

令和 8 年度 東御市防災訓練実施内容

時 間	実施事項	実施機関	① 一次避難所で訓練を実施する区	② 広域避難所へ避難する区及び支区
事前	「レベル 2 土砂災害注意報」発表中	気象台（想定のみ）	訓練前から、東御市に「レベル 2 土砂災害注意報」が発表されており、市では災害警戒本部を設置しています。	
7時20分	市災害対策本部設置	東御市	警戒レベルが上がる可能性があることから、災害対策本部を設置します。	
7時25分	『訓練周知』配信	東御市 エフエムとうみ 上田ケーブルビジョン	防災ラジオ放送、とうみeナビ及び市公式LINEにより配信します。 【配信】 「7時30分から市内全域において市防災訓練を行います。市民皆様の参加をお願いします。」	
7時30分	「レベル 3 土砂災害警報」発表	気象台（想定のみ）	東御市に「レベル 3 土砂災害警報」が発表され、市災害対策本部は高齢者等避難を指示します。	
	「レベル 3 高齢者等避難」発令 及び「避難所開設」配信	東御市 エフエムとうみ 上田ケーブルビジョン	【配信】 「訓練です。東御市災害対策本部から、「警戒レベル 3 高齢者等避難」の発令をお知らせします。高齢の方、障がいのある方、小さいお子さんとその介助をしている方は速やかに避難を開始してください。各区の区長は消防防災班を編成し、避難所を開設してください。消防団は警鐘の打鐘と消防車両による避難指示の広報を行ってください。	
	市民訓練開始	市民 消防団 各区	市からの情報配信を受けて、訓練を開始してください。 打鐘●-●-●-●-● 5点打 2回打鐘及び積載車による広報を行うとともに区民の安否確認及び避難者の誘導に従事してください。 避難所を開設するとともに区民の安否確認及び避難者の集計を行ってください。	

時 間	実施事項	実施機関	① 一次避難所で訓練を実施する区	② 広域避難所へ避難する区及び支区
		市民（高齢者等）	安全を確保しながら、できるだけ複数で避難を開始してください。	
7時40分	「レベル4 土砂災害危険警報」発表	気象台（想定のみ）	東御市に「レベル4 土砂災害危険警報」が発表され、市災害対策本部は全市民への避難を指示します。	
	「レベル4 避難指示」発令	東御市 エフエムとうみ 上田ケーブルビジョン 市民	【配信】「訓練です。東御市災害対策本部から、「レベル4 避難指示」発令のお知らせをします。家屋への浸水や土砂流入など被害の拡大が予測されますので、全員速やかに危険な場所から避難してください。」 「なお、現在電話が通じにくくなっていますので、今後もエフエムとうみやケーブルテレビ等の情報にご注意ください。 安全を確保しながら、できるだけ複数で避難を開始してください。	
随時	地区避難所開設あるいは広域避難所受付	各区	地区避難所を開設してください。	田中小学校に到着後、速やかに体育館に開設した避難所で受付を行ってください。 一時的に避難スペースで待機して市担当者からの指示を受けてください。
	災害対策本部への報告①	各区消防防災班	報告①（別紙資料4参照） 各区消防防災班は市対策本部へEメールまたは電話により避難所開設の報告をしてください。 報告先 東御市災害対策本部（東御市役所内） ※災害対策本部設置時専用メールアドレス saitai@city.tomi.nagano.jp ※この報告では、市からメール確認の連絡はいたしません。	

時 間	実施事項	実施機関	① 一次避難所で訓練を実施する区	② 広域避難所へ避難する区及び支区
8時00分頃	「試験放送」配信 ・防災ラジオ	東御市	災害対策本部から「試験放送」を配信します。 【配信】「訓練です。現在、市の災害対策本部から直接発信しています。ただいま試験中です。」	
8時00分頃	各種訓練	各区	別紙資料3〈各区訓練例〉を参考に各区に合った訓練を実施してください。	田中小学校では体育館と校庭の各ブースで訓練を実施しています。体験コーナーもありますので是非参加してください。
8時30分頃	「レベル4 土砂災害危険警報」解除	気象台 (想定のみ)	東御市に発表されていた「レベル4 土砂災害危険警報」が解除され、「レベル2 土砂災害注意報」に切り替わります。	
		東御市	市災害対策本部で対策及び市民への指示を検討します。	
	『危険な状態からの脱出』配信	東御市 エフエムとうみ 上田ケーブルビジョン	【配信】「レベル4 土砂災害危険警報」が解除されました。全市にわたり被害がありましたが、現在は危険な状態から脱した模様です。消防団及び各区消防防災班は区内の被害状況を確認してください。被害を受けた方は隣組長を通じ消防防災班長に報告をしてください。」	
8時35分頃	『レベル4 避難指示』解除 配信	東御市 エフエムとうみ 上田ケーブルビジョン	【配信】「訓練です。東御市災害対策本部から、『レベル4 避難指示』解除のお知らせをします。なお、各区の消防防災班長は、訓練状況を市災害対策本部へ報告してください。」	

時 間	実施事項		① 一次避難所で訓練を実施する区	② 広域避難所へ避難する区及び支区
	災害対策本部への報告②	各区消防防災班	報告②（別紙：区長用資料5参考） 各区消防防災班は、市災害対策本部へEメールまたは電話により 訓練参加人員の報告をしてください。 報告先 東御市災害対策本部（東御市役所内） ※災害対策本部設置時専用メールアドレス saitai@city.tomi.nagano.jp ※この報告でメールの確認ができなかった場合は、市災害対策本部から 区長の携帯電話に連絡させていただきます。	
8時50分 頃	「各区消防防災班解散」 配信		【配信】 「訓練です。東御市災害対策本部 から、消防防災班解散のお知らせ をします。各区の消防防災班は、 消防防災班長の指示に従い解散し てください。本日は、ご参加、ご 協力をいただき誠にありがとうご ざいました。 なお、田中小学校では、引き続 き訓練が行われていますので、近 隣の公共施設の駐車場を利用して 訓練に参加してください。」	【臨時放送局からのお知らせ】 「各区で実施している防災訓練はまも なく終了します。こちらの会場は、引 き続き行っていますので、ご来場の皆 様はお時間の許す限り、ブースでの体 験をしてください。」
	各区解散	各区	消防防災班長の指示のもと、解散し てください。	

時 間	実施事項		① 一次避難所で訓練を実施する区	② 広域避難所へ避難する区及び支区
10時以降 (状況次第)	広域避難所閉鎖の連絡	エフエムとうみ		【臨時放送局からのお知らせ】 「参加されている皆様にお知らせします。〇〇時〇〇分をもって、広域避難所を閉鎖します。」
11時00分	訓練終了	エフエムとうみ		【臨時放送局からのお知らせ】 「防災訓練終了のお知らせです。ただいまの時間をもちまして、防災訓練を終了いたします。参加された皆様、本日はありがとうございました。 気をつけてお帰りください。」
後日	訓練結果の報告		訓練終了後、9月7日（月）までに 別紙：区長用資料6「令和8年度市防災訓練実施状況報告書」を東御市総務課防災係あて提出してください。	

配信

・防災ラジオ ・とうみeなび ・ケーブルテレビ ・市公式LINE