

COVID-19流行中のシェイクアウト **ShakeOut**

今回のパンデミックの期間を通じて、私たちの多くは家で過ごす時間が増えており、仕事や学校に通う場所、他の人々と過ごす場所等を含め、生活形態を変化させています。シェイクアウトを計画する際には、次のことについてご配慮ください：最後に災害用品をチェックしたのは何時でしたか？ 損害や怪我を防ぐために「自分のスペースを確保」されましたか？ ご自身の緊急計画や重要な連絡先にはどのような変更や更新がありますか？いつものように、シェイクアウトの主催者は、あなた（そして誰でも、何処でも）がうまく参加できるようにお手伝いする用意があります。



配慮事項：

- **どのように訓練されていますか？**
対面、リモート、またはその双方で？ ビデオ会議および訓練リーダーのプレゼンテーションについては、**ShakeOut.org/COVID19** の利用をご検討ください。
- **ご自身の ための日をご選択ください**（または別々の日の小グループの訓練にご参加ください）。..ほとんどの人は、まだ国際シェイクアウトデー（今年は、10月21日）に参加する可能性があります。
- **相互距離の確保およびフェイスマスクの着用については**、地域の健康と安全のガイドラインに従ってください
- 次の大地震が発生する前に、家族、職場、財産、生活様式をまもるために **地震に際しての安全確保のための七の手順** にお従い下さい：
bit.ly/7stepsECA。
- シェイクアウトをオンラインまたは対面形式でリードし、支援するためのツールおよびヒントについては、**ShakeOut.org/COVID19** にアクセスしてください。
- 異常気象、火災、洪水、津波、地滑り、そして火山噴火など、身近の **他の危険** にお備えください。

ご参加ください

10月21日
ShakeOut.org

ShakeOut

ShakeOut.org/COVID19

