

県内一斉に実施！県民総ぐるみ地震防災訓練

# シェイクアウト えひめ

令和7年 12月17日(水)  
11:00~

自宅・学校・職場など  
どこでも  
参加可能

11/5~12/23の  
期間中ならいつでも  
実施できるけん！



- ・時間となりましたら各自で合図や声掛けを行い、訓練を実施してください。
- ・県から訓練開始の合図はありませんので、参加者ごとに訓練開始の方法を決めて実施してください。
- ・放送音声などホームページからダウンロードできますのでご活用ください。

地震発生時にとるべき行動は**3つ**！



まず低く

DROP!



頭を守り

COVER!



動かない

HOLD ON!

いつかやってくる  
南海トラフ巨大地震

プラスワン訓練として  
津波避難訓練も  
やって欲しいけん！



海や川から離れ、高台や  
高層階へいち早く避難！

プラスワン訓練も  
やってほしいけん！



シェイクアウト訓練(約1分間の身を守る安全行為)に  
加えて**プラスワン訓練**(避難訓練、備蓄物資の確認、初期  
消火等)も実施して、より効果的な訓練としましょう！



参加  
登録

シェイクアウトえひめ



<https://www.pref.ehime.jp/site/bousai/18070.html>

お問合せ先 / 愛媛県県民環境部防災局防災危機管理課

電話 : 089-912-2319 FAX : 089-941-2160 Eメール : bousaikikikanri@pref.ehime.lg.jp

2025.12.17 am 11:00 START  
シェイクアウトえひめ  
認定番号 250030号



公式  
認定  
THE GREAT  
JAPAN

Shake  
Out  
[日本公式]シェイクアウト