



令和8年8月21日

報道機関 各位

令和8年度上田市防災訓練を実施します

今年度の防災訓練は、市内重点地区5会場において、「市民が自ら考え、行動する訓練」を基本とした「自助・共助」の訓練を下記のとおり実施します。

訓練は自由に見学できるほか、地震体験車や自衛隊・警察車両などの展示、煙体験や水消火器体験などの各種体験ブースもごございます。

- 1 日 時 : 令和8年8月29日(土) 9:00~10:30
- 2 場 所 : 市内重点地区5会場のグラウンド及び体育館
【上田地域】西小学校・東塩田小学校 【丸子地域】塩川小学校
【真田地域】真田中央公民館 【武石地域】築地原トレーニングセンター
- 3 主な訓練内容 ※「資料1」訓練実施要領参照
(1) 地域住民による避難訓練、土のう積み訓練、ペット同行訓練など
(2) 各種体験・展示ブース
地震体験車、自衛隊・警察・消防車両展示、煙体験、水消火器体験など
(3) 市内全域で行う訓練
シェイクアウト訓練(地震の際、身の安全を確保する3つの基本行動をとる)
※ 上田市メール、X 及び公式 LINE により 9:00 に一斉送信します。
- 4 その他
(1) 会場によって行う訓練が異なります。会場ごとの訓練内容については「資料2」訓練種目別実施内容をご確認ください。
(2) 取材される場合、駐車場は「資料3-1~7-3」会場配置図をご確認ください。
なお、各会場とも受付は不要です。
(3) 体育館内の訓練を取材される際は、上履き及び外履き入れ(ビニール袋等)をお持ちいただきますようお願いいたします。

上田市は「SDGs 未来都市」です。



上田市は持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています。

本件に関する問合せ先
上田市危機管理防災課
課長 山田(担当:横林・渡辺)
Tel 0268-21-0123

令和 8 年度

上田市防災訓練実施要領

開催日時 ： 令和 8 年 8 月 2 9 日（土） 6 時 3 0 分から正午まで

重点地区		訓練会場
上田地域	西部地区（ 1 2 自治会）	西小学校
	東塩田地区（ 9 自治会）	東塩田小学校
丸子地域	塩川地区（ 6 自治会）	塩川小学校
真田地域	長地区（ 1 1 自治会）	真田中央公民館
武石地域	武石地区（ 1 8 自治会）	築地原トレーニングセンター

上 田 市

1 目 的

甚大な被害が予測されている糸魚川ー静岡構造線断層帯全体を震源とする大規模地震や局地的な豪雨災害などに対し、「市民が自ら考え、行動する訓練」を基本とした「自助・共助」の訓練を継続して実施することにより、住民の防災意識の高揚を図るとともに、上田市地域防災計画等に基づき、有事において即応できる防災・減災体制の構築を図ることを目的とする。

2 開催日時

(1) 市役所内で実施する対策本部運営訓練

令和8年8月29日（土） 午前6時30分から正午まで

(2) 各重点地区の訓練

令和8年8月29日（土） 午前9時00分から午前10時30分まで

3 場 所 上田市全域

4 重点地区及び訓練会場

重点地区		訓練会場
上田地域	西部地区（12自治会）	西小学校
	東塩田地区（9自治会）	東塩田小学校
丸子地域	塩川地区（6自治会）	塩川小学校
真田地域	長地区（11自治会）	真田中央公民館
武石地域	武石地区（18自治会）	築地原トレーニングセンター

5 参加予定機関

東京都練馬区・埼玉県上尾市・上田市議会・陸上自衛隊第13普通科連隊・信越総合通信局・長野県上田水道管理事務所・㈱GCC自治体サービス・上田警察署・NTT東日本㈱長野支店災害対策室・東信鍼灸師会・長野県柔道整復師会東信支部・上田市赤十字奉仕団・上田市社会福祉協議会・㈱上田ケーブルビジョン・長野県動物愛護会上小支部・長野県獣医師会上小支部・上田市防災支援協会・上田市測量設計業協議会・日産プリンス長野販売㈱・㈱アクティオ・塩田医会・上田市自治会連合会・西部地区12自治会・西部地域まちづくりの会・東塩田地区9自治会・東塩田地区振興会・塩川地区6自治会・長地区11自治会・武石地区18自治会・上田地域広域連合消防本部・上田市消防団・上田市教育委員会・上田市上下水道局・上田市

6 被害想定

(1) 地震による被害

8月29日午前6時30分、糸魚川ー静岡構造線断層帯全体を震源とする地震が発生し、上田市の一部で最大震度7を観測、市内各地で家屋の倒壊、火災の発生、道路・橋梁の損壊、土砂崩れ及び交通機関・電話・電気・ガス・水道等のライフライン施設に被害が発生し多数の死傷者が出ている模様である。

(2) 局地的豪雨による被害

上田市では、8月28日夕方から豪雨に襲われ、市内の河川が増水し、氾濫の恐れがある。また、土砂災害の危険性が高まったことにより、上田地域にレベル4大雨危険警報、土砂災害危険警報が発令された。

7 訓練の重点事項

(1) 「自助・共助」を意識した地域防災力の向上

災害時における市民の避難行動や避難経路の点検・確認をはじめ、自主防災組織がそれぞれの役割分担に基づく主体的な避難所運営訓練をとおして、「自助・共助」の防災意識の向上を図る。

(2) 自主参加型一斉防災訓練

訓練会場に来られない市民も訓練に参加できる、シェイクアウト訓練を実施し、自らの危険回避行動について普及啓発を行う。

(3) 防災関係機関及び応援協定締結団体との連携強化

防災行政無線の通信網を活用し、市及び消防防災関係機関相互の情報共有を図るとともに、応援協定締結団体の協力を得て、情報伝達等の訓練を行い相互の連携を図る。

(4) 要配慮者への支援体制の検証

地域内の要配慮者の把握と「要配慮者への支援」に重点を置いた訓練を実施する。

(5) 男女共同参画の視点での防災対策の検証

女性が参加することで、様々な問題点やニーズを浮き彫りにし、防災対策の検証を行う。

(6) 土砂災害を想定した訓練の実施及び警戒区域等の把握

土砂災害を想定した救助救出・避難・誘導等の手順を確認するとともに土砂災害に対する啓発を行う。

(7) 飼育動物（ペット）の保護対策の検証

関係団体の協力を得て、飼育動物同行避難訓練を実施し、適正な飼育環境の検証を行う。

(8) 業務継続計画（BCP）の検証

新たに策定した業務継続計画に基づき、市自らが被災した場合においても速やかに応急・復旧業務や非常時優先業務を遅滞なく実施できるか検証を行う。

8 訓練種目

(1) 市内全域

シェイクアウト訓練

(2) 市役所（本庁、各地域自治センター、各施設）

ア 非常伝達訓練、職員安否確認訓練

イ 避難所開設訓練

ウ 非常参集訓練（BCP訓練）

エ 災害対策本部設置・運営訓練

オ 情報収集・伝達訓練

カ 業務継続計画（BCP）非常時優先業務訓練

(3) 重点地区の主な訓練

- ア 非常持出し訓練（自治会）
- イ 避難訓練・避難誘導訓練・安否確認訓練（自治会、消防団、市）
- ウ 一次避難所開設訓練（自治会）及び指定避難所開設・運営訓練（自治会、市）
- エ 教室を使用した避難所運営訓練（自治会、各小学校、市）
- オ 広報訓練＜臨時災害放送局＞（信越総合通信局、上田ケーブルビジョン）
- カ ドローンを活用した現地映像伝送訓練（上田市測量設計業協議会）
- キ 災害用備蓄資器材展示・使用体験（自治会、塩田医会、市）
- ク 防災倉庫備蓄品確認（自治会、市）
- ケ 災害用車両展示（自衛隊・警察、防災支援協会、消防署、消防団、日産プリンス長野販売㈱、㈱アクティオ）
- コ 飼育動物同行避難訓練（自治会、長野県動物愛護会上小支部、長野県獣医師会上小支部）
- サ 応急給水訓練（自治会、上田水道管理事務所、㈱G C C自治体サービス、上下水道局）
- シ 炊き出し訓練（自治会、赤十字奉仕団、社会福祉協議会）
- ス 煙体験（自治会、消防署）
- セ 土のう積み訓練（自治会、消防団）
- ソ 紙芝居・防災講習（自治会、消防団）
- タ 応急救護・搬送体験講習（自治会、消防団）
- チ A E D体験救急講習（自治会、消防署）
- ツ 災害用伝言ダイヤル体験（自治会、N T T東日本㈱長野支店災害対策室）
- テ 地震体験（自治会、東京都練馬区）
- ト 災害救援ボランティアセンター立上訓練（自治会、社会福祉協議会、市）
- ナ 初期消火訓練（自治会、消防団）
- ニ 被災時の健康診断体験（自治会、市）
- ヌ 災害時の針灸体験（自治会、東信針灸師会）
- ネ 被災時の軽傷者への手当体験（自治会、長野県柔道整復師会東信支部）

9 その他

訓練当日、災害が発生した場合、大雨警報等が発令され災害発生の恐れがある場合は中止する。

また、降雨により訓練会場のグラウンド状態が悪化した場合は、屋外で実施する訓練は中止する。

この場合、当日午前6時30分までに電話、メール等で関係機関に伝達する。

令和8年度 上田市防災訓練 種目別実施内容

資料2

市内全域で実施する訓練

日時	訓練種目	想定	実施内容	実施機関
9:00～9:01	自主参加型一斉防災訓練（シェイクアウト）	・市内で震度7の地震が発生した。	・地震から自分の身を守る3つの安全行動を実施する。	上田市

市役所（本庁、各地域自治センター、各施設）内で実施する訓練（8月29日）

時間	訓練種目	想定	実施内容	実施機関
6:30～12:00	情報収集・伝達訓練	・市内で震度7の地震が発生し、道路・橋梁の損壊、土砂崩れ及び交通機関・電話・電気・ガス・水道等のライフライン施設に被害が発生した。	・市メール配信登録者へ訓練メールを配信する。 ・被害状況に応じた、防災関係機関の対応等について、FAX等により情報伝達を行う。	防災関係機関 長野県 上田市
6:30～6:50	非常伝達訓練 職員安否確認訓練	・震度7の地震発生により、全職員への非常伝達と安否確認をする必要がある。	・全職員に対し電話により非常伝達を実施する。 ・全職員に対しメール配信により安否確認を行う。	上田市
6:40～9:30	避難所開設訓練	・避難住民を収容するため、避難所を開設する必要がある。	・非常伝達により指定避難所開設者は、指定避難所を開設する。 ・総合防災情報システムにより、開設状況の公表を行う。	上田市
6:40～7:20	非常参集（BCP参集）訓練	・大地震の発生により、地域防災計画に基づく、非常参集の必要が生じた。 【非常体制】	・非常体制をとるため、部課長及び訓練参加職員の非常参集を行う。また、被害の状況を所属長に報告する。	上田市
7:30～10:00	業務継続計画（BCP）非常時優先業務訓練	・大地震の発生により、庁舎の倒壊を免れ、建物自体に影響はないが、一部に天井崩落とガラス片が散乱し、エレベーター脱落が発生。機械設備・電気設備等の本体・配管・配線等の半分に支障が発生している。	・非常時優先業務のうち、初動体制の確立などの緊急性の非常に高い1～3時間以内の業務に着手し、非常時優先業務の実施における職員の対応能力向上を図る。	上田市
7:30～8:10	第1回災害対策本部会議 災害対策本部運営	・被害状況を確認し、対策部ごとの対応を決定する必要がある。	・各対策部長からの被害状況の報告に基づき、今後の対応などを協議する。 ・各地域はWEB参加	上田市
11:15～11:45	第2回災害対策本部会議 活動報告	・被害状況に応じた、対策部ごとの活動状況について取りまとめる必要がある。	・各対策部長から、活動状況などの報告を行い、今後の対応について決定する。 ・各地域はWEB参加	上田市、練馬区、 上尾市
7:30～11:00	情報収集・伝達訓練	・被害状況の把握のため、被災地の画像を本部に伝送する必要がある。	・携帯電話で撮影した写真画像を市役所に転送。また市公式X等で情報を拡散する。	上田市
7:30～11:00	広報訓練	・被害状況、住民の安否情報等の各種情報を広報する必要がある。 ・災害対策本部からの指示により、市民への情報提供のため、臨時のFM局を開設する必要がある。	・各種情報を、ケーブルテレビ、インターネット等を通じて広報する。 ・信越総合通信局へ電話で免許申請を行い、西小学校に放送設備を設置し、放送を行う。	市内ケーブルテレビ 信越総合通信局 上田市

重点地区自治会の訓練（地区内で実施する訓練）

訓練種目	想定	主な実施内容	実施機関
情報伝達訓練 非常持出し訓練 避難訓練 避難誘導訓練 安否確認訓練	市内で震度7の地震が発生し、地区内に災害が発生した。	・避難情報の伝達訓練を行う。 ・各家庭から一次避難場所に非常持出し品を持って避難を行う。 ・危険箇所を確認し、要配慮者に配慮した避難経路を確認する。 ・避難者（参加者）名簿を作成し安否確認をする。 ・一次避難場所では避難者を収容しきれないため、各指定避難所へ避難を行う。 ・女性の視点から課題や問題点を検証する。	西部地区自治会 東塩田地区自治会 塩川地区自治会 長地区自治会 武石地区自治会 上田警察署 上田市

西小学校等で実施する重点地区（西部地区12自治会）の訓練

時間	訓練種目	実施内容	実施機関
8:15～10:30 9:01～ 10:30～	指定避難所開設・運営訓練 開所式 閉所式	・指定避難所開設担当者が開設した指定避難所の運営を行う。 ・女性の視点を取り入れた指定避難所の運営を行う。 ・自治会の皆様は、8:50までに西小学校体育館に避難する。 ・9:00シェイクアウト訓練	西部地区自治会 上田市
9:10～10:30	①地震体験 (西小グラウンド)	・練馬区から派遣された起震車を使用して、地震の怖さを体験する。	西部地区自治会 練馬区
9:10～10:30	②煙体験 (西小グラウンド)	・煙体験ハウスで火災に伴う煙の怖さを体験する。	西部地区自治会 上田地域広域連合消防本部
9:10～10:30	③初期消火訓練（水消火器） (西小グラウンド)	・消防団員の指導を受け、水消火器を使用した初期消火を実施する。	西部地区自治会 消防団
9:10～10:30	④災害用車両展示・乗車体験 (西小グラウンド)	・消防団、警察、自衛隊、(株)アクティオの車両及び防災支援協会の重機を展示、乗車体験を行う。	西部地区自治会 上田警察署・自衛隊 消防団 上田市防災支援協会 (株)アクティオ
9:10～10:30	⑤炊き出し訓練 (西小グラウンド)	・避難者のために炊き出しを行う。	西部地区自治会 赤十字奉仕団
9:10～10:30	⑥応急給水訓練 (西小グラウンド)	・給水車から給水袋に給水を受ける。 (訓練会場の給水所兼ねる。)	西部地区自治会 上下水道対策部
9:10～10:30	⑦土のう積み訓練 (西小グラウンド)	・住民と消防団員で協力し、土のう積み訓練を行う。	西部地区自治会 消防団
9:10～10:30	⑧災害用備蓄資器材使用体験 (西小体育館)	・市及び西部地域まちづくりの会が備蓄する防災用資器材（発電機、投光機、テント、災害用トイレ等）と段ボールベッドの使用方法を体験する。 ・女性のニーズに応えた防災用資器材の展示を行う。	西部地区自治会 西部地域まちづくりの会 上田市
9:10～10:30	⑨災害用伝言ダイヤル(171)体験 (西小体育館)	・特設公衆電話回線を会場に設置し、伝言ダイヤルを体験する。	西部地区自治会 NTT東日本(株)長野支店 災害対策室
9:10～10:30	⑩災害時に役立つ工作体験 (西小体育館)	・災害時に役立つペットボトルランタン・ペットボトルシャワー・クッションの作り方を学ぶ。	西部地区自治会 消防団
9:10～10:30	⑪応急救護・搬送体験講習 (西小体育館)	・応急処置及び応急担架作成要領について講習を受ける。	西部地区自治会 消防団
9:10～10:30	⑫AED体験救急講習 (西小体育館)	・AED（自動体外式除細動器）の使用方法等について講習を受ける。	西部地区自治会 上田地域広域連合消防本部
9:10～10:30	⑬避難所支援(軽傷者手当) (西小体育館)	・施術所の設置により、災害時の軽傷者に対する包帯手当等を実施する。	西部地区自治会 長野県柔道整復師会東信支部
9:10～10:30	⑭教室等を利用した避難所開設訓練 (西小学校内)	・感染症が疑われる避難者が避難してきたと想定し、空き教室等を利用した二次避難所としての設営訓練を行う。	西部地区自治会 上田市
9:10～10:30	⑮ドローンを活用した現地映像伝送訓練 (西小学校体育館、グラウンド)	・ドローンによる映像伝送訓練を行う。	西部地区自治会 上田市測量設計業協議会

東塩田小学校等で実施する重点地区（東塩田地区9自治会）の訓練

時間	訓 練 種 目	実 施 内 容	実施機関
8:15～10:30 9:01～ 10:30～	指定避難所開設・運営訓練 開所式 閉所式	・指定避難所開設担当者が開設した指定避難所の運営を行う。 ・女性の視点を取り入れた指定避難所の運営を行う。 ・自治会の皆様は、8:50までに東塩田小学校体育館に避難する。 ・9:00シェイクアウト訓練	東塩田地区自治会 上田市
9:10～10:30	①災害用車両展示・乗車体験 (東塩田小グラウンド)	・消防団、消防署の車両及び防災支援協会の重機の展示を行う。 (はしご車は展示のみ) ・日産プリンス長野販売(株)の電気自動車展示及び電力供給訓練。	東塩田地区自治会 消防団 上田地域広域連合消防本部 上田市防災支援協会 日産プリンス長野販売(株)
9:10～10:30	②応急給水訓練、安心の蛇口設営訓練 (東塩田小グラウンド)	・給水車から給水袋に給水を受ける。 (訓練会場の給水所兼ねる。) ・東塩田小学校に設置されている「安心の蛇口」の設営体験を行う。	東塩田地区自治会 上田水道管理事務所
9:10～10:30	③土のう積み訓練 (東塩田小グラウンド)	・住民と消防団員で協力し、土のう積み訓練を行う。	東塩田地区自治会 消防団
9:10～10:30	④飼育動物同行避難訓練 (東塩田小屋外通路)	・指定避難所でペットの受け入れ態勢を整える。	東塩田地区自治会 動物愛護会上小支部 獣医師会上小支部 上田市
9:10～10:30	⑤防災倉庫備蓄品確認 (東塩田小敷地内)	・東塩田小学校に設置されている防災倉庫内の備蓄品を確認する。	東塩田地区自治会 上田市
9:10～10:30	⑥初期消火訓練 (水消火器、背負い式水囊)	・消防団員の指導を受け、水消火器及び背負い式水囊(ジェットシューター)を使用した初期消火を実施する。	東塩田地区自治会 消防団
9:10～10:30	⑦炊き出し訓練 (東塩田炊き出しセンター) ※JA信州うえだ塩田集出荷場敷地内	・避難者のために炊き出しを行う。	東塩田地区自治会 東塩田地区振興会 上田市
9:10～10:30	⑧災害救援ボランティアセンター立上訓練 防災グッズ作成体験 (東塩田小体育館)	・災害ボランティア登録者に協力を要請するとともに、会場でボランティアを募集し、受付で登録後、各種訓練に参加してもらう。 ・災害時に使用するための防災グッズ作成体験を行う。	東塩田地区自治会 社会福祉協議会 災害ボランティア
9:10～10:30	⑨災害用備蓄資器材使用体験 (東塩田小体育館)	・市が備蓄する防災用資器材(発電機、投光機、テント、災害用トイレ等)と段ボールベッドの使用方法を体験する。 ・女性のニーズに応えた防災用資器材の展示を行う。	東塩田地区自治会 塩田医会 上田市
9:10～10:30	⑩災害時に役立つ工作体験 (東塩田小体育館)	・災害時に役立つペットボトルランタン・ペットボトルシャワー・クッションの作り方を学ぶ。	東塩田地区自治会 消防団
9:10～10:30	⑪A E D体験救急講習 (東塩田小体育館)	・A E D(自動体外式除細動器)の使用方法等について講習を受ける。	東塩田地区自治会 上田地域広域連合消防本部
9:10～10:30	⑫応急救護・搬送体験講習 (東塩田小体育館)	・応急処置及び応急担架作成要領について講習を受ける。	東塩田地区自治会 消防団
9:10～10:30	⑬紙芝居(防災講習) (東塩田小体育館)	・子供も防災について学べる紙芝居と災害時に役立つ知恵や工夫を紹介し、親子で防災について学ぶ。	東塩田地区自治会 消防団
9:10～10:30	⑭避難所支援(針灸体験) (東塩田小体育館)	・針灸施術所の設置により、避難者の身体・心のケアを実施する。	東塩田地区自治会 東信針灸師会
9:10～10:30	⑮教室等を利用した避難所開設訓練 (東塩田小学校内)	・感染症が疑われる避難者が避難してきたと想定し、空き教室等を利用した二次避難所としての設営訓練を行う。	東塩田地区自治会 上田市

塩川小学校で実施する重点地区（塩川地区6自治会）の訓練

時間	訓練種目	実施内容	実施機関
8:15～10:30 9:01～ 10:30～	指定避難所開設・運営訓練 開所式 閉所式	・指定避難所開設担当者が開設した指定避難所の運営を行う。 ・女性の視点を取り入れた指定避難所の運営を行う。 ・自治会の皆様は、9:20までに塩川小学校体育館に避難する。 ・9:30シェイクアウト訓練	塩川地区自治会 上田市（丸子地域対策部）
9:10～10:30	①災害用備蓄資器材使用体験 （塩川小体育館）	・市が備蓄する防災用資器材（発電機、投光機、テント、災害用トイレ等）と段ボールベッドの使用方法を体験する。 ・女性のニーズに答えた防災用資器材の展示を行う。	塩川地区自治会 上田市（丸子地域対策部）
9:10～10:30	②被災時の健康診断体験 （塩川小体育館）	・避難生活中に実施される健康診断等の体験を行う。	塩川地区自治会 上田市（丸子地域対策部）
9:10～10:30	③応急救護・AED体験講習 （塩川小体育館）	・応急処置及び応急担架作成要領について講習を受ける。 ・AED（自動体外式除細動器）の使用方法等について講習を受ける。	塩川地区自治会 上田地域広域連合消防本部 消防団
9:10～10:30	④炊き出し訓練 （塩川小敷地内）	・避難者のために炊き出しを行う。	塩川地区自治会 赤十字奉仕団 上田市（丸子地域対策部）
9:10～10:30	⑤応急給水訓練 （塩川小敷地内）	・給水車から給水袋に給水を受ける。 （訓練会場の給水所兼ねる。）	塩川地区自治会 上下水道対策部
9:10～10:30	⑥初期消火訓練 （塩川小敷地内）	・台所や昼間の時間帯では、多くの家庭で女性だけの場合が想定されるため、女性に積極的に参加してもらう。 ・訓練用水消火器を使用した消火訓練を行い、消火器の使用方法を学ぶ。	塩川地区自治会 消防団
9:10～10:30	⑦災害用車両展示・乗車体験 （塩川小敷地内）	・消防団の車両、防災支援協会の重機を展示・乗車体験を行う。	塩川地区自治会 上田市防災支援協会 消防団
9:10～10:30	⑧煙体験 （塩川小敷地内）	・煙体験ハウスで火災に伴う煙の怖さを体験する。	塩川地区自治会 上田地域広域連合消防本部
9:10～10:30	⑨教室等を利用した避難所開設訓練 （塩川小学校内）	・感染症が疑われる避難者が避難してきたと想定し、空き教室等を利用した二次避難所としての設営訓練を行う。	塩川地区自治会 上田市

真田中央公民館で実施する重点地区（長地区11自治会）の訓練

時間	訓練種目	実施内容	実施機関
8:15～10:30 9:01～ 10:30～	指定避難所開設・運営訓練 開所式 閉所式	・指定避難所開設担当者が開設した指定避難所の運営を行う。 ・女性の視点を取り入れた広域避難場所の運営を行う。 ・自治会の皆様は、8:50までに真田中央公民館に避難する。 ・9:00シェイクアウト訓練	長地区自治会 上田市（真田地域対策部）
9:10～10:30	①災害用車両展示・乗車体験 （真田中央公民館駐車場）	・消防団の車両、防災支援協会の重機を展示・乗車体験を行う。	長地区自治会 上田市防災支援協会 消防団
9:10～10:30	②初期消火訓練 （真田中央公民館駐車場）	・台所や昼間の時間帯では、多くの家庭で女性だけの場合が想定されるため、女性に積極的に参加してもらう。 ・訓練用水消火器を使用した消火訓練を行い、消火器の使用方法を学ぶ。	長地区自治会 消防団
9:10～10:30	③応急救護・A E D体験講習 （真田中央公民館ホール）	・応急処置及び応急担架作成要領について講習を受ける。 ・A E D（自動体外式除細動器）の使用方法等について講習を受ける。	長地区自治会 上田地域広域連合消防本部 消防団
9:10～10:30	④炊き出し訓練 （真田中央公民館駐車場）	・避難者のために米の炊き出しを行う。	長地区自治会 赤十字奉仕団 上田市（真田地域対策部）
9:10～10:30	⑤応急給水訓練 （真田中央公民館駐車場）	・給水車から給水袋に給水を受ける。 （訓練会場の給水所兼ねる。）	長地区自治会 上下水道対策部
9:10～10:30	⑥災害用備蓄資器材使用体験 （真田中央公民館ホール）	・市が備蓄する防災用資器材（発電機、投光機、テント、災害用トイレ等）と段ボールベッドの使用方法を体験する。 ・女性のニーズに答えた防災用資器材の展示を行う。	長地区自治会 上田市（真田地域対策部）
9:10～10:30	⑦災害救援ボランティアセンター （真田中央公民館ホール）	・災害ボランティア登録者に協力を要請するとともに、会場でボランティアを募集し、受付で登録後、各種訓練に参加してもらう。	長地区自治会 社会福祉協議会
9:10～10:30	⑧煙体験 （真田中央公民館駐車場）	・煙体験ハウスで火災に伴う煙の怖さを体験する。	長地区自治会 上田地域広域連合消防本部
9:10～10:30	⑨空き部屋等を利用した避難所開設訓練 （真田中央公民館第一会議室A）	・感染症が疑われる避難者が避難してきたと想定し、空き部屋等を利用した二次避難所としての設営および保健師が利用者の選定と誘導を行う。	長地区自治会 上田市（真田地域対策部）
9:10～10:30	⑩食事提供訓練 （真田中央公民館駐車場）	・避難時に住民自らが持ち寄った食材で調理した食事を提供する。	長地区自治会 真田の郷まちづくり推進会議

築地原トレーニングセンターで実施する重点地区（武石地区18自治会）の訓練

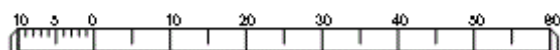
時間	訓練種目	実施内容	実施機関
8:15～10:30 9:01～ 10:30～	指定避難所開設・運営訓練 開所式 閉所式	・指定避難所開設担当者が開設した指定避難所の運営を行う。 ・女性の視点を取り入れた広域避難場所の運営を行う。 ・自治会の皆様は、9:20までに築地原トレーニングセンターに避難する。 ・9:30シェイクアウト訓練	武石地区自治会 上田市（武石地域対策部）
9:10～10:30	①災害用備蓄資器材使用体験 （築地原トレーニングセンター）	・市が備蓄する防災用資器材（発電機、投光機、テント、災害用トイレ等）と段ボールベッドの使用方法を体験する。 ・女性のニーズに答えた防災用資器材の展示を行う。	武石地区自治会 上田市（武石地域対策部）
9:10～10:30	②災害用車両展示・乗車体験 （築地原トレーニングセンター）	・消防車両及び防災支援協会の重機を展示・乗車体験を行う。	武石地区自治会 上田市防災支援協会 消防団
9:10～10:30	③初期消火訓練 （築地原トレーニングセンター）	・台所や昼間の時間帯では、多くの家庭で女性だけの場合が想定されるため、女性に積極的に参加してもらう。 ・訓練用水消火器を使用した消火訓練を行い、消火器の使用方法を学ぶ。	武石地区自治会 消防団
9:10～10:30	④応急給水訓練 （築地原トレーニングセンター）	・給水車から給水袋に給水を受ける。 （訓練会場の給水所兼ねる。）	武石地区自治会 上下水道対策部
9:10～10:30	⑤炊き出し訓練 （築地原トレーニングセンター）	・避難者のために炊き出しを行う。	武石地区自治会 赤十字奉仕団 上田市（武石地域対策部）
9:10～10:30	⑥応急救護・AED体験講習 （築地原トレーニングセンター）	・応急処置及び応急担架作成要領について講習を受ける。 ・AED（自動体外式除細動器）の使用方法等について講習を受ける。	武石地区自治会 上田地域広域連合消防本部 消防団
9:10～10:30	⑦煙体験 （築地原トレーニングセンター）	・煙体験ハウスで火災に伴う煙の怖さを体験する。	武石地区自治会 上田地域広域連合消防本部
9:10～10:30	⑧空き部屋等を利用した避難所開設訓練 （築地原トレーニングセンター）	・感染症が疑われる避難者が避難してきたと想定し、空き部屋等を利用した二次避難所としての設営訓練を行う。	武石地区自治会 上田市

西小学校訓練配置図【グラウンド】

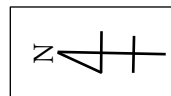
資料3-1



縮尺 1 : 1000



西小学校 訓練配置図（体育館）



渡り廊下

受付

災害時用公衆電話BOX

出入口

控室

⑧災害用備蓄資器材使用体験

⑨災害伝言ダイヤル

1 下紺屋町

2 鎌原

3 西脇

4 新町

5 諏訪部

6 生塚

7 常磐町

8 緑が丘

9 新屋

10 緑が丘北

11 緑が丘西

12 城北

13 西部地域まちづくりの会

⑩災害時に役立つ工作体験

- ・ ペットボトルランタン作成
- ・ ペットボトルシャワー作成
- ・ クッション作成

⑮

現地映像伝送

ドローン

ステージ

UCCテレビ

司会等

控室

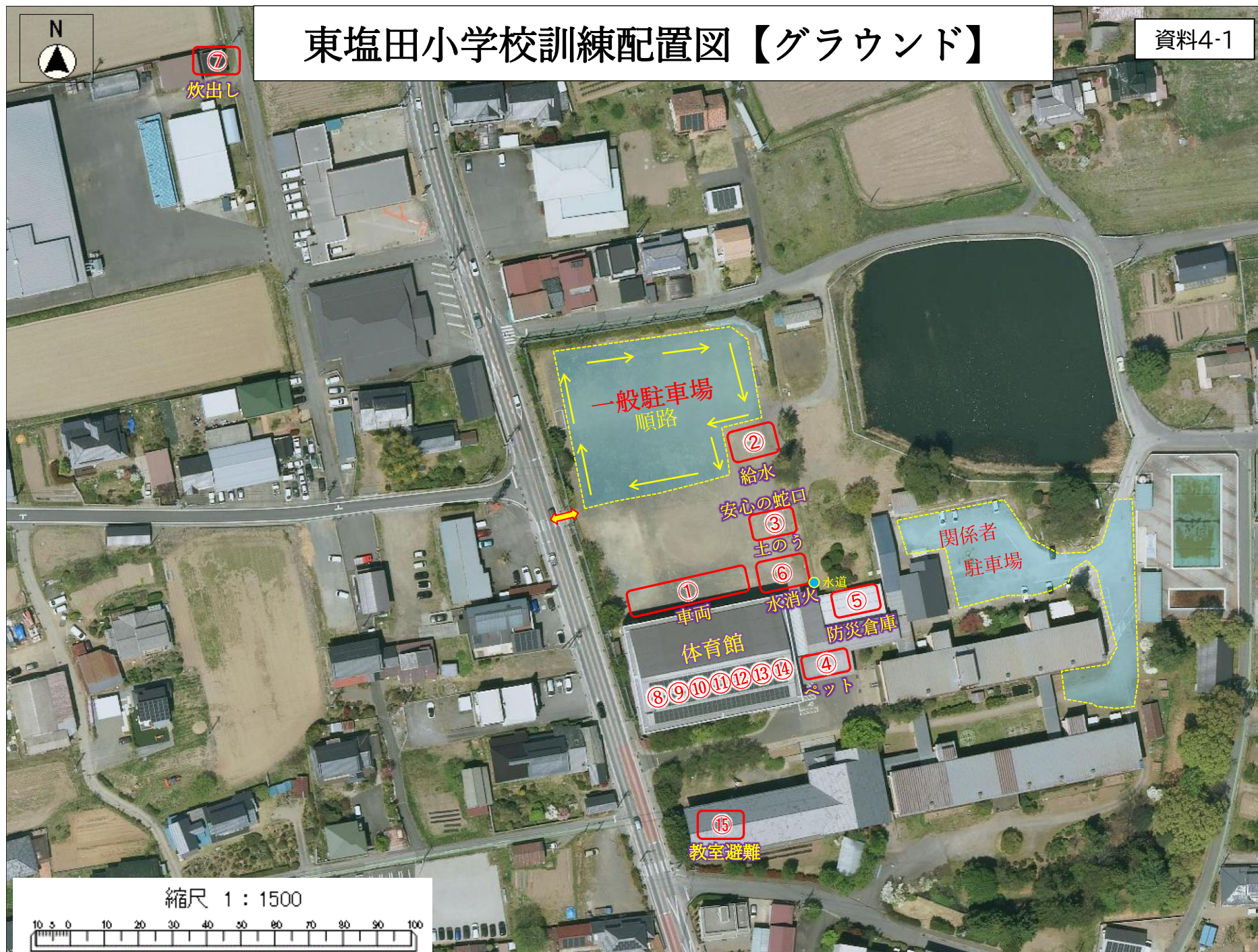
⑬軽傷者手当体験

⑫AED 体験講習

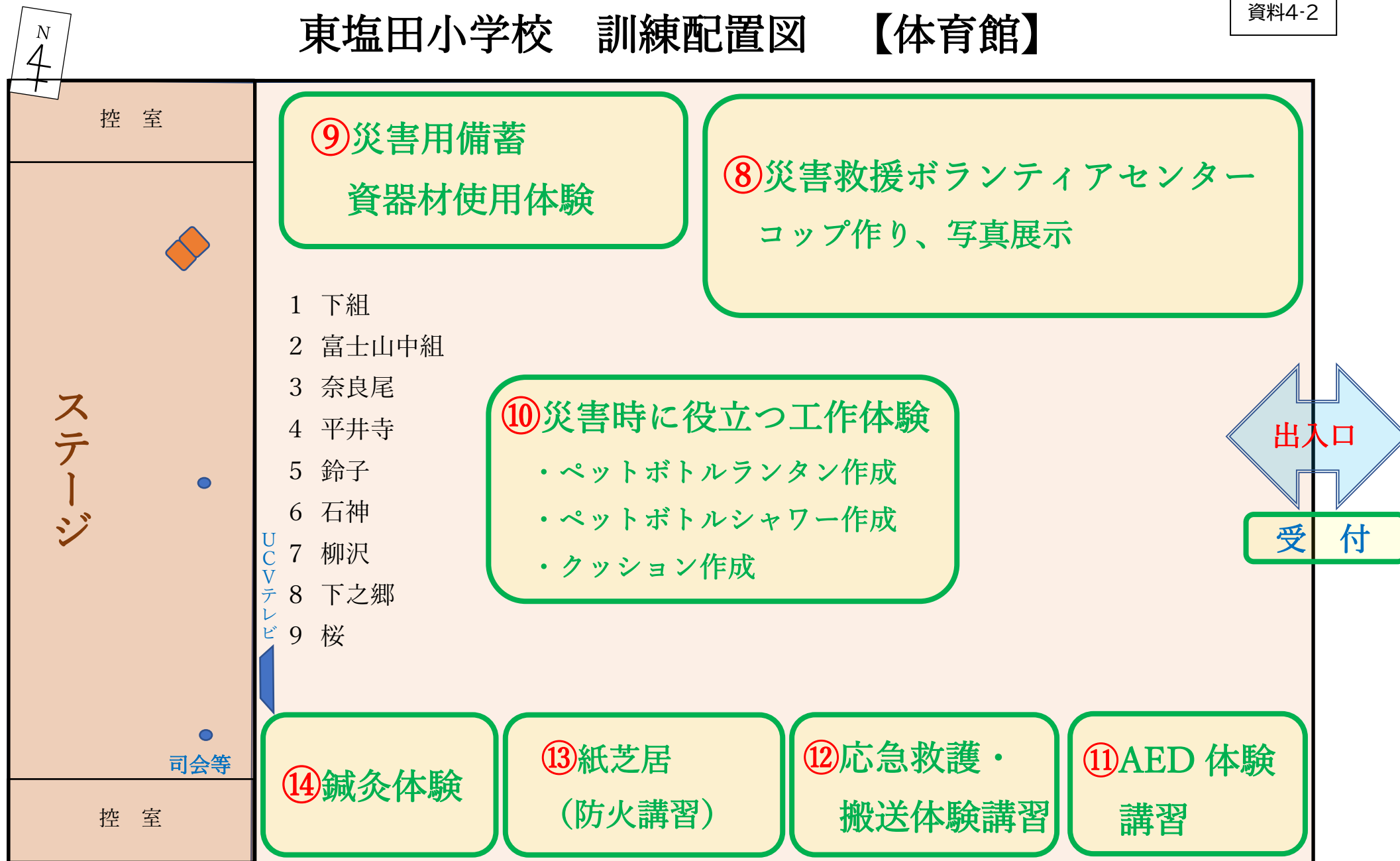
⑪応急救護・
搬送体験講習

東塩田小学校訓練配置図【グラウンド】

資料4-1



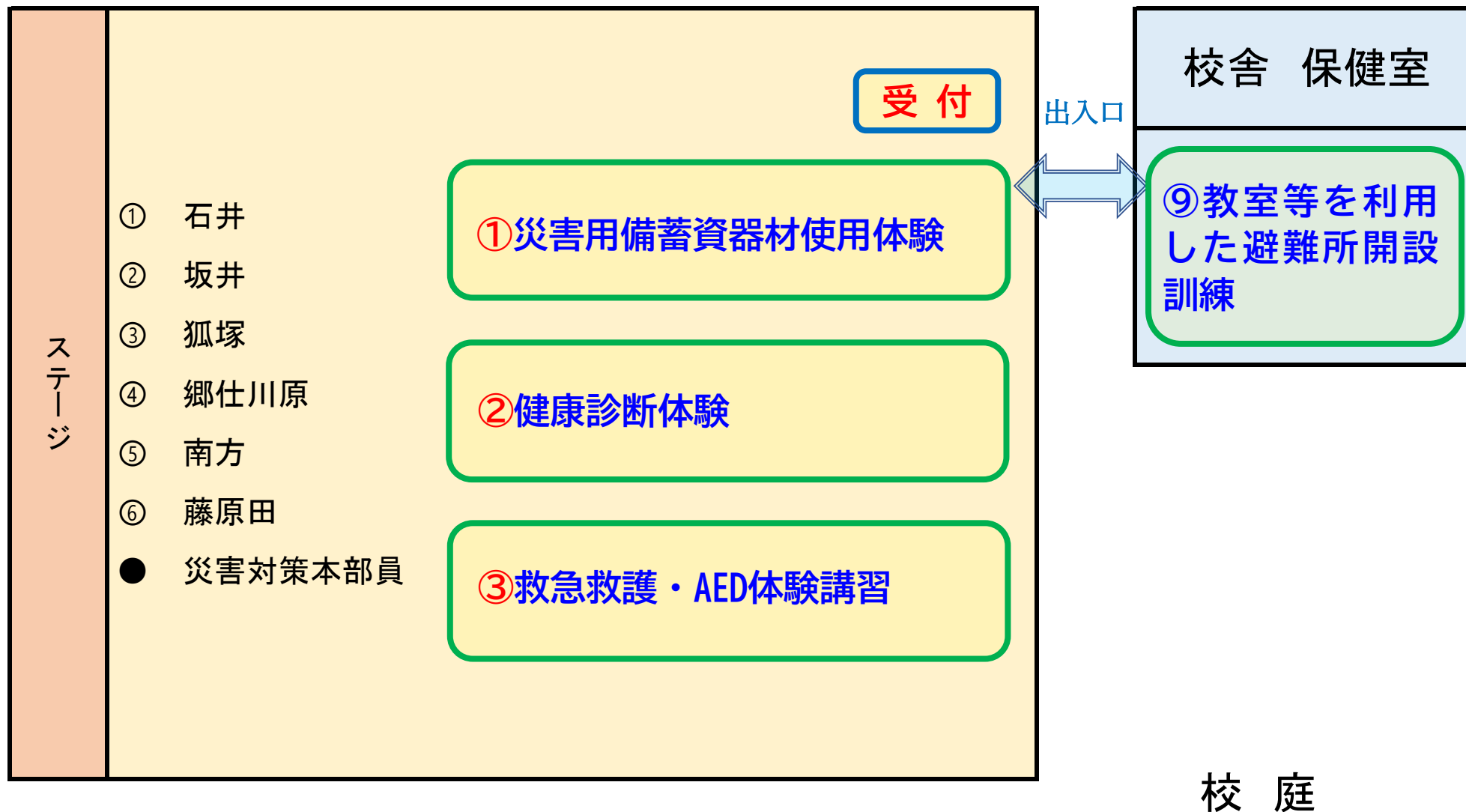
東塩田小学校 訓練配置図 【体育館】





塩川小学校 訓練配置図（体育館、保健室）

資料 5 - 2



真田地区会場（真田中央公民館） 案内図

資料 6 - 1



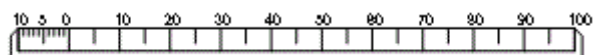
搬入用駐車場

屋内会場

屋外会場

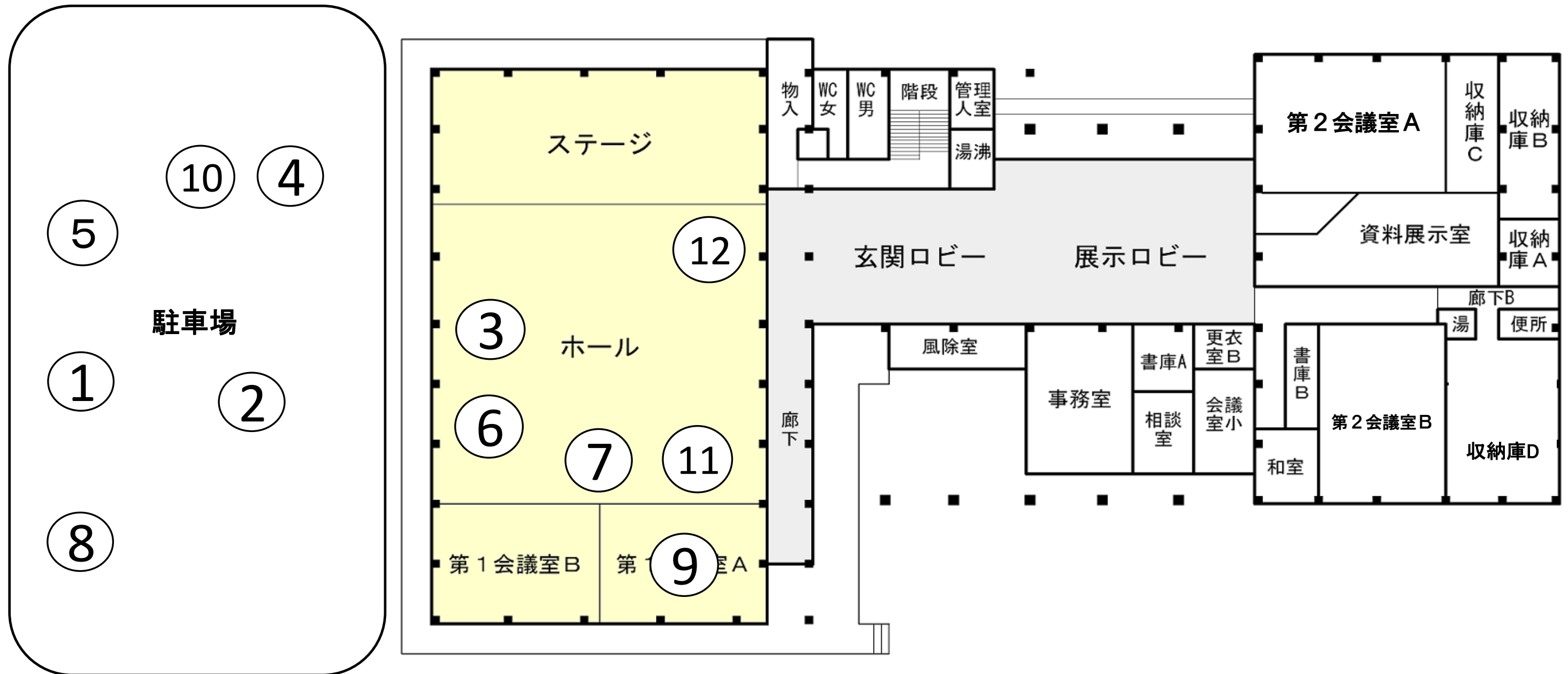
来場者駐車場

縮尺 1 : 1500



上田市防災訓練（真田会場） 配置図

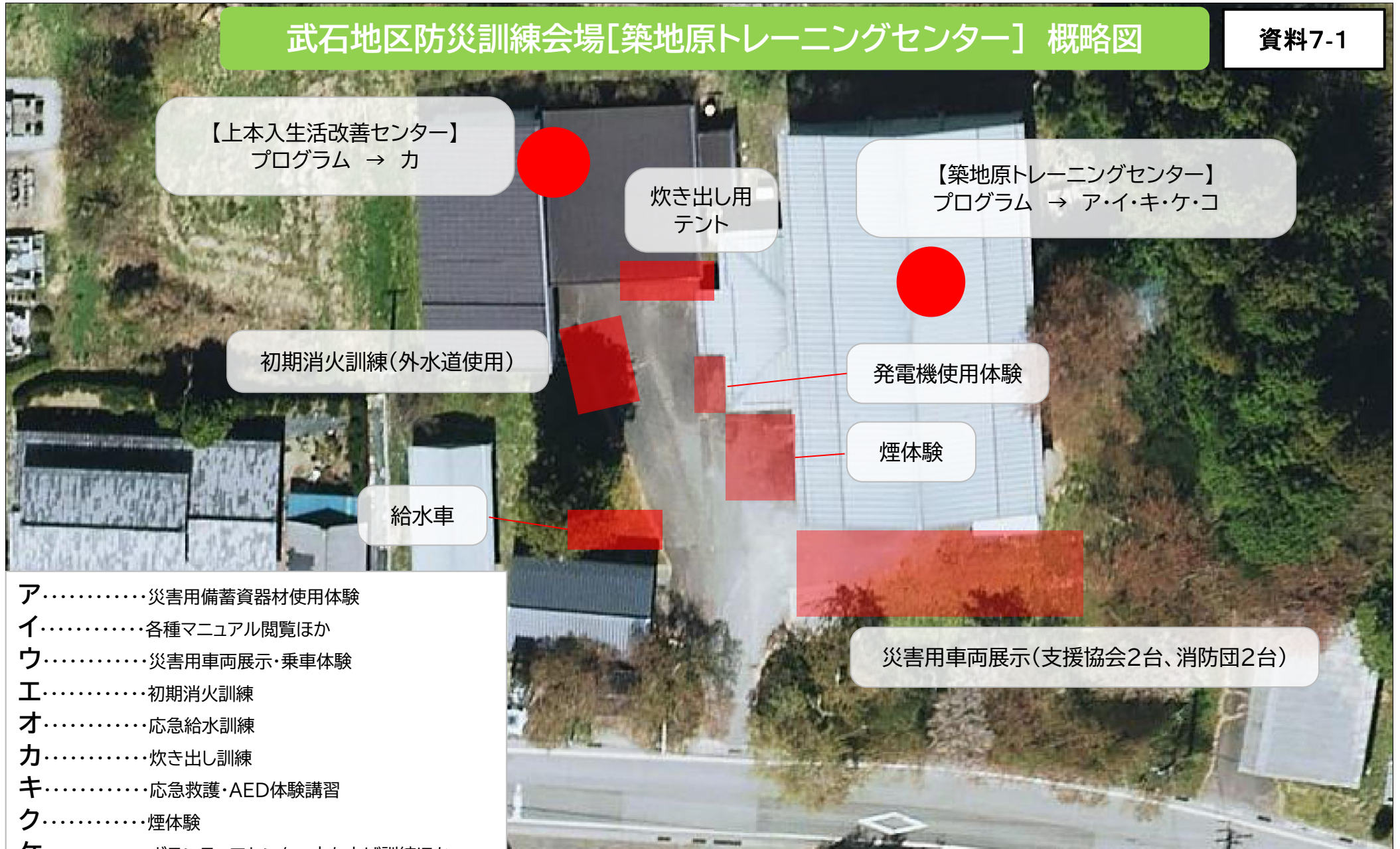
資料 6 - 2



①	災害用車両展示・乗車体験	⑦	災害救援ボランティアセンター
②	初期消火訓練	⑧	煙体験
③	応急救護・AED体験講習	⑨	空き部屋等を利用した避難所開設訓練
④	炊き出し訓練	⑩	食事提供訓練
⑤	応急給水訓練	⑪	救護所・健康状態確認
⑥	災害用備蓄資器材使用体験	⑫	受付・本部

武石地区防災訓練会場[築地原トレーニングセンター] 概略図

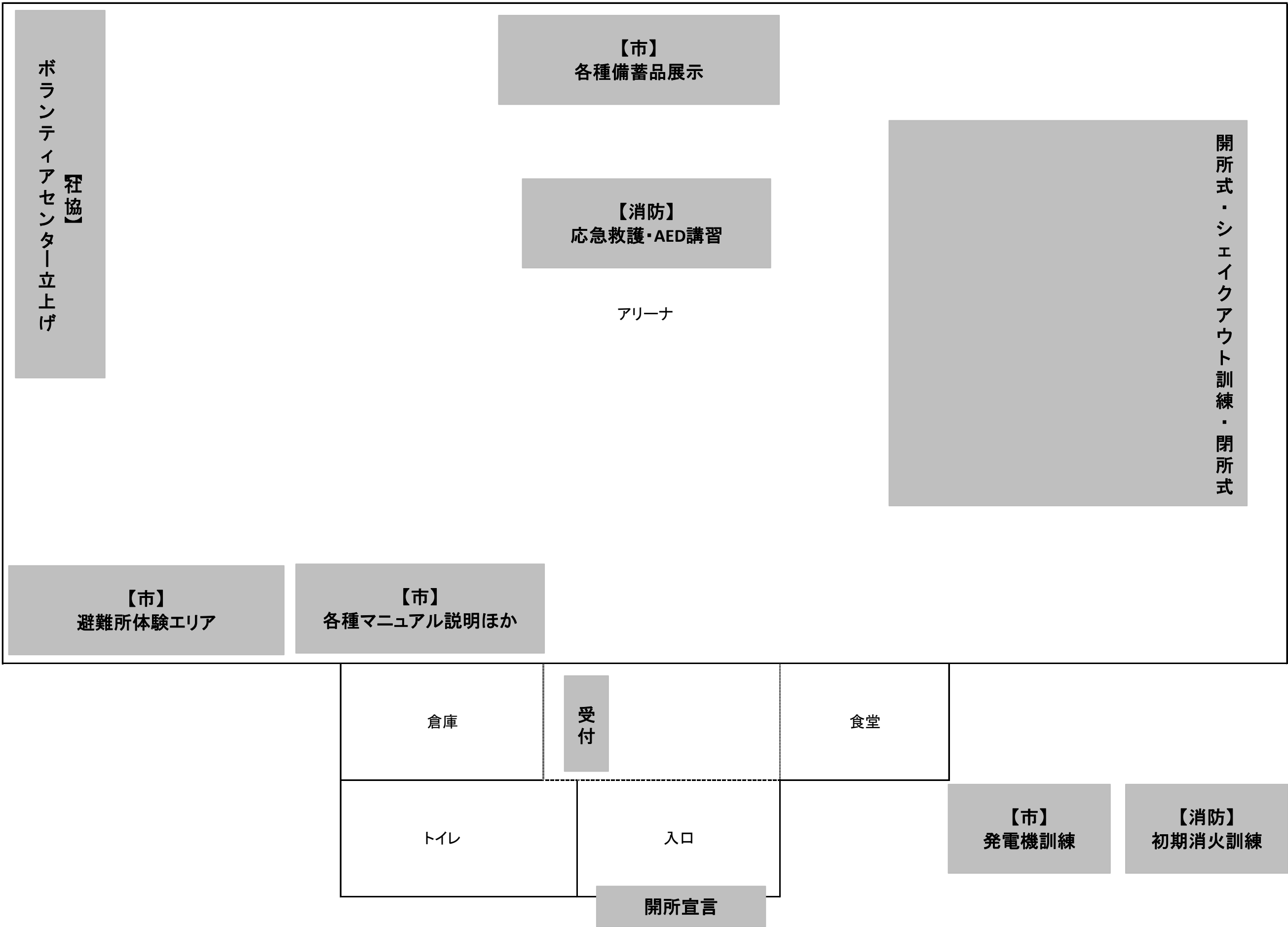
資料7-1



- ア……………災害用備蓄資器材使用体験
- イ……………各種マニュアル閲覧ほか
- ウ……………災害用車両展示・乗車体験
- エ……………初期消火訓練
- オ……………応急給水訓練
- カ……………炊き出し訓練
- キ……………応急救護・AED体験講習
- ク……………煙体験
- ケ……………ボランティアセンター立ち上げ訓練ほか
- コ……………ドローン飛行展示

令和8年度上田市防災訓練 築地原トレーニングセンター内 配置案

資料7-2



【武石地域防災訓練】
駐車場位置図

資料7-3



- ... 築地原トレーニングセンター（訓練会場）
- ... 自治会用駐車場
- ... 市及び関係機関用駐車場（訓練車両以外）

職員が案内します。
あらかじめ確認した車両台数のみで対応をお願いします。