

じしん つなみ お  
地震や 津波が 起きたときの ために

ひなんくんれん  
避難訓練 (あんぜんに にげる 練習) を します

じしん つなみ お  
地震や 津波が 起きたとき どうすればいいですか？

どこに ひなん 避難 (にげる) しますか？ どの道 (みち) を とおって ひなん 避難 しますか？

かぞく はな  
かんがえて ください。家族で 話して ください。

くんれん  
訓練はいつ？ 11月 5日 (木ようび) 午前 10時ごろ

どこで？ あしやし  
芦屋市

じしん つなみ お  
地震や 津波が 起きたとき 町 (まち) の 中 (なか) で 大きな 音 (おと) で 放送 (ほうそう) して 知らせ ます。

すまーとふおん な し  
スマートフォンが 鳴 (な) って 知らせ ます。

くんれん し き  
訓練 (くんれん) の 知らせ (し) を 聞 (き) いたら シェイクアウト (しえいくあうと) します。

しえいくあうと じしん まも  
シェイクアウト (しえいくあうと) は 地震 (じしん) のとき からだ (からだ) を 守 (まも) るために します。

① からだ (からだ) を 低 (ひく) くします ② 頭 (あたま) を 守 (まも) ります ③ 動 (うご) かないで ください



からだを あんぜんに 守 (まも) ります。

そのあと まわりの ようすをみて あわてずに ひなん 避難 します。

くんれん<sup>ん</sup> し<sup>し</sup> 知らせを き<sup>き</sup> 聞こえなかったとき もういちど き<sup>き</sup> 聞きたいときは てんわ<sup>わ</sup> 電話  
してください。

てんわ<sup>わ</sup>ばんごう  
電話番号 0180-99-7787

わからないことは し<sup>し</sup> やくしよ<sup>よ</sup> 市役所の ぼうさいあんぜんか<sup>か</sup> 防災安全課に き<sup>き</sup> 聞いてください。

てんわ<sup>わ</sup>ばんごう  
電話番号 0797-38-2093