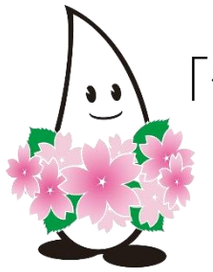
回　　覧

令和７年度
「伊那市総合防災訓練」のお知らせ



○令和７年度の伊那市総合防災訓練を美篶地区（美篶小学校）で開催します。
　命を守る行動を考える機会として、ぜひ、ご参加下さい。
○災害時は、地域の皆さんが主体となり、協力して「安心・安全」を確保することがとても重要です。

日時：令和７年８月３１日（日）午前６時～正午

会場：美篶小学校（全体訓練：体育館　防災ｽﾎﾟｰﾂﾌｪｽﾀ：グラウンド）

◆全体訓練に参加する皆様へのお願い

○雨天の場合には雨具を持参して下さい。
○各自で飲み物を用意するなど、熱中症対策をお願いします。
○小学校に入るときに、靴を入れる袋をお持ちください。
○駐車場として、小学校の周辺駐車場をお借りしていますが、台数に限りがありますので、近隣の方は徒歩でご参加下さい。
○予定している内容を一部変更する場合があります。
○当日、伊那市から下記の情報を発信しますのでご承知おき下さい。
　６：００頃　地震発生情報
　７：００頃　避難指示（市の情報発信訓練）
　８：００頃　注意喚起情報

【持ち物】
・非常持出品リュック　・上履き
・ヘルメット（ある方）　・雨具（雨天時用）
・筆記用具　・飲み物

◆訓練の前に伊那市の情報発信ツールを確認しておこう

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。

App Store からダウンロード
Google Play で手に入れよう

◆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支援や援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。

●災害により一変する生活を支えるのは「地域」です。大規模な災害時は行政（職員）も被災します。企業や施設、事業所も被災します。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。
●地域が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、次の一歩に繋がります。

お問い合わせ先：伊那市総務部危機管理課
電話７８－４１１１（内線2051～2053）

伊那市総合防災訓練　全体日程表（概要）

<table>
<tr><td>6：00
地震発生</td><td>7：00
避難指示発令</td><td>8：00
避難所開設</td><td>9：15</td><td>10：00</td><td>11：45</td></tr>
<tr><td colspan="2">第１部</td><td colspan="3">第２部</td><td rowspan="4">閉会式</td></tr>
<tr><td colspan="2" rowspan="2">①地区訓練</td><td colspan="3">②全体訓練　（防災講座・展示見学他）</td></tr>
<tr><td colspan="3">③防災スポーツフェスタ</td></tr>
<tr><td>シェイクアウト訓練
（家庭）</td><td>避難行動
避難支援</td><td>市職員の
避難所開設訓練</td><td rowspan="2">地区主体の
避難所運営訓練</td><td>ミニ防災講座</td></tr>
<tr><td>安否確認訓練
（地区）</td><td>地区内危険箇所確認</td><td>避難者受入れ</td><td>展示・体験</td></tr>
</table>

①地区訓練

●６：００　地震発生

【家庭】・シェイクアウト訓練

・非常持出品の確認

【地区】・安否確認訓練

・支え合いマップ等の確認

●７：００　避難指示発令

（市情報発信訓練）

【地区】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。

②全体訓練

●開会式　　９：００～

【会場：美篶小学校グラウンド】

●訓練開始　９：１５～

【会場：美篶小学校体育館】

※あらかじめ区で決めた方が参加します。

・避難所開設・運営訓練

・避難所運営委員会立ち上げ訓練

・ケーブルテレビ等接続訓練

・要配慮者スペース設営訓練　など

●１０：１５～　※自由参加

【会場：美篶小学校】

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

③防災スポーツフェスタ

●開会式　　９：００～

【会場：美篶小学校グラウンド】

●競技開始　９：２０～

【会場：美篶小学校グラウンド】

※美篶区民の皆様の参加をお待ちしています。

（雨天の場合は中止します。）

【個人種目案】

①土のう作り、目指せ5kgピタリ賞

②消防団小型ポンプ搭載車に乗ってみよう！

③消火器体験！

④防災備蓄準備競争

⑤非常用簡易トイレ作り

【全体種目案】

①テントを立てよう

②宝拾い

③防災４択クイズ

④テントを畳もう

※種目及び内容は変更になることがあります。