

県民一斉防災行動訓練（みやざきシェイクアウト）に関する Q&A

【シェイクアウト訓練について】

1 シェイクアウト訓練とは？

シェイクアウト訓練とは、2008年にアメリカ・カリフォルニア州で始められた訓練で、事前登録した不特定多数の参加者が、一斉にそれぞれの場所で安全確保行動（①まず低く、②頭を守り、③動かない）をとる、住民等が主体的に参加する防災訓練です。

2 「シェイクアウト(ShakeOut)」の意味は？

「シェイクアウト(ShakeOut)」は「(地震の)揺れに備えろ！」という安全行動の標語、かけ声をイメージして、アメリカの地震研究チームが研究成果を広く知らせる防災訓練のために考えた造語です(従って、“Shake”を”Out”するといった英単語の組み合わせではなく”ShakeOut”でひとつの単語です。)

**参加の意思さえあれば、場所を問わず、
どこでも・誰でも手軽に訓練に参加できます！**

**宮崎県全域で一斉に行うことで、
県全体の防災に対する意識が高まることが期待できます！**

【訓練実施日について】

3 みやざきシェイクアウトにおける訓練は、令和8年11月5日(木)午前10時に実施しなければならないのか？

原則として令和8年11月5日(木)午前10時に安全確保行動を実施していただきたいと考えていますが、参加者や団体のご都合で、その日時では実施が難しい場合は、10月1日から11月30日までの間で実施していただいても構いません。

【参加方法について】

4 みやざきシェイクアウトの参加はどのように行うのか？

事前の参加登録が必要です。

以下のいずれかの方法により参加登録を行ってください。

① インターネットによる参加登録（推奨）

県民一斉防災行動訓練「みやざきシェイクアウト」の専用ホームページにアクセスし、参加登録ページから登録を行ってください。

みやざきシェイクアウト **検索**

② F A X ・ 郵送による参加登録

募集用チラシの裏面の参加登録票に必要事項を記入のうえ、下記連絡先までお送りください。

○ F A X 番号：0985-26-7304

○ 郵送送付先：〒880-8501 宮崎市橋通東2丁目10番1号 宮崎県危機管理課あて

ご家族や個人でもご参加いただけます！

参加費は不要です！

5 事前登録した情報を訂正するにはどうしたらよいのか？

次の問合せ先までご連絡ください。

(お問合せ先) 宮崎県総務部危機管理局危機管理課

電話：0985-26-7066 FAX：0985-26-7304

Eメール：kiki-kikikanri@pref.miyazaki.lg.jp

6 なぜ「事前登録」が必要なのか？

事前登録の仕組みを設けることで、登録者の主体的な行動を促すことができると考えているためです。強制的に参加してもらうのではなく、被害想定や学習資料が掲載された専用ホームページを通して「自らの意思で」登録作業を行っていただくことが、防災啓発につながると考えています。

7 登録が完了した旨の連絡はあるのか？

インターネットによる参加登録の場合は登録完了のメッセージがありますが、県から登録が完了したことを連絡することはありません。また、訓練に関連する情報については、随時県ホームページに掲載しますので、ご確認ください。

8 参加登録にあたって、氏名・連絡先などは登録しなくてよいのか？

基本的に氏名・連絡先の個人情報は収集しません。

ただし、企業・団体等で、かつ、県のホームページ等に参加者として団体名の掲載をご承諾いただく場合には、確認のため、担当者様のお名前とご連絡先をお伺いすることとしています。

9 事前登録した情報はどのように使用するのか？

本訓練における参加状況の把握のみに使用し、それ以外の目的に使用することはありません。

ただし、企業・団体等には、今後の参考とするため、訓練の実施状況や改善点等をアンケートとしてお伺いすることがありますので、その際には、ご協力をお願いします。

10 訓練の実施後の報告は必要か？

訓練実施後の県への報告は、原則不要です。参加人数は、「事前登録」の見込人数をもって把握させていただきます。

ただし、企業・団体等には、今後の参考とするため、訓練の実施状況や改善点等をアンケートとしてお伺いすることがありますので、その際にはご協力をお願いします

【訓練の実施について】

11 携帯電話のエリアメールなどによる訓練開始の合図はあるのか？

訓練開始の合図については、県から屋外放送やエリアメール等でお知らせすることはありません。訓練開始時刻に、それぞれの参加者において、屋外放送や館内放送、スマホアプリ、携帯アラームや呼びかけ等、どのような方法でも構わないので、一斉に訓練を開始してください。

12 企業などで実施する場合に、来訪者への対応はどのようにしたらよいのか？また、来訪者を除いて、企業等の関係者のみの実施でもよいのか？

訓練時の混乱を防ぐためには、チラシや貼紙などを使って、事前に訓練の実施を来訪者にお知らせすることなどが考えられます。

なお、来訪者への影響を考慮して、企業関係者のみで実施していただいても結構です。

13 机がない場合は、どのような行動をとればよいのか？

地震発生時には、揺れが収まるまで「まず低く、頭を守り、動かない」ことが大切です。机などの隠れるものが無い場合は、家具の転倒などの危険がない場所で、身をかがめて頭を守るなど、その場に合った行動をしてください。

「プラスワン」して、より防災力をアップしましょう！

プラスワン① シェイクアウトの後に避難訓練

プラスワン② シェイクアウトの後に応急救護訓練

プラスワン③ シェイクアウトを機会に備蓄品を確認

プラスワン④ シェイクアウトを機会に家庭内の耐震化（家具の固定）

プラスワン⑤ シェイクアウトを機会にハザードマップで危険箇所をチェック

プラスワン⑥ シェイクアウトを機会に避難場所を確認

【その他】

14 訓練だけがをした場合、県からの補償はあるのか？

シェイクアウト訓練は、参加者の皆さまに自主的に訓練を実施していただくものであり、訓練中に怪我をした場合の県からの補償はありません。

実施にあたっては、安全確保に十分に留意していただくとともに、各団体等において、必要に応じて保険をご活用くださるようお願いいたします。