

### 自治区等避難訓練（案）

【実施日時】 11月22日 7時30分～9時頃

【実施場所】 各自治区等～最寄りの避難所

※開設避難所：下妻中学校、下妻、上妻、総上小学校の各体育館

【訓練対象】 下妻中学校区内の自治区・自主防災会等

7時25分頃 避難訓練準備放送が流れてから・・・

避難リュックに飲み物やスリッパ等を入れて準備します

7時30分頃 避難訓練開始放送が流れてから・・・

- ① 参加住民は、避難リュックを携行して集合場所に集合
- ② なるべくまとまって最寄りの避難所に徒歩又は車で移動する  
※車はなるべく乗り合わせをお願いします
- ③ 避難所に到着したら、市の担当職員の受付をうける
- ④ 受付後、できれば受付の支援をお願いします

※避難所には 8時までに避難してください

8時頃～ 防災の話（防災士）を聞きます

8時50分頃～ 市職員と片付けをお願いします

9時頃～ メイン会場へ移動します

メイン会場に移動（メイン会場に行かない参加者は解散）

### メイン会場での訓練（案）

【実施日時】 11月22日 10時～12時10分頃

【実施場所】 イオンモール下妻北西駐車場

【訓練・見学対象】 市内の全自治区・自主防災会、市民等

9時50分頃まで 会場の受付で受付を受けます

※駐車場、受付の場所は裏面参照

10時～ 3つのグループに分かれ区分訓練に参加します

3つの訓練（救出、救命（AED等）、搬送訓練）を実施（各20分程度）

11時30分頃～ 合同訓練（後半）に参加又は見学します

消防隊員等の指導により怪我人の救助訓練に参加又は見学

12時～ 訓練終了式に参加します



**「防災スイッチを入れる日」**

**楽しく役立つ体験ができると  
思います！**

**多くの皆様のご来場を  
お願いいたします!!!**

その他 体験コーナー等への自由参加

- ☆大声体験、浮き輪投げ体験
- ☆水消火器体験
- ☆AED、止血・固定法など体験
- ☆ドローン操縦体験
- ☆体験試乗（消防梯子車）
- ☆救助犬とのふれあい体験

☆炊出し体験コーナー（自衛隊カレーの試食）※配食数限定

☆特殊車両展示・防災用品展示コーナー等

※小さいお子様にも楽しめるコーナーが多数あります