

令和 8 年度

沖縄県広域地震・津波避難訓練実施要領
(うるま市版)



うるま市

(統括部署：防災広報対策部 総合防災課 防災係)

1 目的

うるま市は長い海岸線に加え、島しょ地域を有し、沿岸部の低地帯に市街地が形成されていることから、大津波が発生した場合に甚大な被害が予想されます。東日本大震災等を踏まえた、最大級の津波襲来を想定した訓練を実施することにより、低地帯の地域住民に対し、「津波襲来時には高台へ率先して逃げる」の意識付けを図るとともに、市内全域の保育所、学校（幼稚園、小・中学校、高等学校等）をはじめ、自治会（自主防災会）、企業、事業所、並びに市民が合同で訓練に参加することで、突発的な災害時における防災・減災への意識啓発、防災体制の向上を図ることを目的とします。

2 実施日時

令和8年11月5日（木）午前10時00分～11時00分頃（予定）

・沖縄県下一斉訓練です。

※執務中のうるま市職員についても、シェイクアウト訓練を実施します（1～2分間）

3 災害想定

令和8年11月5日（木）、午前10時00分、沖縄本島全域で非常に強い地震が観測された。沖縄気象台は、この地震により、**10m以上の巨大な津波**が発生するおそれがあることから、10時03分に沖縄本島地方に**大津波警報**を発表した。

※この訓練では、地震の揺れによる建物の倒壊や道路の閉塞などは想定しないものとします。

4 訓練実施場所

訓練別	対象地域等
(1) 緊急地震速報対応訓練	うるま市全域：広報・伝達・シェイクアウト訓練
(2) 津波災害広域避難訓練	うるま市内の海に面している地域や河川沿い及び低地帯地域 (津波避難訓練 → 津波避難を要する学校や保育園等) (安全確保訓練 → 津波避難を要しない学校や保育園等)

5 訓練の周知方法

訓練当日は、防災行政無線からサイレン及び避難情報などの放送を予定しております。

また、津波に関する情報伝達訓練として、10時03分頃に沖縄県より携帯電話へ「緊急速報メール」（大津波警報通知）（以下「エリアメール等」という。）が配信される予定です。

※自動車等の運転をする方は、エリアメール等が鳴っても運転に専念していただき、運転中の携帯電話の操作は絶対にしないでください。

6 主催

主催：沖縄県・うるま市

7 訓練参加対象団体等

保育所、学校等、自治会（自主防災会）、企業、事業所、市民並びにうるま市に通勤通学等をしている方、地震・津波避難対策を講じる必要のある施設等

8 訓練のねらい

訓練別	訓練のねらい	
緊急地震速報 対応訓練	① 緊急地震速報の理解 (シェイクアウト訓練)	緊急地震速報の仕組みを知り、それを見聞きした場合の行動を学習し試してみる。
	② 家具の固定等	突発的に発生する地震に対し、被害を最小限にするため、家具の固定や出口の確保、建物の耐震化の重要性を理解する。
津波災害 広域避難訓練	③ 地理的環境の理解	居住(通勤・通学)する地域の海拔高度を知る。
	④ 避難場所等の事前確認	安全な場所(高台の避難場所)やその場所までの経路を事前に確認する。
	⑤ 避難にかかる時間の理解	居住等の地点から避難場所まで徒歩等で移動し、要した時間を計測・把握する。避難場所まで時間がかかる場合には、近くの高層建築物などを事前に確認する。
	⑥ 避難行動時の課題	避難経路上等における問題点を把握し、今後の避難計画の課題として活用する。

9 各学校等施設における津波避難行動計画(仮称)の作成・検証等

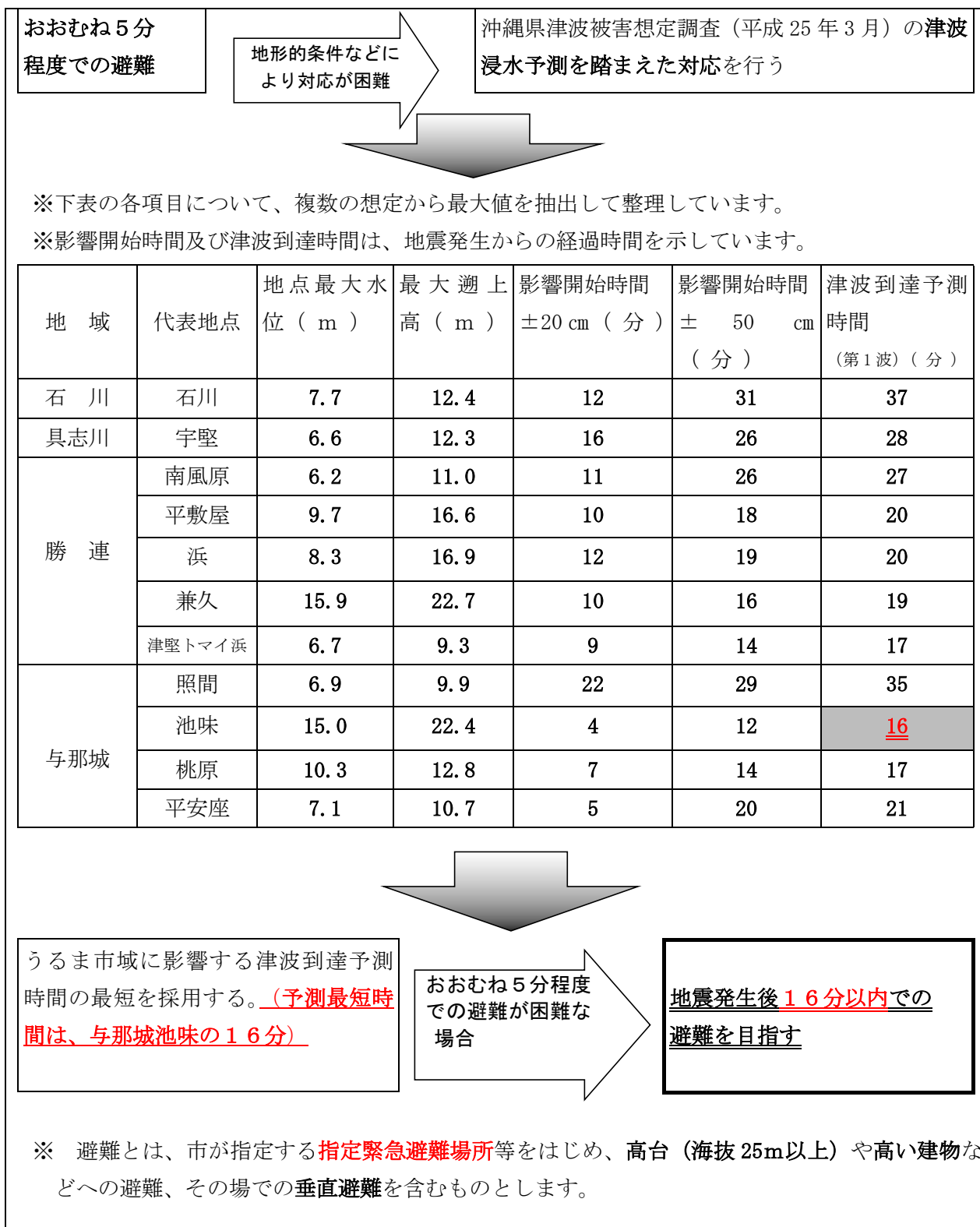
沖縄県津波被害想定調査(平成25年3月)の津波浸水予測において、浸水想定区域内やその直近及び河川沿い並びに海拔が概ね25m以下に位置している保育所、学校等の施設の責任者は、津波災害時において迅速円滑な避難を実施するために、避難を開始する基準や避難経路・場所などを明示した津波避難行動計画を作成するとともに、既に同様の計画がある場合には、この訓練を通じて、計画の内容等を総合的に検証し、職員間で課題等の情報を共有し、必要に応じて計画の見直しを行うなど、津波災害時における児童生徒等の安全確保に努めることとします。

また、海拔等の立地条件から津波避難を要しない学校等においては、津波災害時における児童生徒の安全確保対策として、津波警報等が発表されている間は、生徒等を下校させないことや保護者に学校まで迎えにきてもらうなどの対応を検討しておくこととします。

10 津波避難の目標時間について

津波災害時における避難の目標時間については、「防災基本計画(政府：中央防災会議)」並びに「沖縄県地域防災計画(沖縄県防災会議)」で定める **おおむね5分程度での避難**を究極の目標としますが、地形的条件や土地利用の実態などにより、このような対応が困難な地域があります。

そのような地域においては、「沖縄県津波被害想定調査(平成25年3月)の津波浸水予測」を踏まえ、以下の時間内での避難完了を目指すものとします。



11 津波避難訓練時における安全確保について

避難訓練では、津波災害時において施設外に避難を必要とする保育所、学校等の児童生徒が津波避難行動計画で定める避難場所まで徒歩等により実動避難を予定しています。

災害の規模が大きいくほど、公的機関の迅速な支援には限界があります。また、実際に津波等で早急な避難を要する場合、公的機関から安全監視、道路誘導員等が駆けつけることは不可能に近いと考えます。「自分たちの地域は自分たちで守る」という隣保協同の精神に基づき、地域が組織的に助け合うことが被害の拡大を防ぎ、早急な避難が可能になると考えます。

各自で安全を確保した上、可能な範囲で訓練に参加してください。

12 訓練の中止

以下に該当する場合は、シェイクアウト訓練のみ実施し、高台への実動避難訓練については、中止します。

- (1) 訓練は小雨決行ですが、訓練当日の8時00分時点で大雨等の気象警報等が発表され、実災害が発生又は発生するおそれがある場合。また訓練中止の場合は、うるま市総合防災課から関係機関・団体に連絡するとともに、防災行政無線で広報を実施します。

13 企業・事業所並びに市民の訓練への参加について

企業・事業所並びに市民が訓練に参加する場合、以下のことについて協力を求めることとします。

- (1) 各々で事前に避難経路や場所、避難方法を決めておく。
- (2) 赤信号での停止や横断歩道の活用など、訓練では交通ルールを遵守する。
- (3) 避難経路上に警察官や市の職員等が訓練のために交通誘導などを実施している場合は、その指示に従うこと。
- (4) 怪我等には十分注意し、無理をせず対応可能な範囲内で訓練に参加する。
- (5) 津波避難訓練で施設の外へ避難する保育所、学校等の児童生徒の安全確保について、協力を求める。

14 訓練の統括部署及び問い合わせ先

訓練統括部署：うるま市 防災広報対策部 総合防災課 防災係

Mail：sougoubousai-ka@city.uruma.lg.jp

TEL：098-979-6760

FAX：098-979-7340

15 訓練の時系列（進行予定表）

訓練の開始は防災行政無線で合図し、大津波警報発表に係る情報伝達訓練では、防災行政無線による避難の呼掛けのほか、「エリアメール」による携帯電話への一斉配信を行う予定です。

時 間	訓練の実施内容	学校等の訓練対応	市民・事業所等の訓練対応
09時40分頃	● 防災訓練実施の広報		
10時00分頃	緊急地震速報の放送 全国瞬時警報システム （Jアラート）の受信情報 を防災行政無線から放送	●地震による揺れから身を守る行動 【シェイクアウト訓練】地震発生直後の安全行動 1-2-3 ① ドロップ :「まず低く！」 ② カバー :「頭を守り！」 ③ ホールドオン:「動かない！」	
10時01分頃	●地震発生	●地震による揺れから身を守る行動の継続 （避難出口の確保、火の始末などを実施）	
10時01分頃	●安全確認・避難準備		
10時02分頃	●安全確認・避難準備	●浸水想定区域内やその直 近及び河川沿いに位置する 学校等では、地震による揺 れが収まったと同時に避難 行動又は避難準備の開始	●浸水想定区域内やその 直近及び河川沿いにいる 方は、高台などへ避難する 準備を開始する。
10時03分	●大津波警報発表 ●エリアメールによる携帯 電話への情報の一括配信 ● 防災行政無線による避難 の呼掛け	●津波避難行動等の継続 【情報伝達訓練】	
10時04分～ 10時30分頃 (1回目) 10時15分 (二回目) 10時30分	● 防災行政無線による避難 の呼掛けを継続して放送す る。(2回)	●浸水想定区域内やその直 近及び河川沿いに位置する 学校等は、高台などへの避 難行動とともに、避難先で の児童・生徒等の人員・安否 を確認する。 ●津波避難を要しない学校 等では、児童・生徒等の安否 を確認する。また、津波の警 報が発表中の場合は、児童 生徒等を下校させずに施設 内に待機させる訓練を実施 する。	●お隣や近所と協力して 高台等へ避難を実施 ※これは訓練ですので、怪 我等には十分注意し、無理 をしないで、対応可能な範 囲内で訓練に参加してく ださい。 また、避難の際には、赤 信号での停止や横断歩道 の活用など、訓練では交通 ルールを遵守し、警察官等 の指示に従うこと。
11時00分頃	●訓練終了 防災行政無線による訓練終 了の広報を実施	●各自の学校等へ戻る。	●現地解散 ●事業主の指示に従って 解散

シェイクアウト訓練方法

1. 訓練のねらい

地震が発生した際の安全確保の行動「まず低く、頭を守り、動かない」を、身につけるとともに、地域住民を含む訓練参加者全員が、非常時対策の見直し、防災グッズの内容・配置の確認、怪我を防ぐための身の回りの安全対策をするように促すことをねらいとする。



2. 訓練内容

自らの命は自ら守るという「自助」の取組みに重点を置き、訓練参加者全員が緊急地震速報を合図に、それぞれの場所で一斉に安全確保を行う訓練とする。

3. 訓練時間

令和8年11月5日（木）10：00～10：02

4. 訓練場所

保育所、学校等、事業所、施設、自宅等

5. 参加対象

訓練参加者全員（執務中のうるま市全職員対象）

6. 実施要領

※避難訓練実施の場合は、引き続き訓練を継続してください。

時間	実施事項	場所
10：00	J-ARERT（防災行政無線）による緊急地震速報 地震発生直後の「安全行動 1-2-3」 1. まず低く：ドロップ 2. 頭を守り：カバー 3. 動かない：ホールドオン 	訓練参加者 各自の場所 (各自で事前設定)
10：01	「安全行動 1-2-3」を終了し、避難出口の確保、火の始末、ブレーカー操作で電力遮断などを行う。 ※各施設においては、施設管理者または代表者の指示に基づき、避難準備（状況に応じて避難開始）	
10：02	シェイクアウト訓練の終了	