

報道関係者各位

令和8年10月15日
山梨県総合県民支援局 峡東地域県民センター
所長 清水 信一
電話 0553-20-2700（内線 9-300-2000）

「山梨市・笛吹市・甲州市シェイクアウト訓練」の参加者を募集しています

峡東地域では、甚大な被害を及ぼすと想定される「曽根丘陵断層帯地震」をはじめ、南海トラフ地震や首都直下地震の発生が懸念されています。大規模災害の発生時に迅速かつ的確な対応を行うためには、日頃からの訓練が重要です。

このため、地域内の住民の「自助」意識の高揚を促すべく、住民誰もがそれぞれの場所で自身の安全確保を行う、自主参加型の地震防災訓練（シェイクアウト訓練）を実施しますので、事前周知に御協力をお願いします。

1 日時

令和8年11月5日（木）午前10時00分頃

2 訓練想定（被害想定）

「曽根丘陵断層」を震源とするマグニチュード7.3の地震が発生し、山梨市、笛吹市及び甲州市で震度7の揺れを観測

3 内容

（1）事前学習

地震に関する知識、身の回りの環境整備、安全確保行動を事前に学習します。

（2）訓練開始

訓練用の緊急地震速報が防災行政無線から流れたら、その場で安全確保行動「まず低く、頭を守り、動かない」を行います。

（3）ふりかえり

訓練後、実施した安全確保行動などを検証し、自治会や職場などの環境整備や災害時の安全確保行動に活かしていきます。

詳細は訓練特設ページに掲載しています。

<https://www.pref.yamanashi.jp/kt-kenminc/r8shakeout/index.html>

5 参加登録

（1）参加対象者

山梨市、笛吹市、甲州市に在住、勤務、通学している方

（2）登録期間

令和8年11月4日（水）まで

（3）参加登録方法

以下のフォームより申込、または別添の参加登録用紙をFAXまたは郵送で提出

登録フォーム：<https://www.pref.yamanashi.jp/kt-kenminc/r8shakeout/form.html>

主催：山梨市、笛吹市、甲州市、山梨県峡東地域県民センター

協力：峡東地域防災連絡会議、効果的な防災訓練と防災啓発提唱会議（シェイクアウト提唱会議）

お問い合わせ先

山梨県総合県民支援局 峡東地域県民センター 奥山

電話 0553-20-2700（内線 9-300-2018）

山梨市・笛吹市・甲州市

シェイクアウト訓練

▶ シェイクアウト訓練（自主参加型の地震防災訓練）とは、地震発生時にまず行うべき3つの行動を習慣づけるための訓練です。

日時

令和8年11月5日（木）午前10時から1分間

場所

自宅・職場・学校 など、どこでも参加可能！

▶ 当日訓練に参加できない場合は、訓練開始の合図等はありませんが、
実施可能な日時に行ってください。その場合も参加登録をお願いいたします。

訓練内容

下のイラストを参考に3つの安全確保行動をとってください。



プラスワン
+1

あわせて「+1（プラスワン）訓練」も実施しましょう！

地震の揺れから身を守るためには、日頃からの災害への備えも必要です！

訓練とあわせて下記のような内容を実施してみましょう。

（詳細はコチラ▶）



（例）・訓練前に地震に関する知識などについて事前学習する。

・避難経路、備蓄品・非常食の確認、家具の固定、安否確認・初期消火訓練などを実施する。

【参加登録】※令和8年11月4日（水）まで

下記いずれかの方法で、事前に参加登録をお願いします！

▶ 山梨県ホームページ

（下記URLもしくは右QRコードから登録）

（参加登録はコチラ▶）



→（URL）<https://www.pref.yamanashi.jp/kt-kenminc/r8shakeout/form.html>

▶ FAX・郵送・電話

→ 参加登録用紙に記入の上、送付してください。（ウラ面参照）

主催：山梨市、笛吹市、甲州市、山梨県峡東地域県民センター

協力：峡東地域防災連絡会議、効果的な防災訓練と防災啓発提唱会議（シェイクアウト提唱会議）

令和8年度「山梨市・笛吹市・甲州市

シェイクアウト訓練」

参加登録用紙

峡東地域県民センター県民・地域支援課あて

郵送先：〒404-8601 甲州市塩山上塩後1239-1

FAX送付先：0553-20-2705

ご自宅・職場等の 所在地	☐ 山梨市 ☐ 笛吹市 ☐ 甲州市	
参加予定人数と 参加単位	人	☐ 個人・家庭 ☐ 自治会（自主防災組織） ☐ 学校 ☐ 保育園・幼稚園など ☐ 企業（会社・事業所・お店など） ☐ 行政機関 ☐ その他
お名前		
団体名・代表者名 ※個人・家庭の方は 記入不要	団体名 _____ 代表者名 _____ 団体名のホームページその他資料への掲載の可否 ☐ はい ☐ いいえ	
訓練後のアンケートを 送付する宛先 ※送付を希望しない 場合は記入不要	メールアドレス _____ F A X 番 号 _____	

※ご登録いただいた情報は、本訓練の目的以外には使用しません。

参加登録期間：**令和8年11月4日（水）まで**

【問い合わせ先】

山梨県峡東地域県民センター 県民・地域支援課

山梨市防災危機管理課 防災危機管理担当

笛吹市防災危機管理課 防災担当

甲州市総務課 防災危機管理担当

TEL 0553-20-2700

TEL 0553-20-1211

TEL 055-262-4111

TEL 0553-32-5041