

# こうち防災ニュースレター

令和元年 8 月 高知県南海トラフ地震対策課 発行

こうち防災ニュースレターでは、日ごろからの備えや地域での支え合いとして、自主防災活動に役立  
てていただくための情報をご提供しています

## 本号の内容

### シェイクアウト訓練のお知らせ

### シェイクアウト訓練のお知らせ

昨年度に引き続き、本年度も **9 月 2 日 (月)** にシェイクアウト訓練  
を実施します。昨年度は 500 を超える団体に参加登録していただきま  
した。皆さまも、是非ご参加ください。

#### 『シェイクアウト訓練とは?』

地震発生時にすばやく身を守る行動をとるための訓練です。

訓練開始と同時に

- ① **姿勢を低く (DROP)**
- ② **頭を守り (COVER)**
- ③ **動かない (HOLD ON)**

という、安全確保行動を取ります。



#### 『プラスワン』

この機会に、みんなで地震について勉強してみてもはどうでしょう。

その際には、本紙下部に記載している『南海トラフ地震対策推進出前講座』などもご利用ください。

申込方法や詳細な内容については、南海トラフ地震対策課 HP をご覧ください。

高知県 シェイクアウト訓練 [検索](#)

\*\*\*\*\*

#### ～南海トラフ地震対策について学ぼう～

県は様々な学びの機会を提供しています。是非ご活用ください。

<b>南海トラフ地震 対策推進出前講座</b>	南海トラフ地震に関する基本知識から応急手当などの実技まで、地域や団体の ニーズに合わせた講座が受けられます。
<b>起震車による揺れ体験</b>	起震車を用いて、実際に地震の揺れを体験できます。

内容・申込方法等の詳細は HP をご覧ください。

高知県 南海トラフ地震対策推進出前講座 [検索](#)

高知県 起震車による揺れ体験 [検索](#)

\*\*\*\*\*

#### 問い合わせ先・発行元

高知県危機管理部南海トラフ地震対策課 企画調整担当

電話：088-823-9798 FAX：088-823-9253

メール：010201@ken.pref.kochi.lg.jp



たいさくくん



へるぱちゃん

高知県防災キャラクター©やなせたかし