情報をキャッチ、
避難場所へ
迅速にタッチダウン



SEKISUI チャレンジャーズ
阿部　拓朗

# 2026年 11月5日(木) 10:00開始

南海トラフ地震・日本海沿岸地域地震

# 兵庫県 津波一斉避難訓練

一斉避難訓練

supported by 株式会社くらし計画

## ご注意ください!!



**マナーモードにしていても**
**携帯電話が一斉に鳴ります!!**

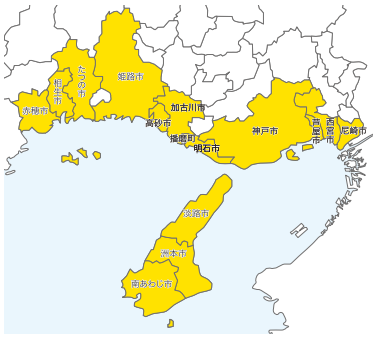
対象地域では、当日10:00過ぎに、避難を呼びかける緊急速報メール（エリアメール）が、携帯電話に届きます。「エリアメール」はNTTドコモの登録商標です。

鳴動させたくない場合は、電源を切るか個別に設定をお願いします。
（設定方法は携帯電話各社のホームページ等でご確認ください。）




**日本海沿岸地域地震**

| 対象市町 | 豊岡市、香美町、新温泉町 |
|---|---|




**南海トラフ地震**

| 対象市町 | 神戸市、尼崎市、西宮市<br>芦屋市、明石市、加古川市<br>高砂市、播磨町、姫路市<br>相生市、たつの市、赤穂市<br>洲本市、淡路市、南あわじ市 |
|---|---|

## 津波一斉避難訓練　行動指針

### 1 正確に知る
（知ったうえで訓練を迎えよう）

まずは、身の安全を守りましょう。




3つの安全行動
「まず低く！頭を守り！動かない！」
＊ShakeOut 提唱会議提供

津波の発生が想起される場合、津波警報等の情報を待たずに自らできうる限り迅速に高い場所への避難を開始しましょう。

津波は繰り返し襲ってくるので警報・注意報が解除されるまで気をゆるめず、家に戻らないようにしましょう。



### 2 実際に動く
（意識して訓練に参加しよう）



避難誘導や防潮門扉の閉鎖にかかる実際の時間経過を意識しましょう。
緊急速報メール、ひょうご防災ネット、防災無線、広報車等の伝達広報ツールを幅広く活用しましょう。

### 3 自らの安全を伝える
（実際に試してみよう）



災害伝言ダイヤル等（災害伝言板、LINE、Xなど）を利用し避難後の家族等との安否確認方法をあらかじめ決め、訓練当日に実際に連絡を行いましょう。

〈主　催〉
兵庫県、神戸市、尼崎市、西宮市、芦屋市、明石市、加古川市、高砂市、播磨町、姫路市、相生市、たつの市、赤穂市、洲本市、淡路市、南あわじ市、豊岡市、香美町、新温泉町

詳しくは、ホームページをご覧ください。

津波一斉避難訓練　兵庫県　検索