

11/5(月)

# 南海トラフ地震に備えた訓練を実施

— いのちを守るための方法を考えましょう — 問 災害対策課 (0798・35・3626)

## 兵庫県南海トラフ地震 津波一斉避難訓練

県と市は、南海トラフ地震に備え、津波一斉避難訓練を実施します。市民の皆さんはシェイクアウト(安全確保行動)により安全な行動を身につけましょう。津波浸水想定区域内(おおむね鳴尾御影線以南)では、津波から避難する方法を確認しましょう。

### ■ 10時00分 緊急地震速報《地震発生》

防災スピーカー、緊急告知ラジオが鳴動。にしのみや防災ネットで地震情報を伝達します。



### ➔ シェイクアウトで安全の確保を

### ■ 10時02分 大津波警報《避難の呼びかけ》

防災スピーカー等が鳴動し、携帯電話やスマートフォンに緊急速報メールを配信。マナーモードでも警報音が鳴ります。

### ➔ 強い揺れや長い揺れがあれば津波発生の想定を

### ■ 10時05分 避難指示(緊急)《津波浸水想定区域内》

津波浸水想定区域(おおむね鳴尾御影線以南)では、防災スピーカーにより避難指示を呼びかけます。対象地域にいる人は津波避難の方法を確認してください。



### ➔ 津波から避難する方法の確認を

## 西宮市総合防災訓練

市は、災害対応力の強化のため、関係機関と連携し、実働型の防災訓練を実施します。会場では、海上救出訓練が見学できるほか、免震車による地震の揺れの比較体験などができます。



※当日の気象状況等により訓練を中止、内容を変更する場合あり

【時間】午後1時半～4時(防災展示は正午～4時半)

【会場】阪神南広域防災拠点(甲子園浜3丁目)。会場内に駐車場あり

### 主な訓練内容

- ・避難所開設、運営訓練
- ・人命救助訓練
- ・応急給水訓練
- ・海上救出訓練
- ・バケツリレー訓練
- ・救出、搬送訓練
- ・土のう作成、設置訓練
- ・ライフライン復旧訓練

### 展示・体験コーナー

- ・非常食の試食
- ・防災用品展示
- ・免震車で免震体験
- ・無人航空機の紹介
- ・緊急告知ラジオの展示
- ・長期保存とうふの試食
- ・VR(仮想現実)を活用した高層建築物での揺れ体験

家族・友人と  
安否を確認する手段を  
実践してみましょう

### 11月5日 訓練に合わせて災害用伝言ダイヤル、災害用伝言板サービスを開設

大規模な災害時、電話が繋がらない状況でも、録音メッセージやインターネットを使って家族や友人と安否確認の連絡ができる災害用伝言板サービスがあります。毎月1日・15日は、NTT西日本と携帯各社(docomo.au、SoftBank)で災害用伝言板サービスを体験することができます。※体験サービスの利用方法は各社ホームページで確認を

## 秋の1目を船坂で楽しもう!! 船坂マルシェ&ふれあい広場

11/11(日) @船坂里山学校 入場無料 少雨決行  
10:00~15:00

### 当日楽しめるイベント・ブース

- ・船坂ミニツアー
- ・鉄道模型の展示
- ・みやたんを探せ!
- ・炭火でじっくり焼きいも
- ・ミニコンサート ...など



### 事前申込イベント

- ・秋のさとやまで青空ヨガ教室
- ・里山の古道でノルディックウォーキング

11/6までに西宮観光協会へ

問 西宮観光協会 (0798・35・3321)

## にしのみや食育フェスタ

見る 食べる 聴く 体験する

12/1(土) 10:00~14:30 (入場14:00まで)

@兵庫栄養調理製菓専門学校



### 体験コーナー

- ◆ 要事前申込 ◆
  - ・和食の魅力~おいしいだしを味わう
  - ・世界に1つのmy箸づくり ~箸から日本の食文化を学ぼう ¥
  - ・親子でワクワク ウィンナーの飾り切り教室
  - ・親子でおせち料理を作ろう! ¥
  - ・宮っ子シェフの食育ラボ
- ◆ 当日先着 ◆
  - ・おなか元気教室(講話)
  - ◆ 当日整理券配布 ◆
    - ・チーズ作り体験
    - ・おにぎりをにぎってみよう! ¥
    - ・マヨネーズを作ってみよう! ¥
    - ・スイートポテトをつくろう! ¥

当日整理券は各回開始30分前から。事前申込は11月7日まで。多数の場合抽選。申込方法や開始時間など詳しくは、市のホームページ(ページ番号: 20253946)でご確認を ¥...要参加費

### 講演会

【高齢者の食べ方 ~フレイルサイクル・低栄養・サルコペニア~ ...フレイルにならない生活習慣...】

午後0時半から。当日先着順(受付は0時15分から)

食育に関する展示コーナーやクイズスタンプラリー、市内産農作物などの物販コーナーもあります

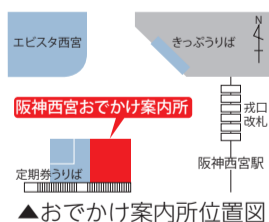
問 保健所健康増進課 (0798・26・3667)

阪神西宮駅 戒口改札前

## 阪神西宮おでかけ案内所 オープン 地域・イベント情報を発信

灘五郷(西宮郷、今津郷)の玄関口、阪神西宮駅戒口改札前に「阪神西宮おでかけ案内所」がオープンしました。酒蔵をはじめとしたさまざまな地域情報やイベント情報を発信します。

【営業時間】月曜~金曜の午前10時~午後7時 (土・日曜、祝日は午前9時~午後5時)



10/26(金)~29(月) 11:00~ 灘の生一本有料試飲会を開催(各日先着100人)

問 都市ブランド発信課 (0798・35・3331)

市民の声

## 市長への手紙

市政へのご提案・ご意見をお寄せください 問 市民相談課 (0798・35・3100) ~ 11月1日から投函箱を設置 ~



市は、市民の皆さんからの市政に対する具体的な建設的な提案や意見を受け付けています。気軽に提案等をしてもらえるように11月1日から「市長への手紙」提案用紙と投函箱を設置します。

【設置場所】市役所本庁舎1階総合案内所横、各支所・市民サービスセンター、アクタ西宮ステーション ※ご提案等は市ホームページ「市民の声」や郵送、ファクスでも受け付けています

