江平小学校区

班回覧

中央東地区防災訓練

１０月４日（日）に宮崎市防災訓練が開催されます。それに併せまして、中央東地区においても、下記の日時等で防災訓練を行います。今後、風水害、地震、津波等、様々な災害が予想されます。是非みなさんのご参加をお願いします。

【日　時】　１０月４日（日）９：００　～　１２：００　※下記参照

【場　所】　宮崎市男女共同参画センター「パレット」（以下：パレット）

【その他】　訓練詳細は裏面に記載しています。

避難所での訓練には市職員も参加します。

【タイムスケジュール】※詳細は裏面のとおり

９：００　災害発生、避難開始

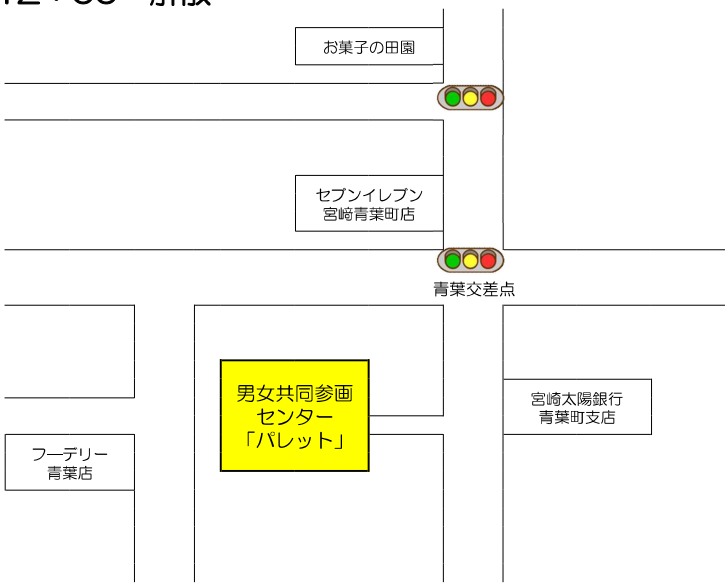
９：３０　一時避難場所集合（「近隣の安全な場所」もしくは「パレット駐車場」）

１０：００　避難所集合「パレット：多目的ホール」、避難所受付

１０：３０　避難時備蓄品設置訓練「段ボールベッド、簡易パーティションなど」

１１：２０　防災講話（防災士）

１２：００　解散



※ **受付時に**
防災おにぎり進呈
先着 100 名様

【主　　催】中央東地区自治会連合会、中央東地区社会福祉協議会
【問い合わせ先】宮崎市中央東地域事務所　（電話）　２７－７８７１

令和８年度中央東地区防災訓練　実施内容

１　　目的

①避難行動訓練

災害時の避難場所や避難経路を再確認し、迅速な避難を目指す。

②避難所開設訓練

市職員と地域住民・地域の各種団体とが一緒になり、避難所開設訓練を行うことにより、災害時に地域住民等が主体的に避難所運営できるような意識醸成を行う。

２　災害想定

- 令和８年１０月４日（日）午前９：00、南海トラフを震源とする地震が発生
- マグニチュード 9.0、震度７を観測、大津波警報が発令
- 午前９：10 には、青島地区に津波の第１波が到達、その後、各地にも到達

３　訓練スケジュール

９：00　南海トラフ地震発生、一時避難場所へ避難する。

※一時避難場所とは、災害時の危険を回避するため一時的に避難する場所

９：30　一時避難場所へ到着後、宮崎市指定避難所「パレット」へ移動

10：00　市職員と地域住民とで避難者受付を行う。

※地域住民が主体的に避難所運営することも目的としている。

10：30　避難時備蓄品設置訓練

※段ボールベッド、簡易パーティションを作成、設置し、避難時の住環境を体験する。

11：20　防災講話等

※NPO 法人宮崎県防災士ネットワークの方が防災講話等を行う。

12：00　解散

４　その他

- 大災害時は徒歩での避難が望ましいと思いますが、今回はあくまでも訓練なので、一時避難場所、避難所まで徒歩で来ることが困難な場合は、自転車、自家用車等で移動してください。
- 一時避難場所より、「パレット駐車場」の方が近い方は、はじめからそちらへ避難してください。