

「令和8年度 伊那市総合防災訓練を実施します。」

日 時：令和8年8月30日（日）8：00～9：10 地区等での訓練
9：15～12：00 全体訓練（小雨決行）

訓練会場：（地区訓練）各地区
（全体訓練）長谷中学校体育館及び校庭等

服装等：動きやすい服装、帽子（ヘルメット）、運動靴、飲み物など

◆自助の行動◆

- ・ケガはないか。
- ・自宅にいる家族の安否を確認する。
- ・火の始末・電気ブレーカーを切る。
- ・非常持出品を確認する。
- ・戸締りをして、周りに注意しながら外へ避難する。

◆共助の行動◆

- ・隣人や隣組の安否確認、けが人はいないか
- ・負傷者等は救助・救護を要請する。
- ・周りに注意しながら避難場所へ移動する。

★★8：00～9：10 地区等訓練★★

各区の訓練計画により実施されます。

安否確認、避難行動要支援者の避難支援、消火訓練など実施後、全体訓練会場の長谷中学校へ移動してください。

※車移動の方は長谷小学校または長谷総合支所、同職員駐車場をご利用ください。

※長谷公民館駐車場には停められません。

★★9：15～11：45 全体訓練★★

◆見学・体験◆

上伊那広域消防による
救助デモ

1回目 10：50～

2回目 11：20～

校舎3階に取り残された要救助者を「はしご車」により救助します。

車両展示

陸上自衛隊

国土交通省

中部電力（株） ほか

防災機材展示

エレコム

N T T 東日本 ほか

非常食の試食

日赤奉仕団の皆様

・アルファ化米

・即席味噌汁

・煙体験ハウス

・ペット同行避難

・災害用伝言ダイヤル

◆避難所運営訓練・講座◆

災害と医療の防災講座

講師：伊那市医師会、歯科医師会、薬剤師会

母子が避難所で過ごす豆知識

講師：上伊那助産師会

避難所でのペットについて

講師：長野県動物愛護会

被災建築物応急危険度判定について

講師：長野県建築士会

注目！

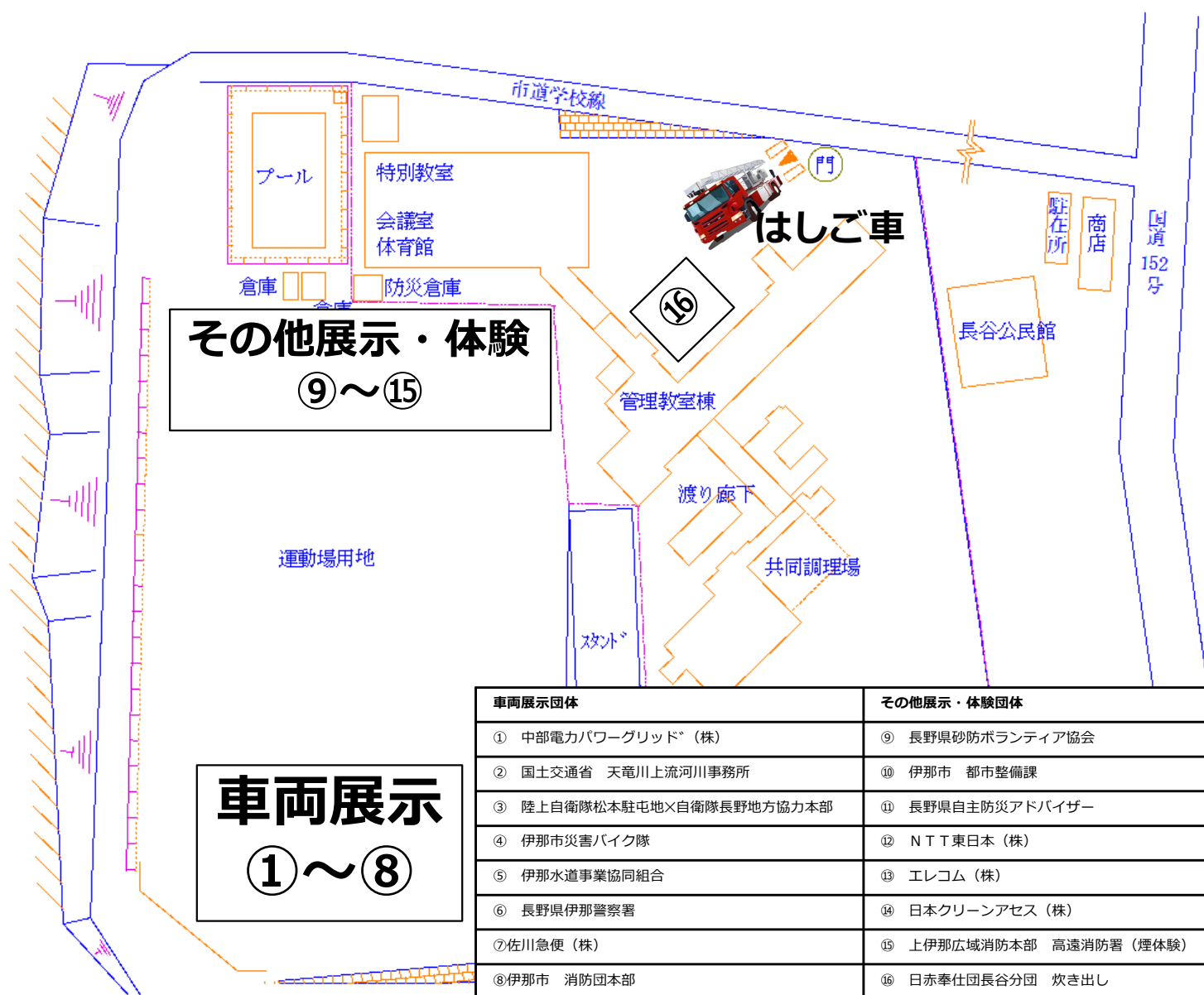
避難所運営

地区の皆さんで、避難所運営本部を立ち上げる訓練にあわせ、災害時の考えられる課題を状況付与し、検討により解決を目指します。

長谷小学校・長谷中学校の皆様

避難所開設に必要な簡易テント、段ボールベッド、簡易トイレなど生徒たちが協力し組立設置します。中学生には状況付与（課題）に対して、検討により解決を目指します。

●長谷中学校 会場図●



◆伊那市の情報発信ツールを確認しましょう◆

①伊那市防災アプリ

防災行政無線の放送、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、平时からご活用ください。



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！

