

シェイクアウト 2025

1分間の
地震防災訓練



あなたの命を守る

9月1日(月)

午前11:45～
自宅・学校・職場などで

訓練当日の流れ

①それぞれの開始合図で訓練開始

- ・定刻になったら
- ・放送やサイレンを聞いて
- ・大分市防災メール(登録者のみ)を受信したら

②その場で1分間(自分の身を守る) 安全行動をとりましょう！

③できる範囲でプラスワン訓練を行い 防災について考える機会にしましょう！

詳細は大分市HPで

大分市シェイクアウト

検索

3つの安全行動



DROP!



COVER!



HOLD ON!

提供 効果的な防災訓練と防災啓発提唱会議

《プラスワン訓練》

今年は「プチ避難訓練」を推奨！

それぞれの場所で火元の確認や
避難口の確保など簡単な動作

その他

- 備蓄の確認
- 家族との連絡確認
- 避難場所や危険箇所の確認 など



お問い合わせ／大分市防災危機管理課 ☎097-529-7262