

# 1.17 たからづか シェイクアウト 一斉訓練



地震が発生した時、  
あなたはどのような行動をとりますか？  
気軽にできる「シェイクアウト訓練」に参加して、  
地震の際の安全確保行動  
「まず低く、頭を守り、動かない」を  
身につけましょう。



日時

**1月17日** 午前10:00から1分間

この期間に限らず、都合の良い日程でぜひ訓練を実施してください。

場所

あなたのご家庭、学校、職場など

方法

その場で約1分間、安全確保行動「まず低く(DROP)」「頭を守り(COVER)」「動かない(HOLD ON)」を行います。

訓練の流れ

実施日まで

参加登録

市ホームページ「1.17たからづかシェイクアウト一斉訓練」(ID:1049575)の参加登録URLまたは二次元コードからご登録ください。

1月17日もしくは前後2週間での実施であれば参加登録が可能。登録団体は市ホームページに参加団体として団体名を公開します。



参加登録はこちら

シェイクアウト訓練とは？

地震の際の安全確保行動を身につける、いつでも誰でもどこでもできる訓練。いつ起こるかかわからない巨大地震に備えて、ご家庭、学校や職場、地域などで実施しましょう。

※周囲の安全を確認してから実施しましょう。

なぜ

「まず低く、頭を守り、動かない」？

地震のゆれ自体でケガすることはめったにありません。大半は家屋の倒壊、ガラスの破片や落下物が原因です。安全な場所へ避難しようとして長距離を移動することによりケガする例がもっとも多く、避難の際の移動距離を最小限にとどめることがとても重要です。



まずひくく DROP! おたまをまもり COVER! うごかない HOLD ON!

主催

宝塚市総合防災課 TEL:0797-77-2078

MAIL:m-takarazuka0022@city.takarazuka.lg.jp



提供 効果的な防災訓練と防災啓発提唱会

# 阪神・淡路大震災から30年

～震災の教訓をともに未来に繋ぐ～

日程 令和7年 1月26日(日)

開場 午後1時 開演 午後1時30分

時間 午後1時30分から午後4時まで(受付開始は午後1時)  
(表彰式 午後1時30分～ 講演会 午後2時～)

会場 宝塚市立文化施設ソリオホール(多目的ホール)

内容 講演会(シンガーソングライター <sup>いしだ ひろゆき</sup>石田裕之氏)

●講演会内容●

阪神・淡路大震災やその他の被災地での活動経験からの学びや今後の備えをテーマとして、音楽を通じた講演を行っていただきます。

石田 裕之(いしだ ひろゆき)氏 プロフィール

神戸市出身のシンガーソングライター、防災士。

阪神・淡路大震災が発生した当時は中学2年生で、神戸市北区の自宅で震災を経験。これまで、阪神・淡路大震災でのボランティア活動をはじめとして、全国の様々な被災地に何度も足を運び、継続的な支援活動を行っている。また、支援活動で得た知見を活かして、音楽を通じた防災啓発に取り組んでいる。

神戸学院大学「地域学」非常勤講師、丹波篠山市ふるさと大使、第一回環境社会検定合格「エコビープル」、NPO法人北神戸田園ボランティアネット副理事長、NPO法人P.U.S.バングラデシュの村を良くする会理事、NPO法人やっぺす理事、一般社団法人みずほの家庭理事。



防災川柳表彰式(宝塚市大使 やすみりえ氏)

●表彰式内容●

広報たからづか(9月号)「川柳日和り」にて応募いただいた川柳の優秀作品を、宝塚大使であるやすみりえ先生ご本人により表彰・講評していただきます。

やすみりえ氏 プロフィール

兵庫県神戸市出身の川柳作家、東京都在住。

大学卒業後、本格的に川柳の道へ。現在多数の公募川柳コンテストの選・監修をつとめ、テレビやラジオの川柳コーナー出演も多数。全国各地で川柳教室やワークショップを開催し、句を詠む楽しさと言葉の魅力を伝える活動も展開。

著書に句集「召しませ、川柳」「ハッピーエンドにさせてくれない神様ね」(新築館出版)等、監修に「サラリーマン川柳傑作選」(NHK出版)他多数。

全日本川柳協会会員、日本文藝家協会会員、令和3年度文化庁長官表彰。



定員 270名 対象 どなたでも

参加費 無料

問い合わせ先 宝塚市役所 都市安全部 総合防災課

連絡先 0797-77-2078

アドレス: m-takarazuka0022@city.takarazuka.lg.jp

申し込みフォーム  
お申し込みはこちらから



うすれない記憶はない。つなぐべき決意がある。