師会、上伊那薬剤師会、上伊那助産師会、長野県建築士会、長野県動物愛護会、長野県NPOセンター、長谷小学校、長谷中学校、長谷総合支所、伊那市議会、伊那市消防団、伊那市
(順不同・敬称略)

◆ 訓練の中止について ◆

次に掲げるいずれかの場合において訓練の実施が困難であると総合的に判断されるときは、訓練の実施を中止するものとする。

- 伊那市に大雨・暴風・洪水の特別警報・警報が発表されたとき
- 伊那市で震度4以上の地震が発生したとき
- その他中止することが必要であると判断される事象が発生したとき

①地区訓練

●7：00 レベル3 警報「高齢者等避難」
・避難に時間を要する人（要配慮者）とその支援者は避難する

【家庭】・安全な場所の確認・移動
・非常持出品の確認
・今後の気象状況の確認

【地区】・非常持出品の確認
・安否確認訓練
・支え合いマップ等の確認
・今後の気象状況の確認
・公民館無線の通信訓練

●8：00 レベル4 警報「避難指示」
・危険な場所から、速やかに避難先へ避難する
（立ち退き避難を基本とする）
・一時避難場所及び避難経路の確認、避難行動、避難支援
※区ごとにテーマを決めて訓練を実施します。



（小中学生の動き）

●7：00 レベル3 警報「高齢者等避難」
・避難に時間を要する人（要配慮者）とその支援者は避難する

【家庭】・安全な場所の確認・移動
・非常持出品の確認
・今後の気象状況の確認

【地区】・非常持出品の確認
・安否確認訓練
・支え合いマップ等の確認
・今後の気象状況の確認

●8：00 レベル4 警報「避難指示」
・登校集合場所へ集合し、中学校体育館へ避難（登校する）

●9：00 中学校体育館へ集合し、各学年で安否確認。

●9：15 各学年等に分かれて、訓練等実施。

②全体訓練

●9：15～10：30（避難所開設・運営訓練）
【会場：長谷中学校体育館】

・9：15 各地区で集合し、安否確認を実施

・9：25 運営委員会の立ち上げ（各班に集まり、班長を選出）

・9：40 状況付与の開始
（各班で、課題・対応を検討し報告する）

・10：15 避難所運営本部より、発表

・10：50 上伊那広域消防本部によるはしご車救出訓練

・11：20 同上
（長谷中学校玄関前ロータリー）

●9：10～ ※自由参加
【会場：長谷中学校敷地内】

①体験コーナー ・煙体験ハウス
・災害用伝言ダイヤル

②展示コーナー ・特殊車両展示
・防災資機材展示

③防災講座 ・災害時に役立つ知識を学ぶ講座

※上下履きの区別の徹底をお願いします。
出入り口は昇降口を使用してください。



◆伊那市の情報発信ツールを確認しましょう。

①yahoo!防災速報

気象情報や避難情報
等様々な情報を発信



②伊那市防災気象情報

伊那市の気象情報
がまとめて見れる！



③伊那市公式 X

避難情報等様々な
情報を発信



④伊那市防災アプリ

防災行政無線の放送内容、避難場所の位置、ハザードマップが確認できます。

また、災害時に役立つ各種情報が取得できます。

いざというときに備えて、平時からご活用下さい。





一般向け講座

講師	場所	内容	時間
伊那市医師会 伊那市歯科医師会 伊那市薬剤師会	ランチ ルーム （1F）	災害と医療の防災講座	①10:40 ～10:55 ②11:00 ～11:15
長野県動物愛護会	2年教室 （2F）	ペットの災害対策について考えよう	
長野県建築士会	3年教室 （3F）	避難所の応急危険度判定と 災害時の事前準備講座	
上伊那助産師会	1年教室 （2F）	母子が避難所で過ごす時の豆知識	

閉会式（11：45～12：00）会場：長谷中学校体育館

- ・消防団喇叭隊吹奏

・あいさつ 伊那市長 吉田 浩之
長谷地区 区長会長 小松 賢一

・講 評 伊那市消防団長 駒井 啓晃

～ご協力ありがとうございました～