



地域の防災訓練 メニュー

「火災・救急・地震・その他の災害に備えよう！」



横浜市消防局 戸塚消防署 予防係
戸塚火災予防協会



横浜市消防局マスコットキャラクター 「ハマくん」



火災発生時の初期消火を学ぶための訓練です。
避難訓練や119番通報訓練と合わせて実施
するとより効果的です。

消火器取扱訓練



実施時間
約15分～

実施場所
屋外

実施条件
晴れ

学習方法
防災eパーク

貸し出しもあり
訓練用消火器, 的

訓練用消火器を使用した初期消火訓練を行います。

初期消火器具取扱訓練

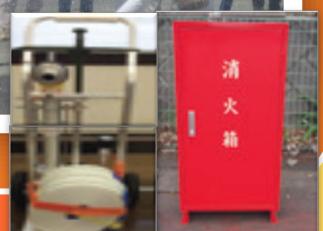
実施時間
約60分～

実施場所
屋外

実施条件
晴れ

学習方法
防災eパーク

用意するもの
地域の初期消火器具



屋内消火栓取扱訓練



実施時間
約60分～

実施場所
屋内と屋外

実施条件
晴れ

学習方法
防災eパーク

※消防設備点検者の立会いがある
場合は放水訓練もできます。

資機材の確認やホースを延ばす訓練ができます。
放水する場合は、設備点検業者の立会いが必要です。

急救

ケガや急病時の対応を学ぶための訓練です。
119番通報訓練と合わせて実施するとより効果的です。

心肺蘇生法訓練



実施時間 約45分～	実施条件 屋外の場合は晴れ
学習方法 防災eパーク	貸し出しあり 人形、訓練用AED

※応急手当普及員等の資格者が指導すること

応急手当（ケガの処置）

実施時間 約30分～	実施条件 屋外の場合は晴れ
学習方法 防災eパーク	貸し出しあり 人形



※応急手当普及員等の資格者が指導すること

搬送法



実施時間 約30分～	実施条件 屋外の場合は晴れ
学習方法 防災eパーク	貸し出しなし 毛布や簡易搬送器具用意

※応急手当普及員等の資格者が指導すること

地震

地震の怖さ、地震が発生した場合の対応を学ぶための訓練です。
地域住民間で共通の認識を持つことが大切です。

避難訓練



実施時間
約30分～

実施場所
屋内と屋外

実施条件
晴れ

学習方法
防災eパーク

実施者全員が災害を想像し、防災意識を高くもって行いましょう。

災害図上訓練DIG(ディグ)

実施時間
約60分～

実施場所
屋内

学習方法
防災eパーク

貸し出しあり
地図、付箋、ペンなど



グループごとに議論し発表することで、参加者全員が防災意識を持つことができます。色塗りだけで終わらせないようにしましょう。

～防災eパーク～

いつでも、どこでも、身边に防災を学べる防災学習のウェブサイトです。令和7年4月からバージョンアップした「よこはま防災eパーク」を公開しています。
より使いやすくなった「よこはま防災eパーク」で、いざという時に備えましょう！



<https://bousai-e-park.city.yokohama.lg.jp/movie/>

その他

火災、救急、地震の訓練と合わせて実施すると効果的な訓練です。

119番通報訓練



実施時間
約5分～

実施条件
消防署へ事前にご相談

学習方法
防災eパーク

※119番での通報訓練は消防職員の立会いが必須です。
横浜市ホームページで「119番通報のかけ方」を検索すると
119番通報メモをダウンロードすることができます。

こども防火衣着装体験

実施時間
一人 約5分～

実施場所
屋内と屋外

貸し出しあり
こども防火衣（上着）、こども防火帽



※こども防火衣は他の防災訓練を行う際に貸し出しております。
商業目的として利用しないでください。

クイズ付き紙芝居(こども向け)



実施時間
約20分～

実施場所
屋内

学習方法
防災eパーク

貸し出しあり
紙芝居
(横浜消防HPにもあります)

実施者は元気よく、こども達に伝わるよう行いましょう。

自主訓練会を開催するまでの流れ

①自治会町内会で、
訓練内容、日時、場所を決める。

※消防署に来署または電話にてご相談も可能です。



②貸し出しが必要な場合、消防署に連絡し、
貸し出し可能か調整する。



③自治会町内会のなるべく多くの住民に
訓練を参加してもらえるよう周知する。



④ケガに注意して安全な訓練を行う。

体験型防災学習施設

「横浜市民防災センター」

楽しみながら防災・減災の知識・技術を身につける
ことができる施設です。

地震シミュレーションでの震度体験や、減災トレーニングルームでの災害疑似体験など、ここでしかできない体験を行うことができます。

【お問い合わせ・ご予約】

☎045-411-0119

場所：神奈川区沢渡4-7

戸塚消防署

【受付時間】

月曜日から金曜日（祝日・休日除く）
8時45分から12時まで
13時から17時まで

【お問い合わせ】

☎045-881-0119

場所：戸塚区戸塚町4144番地