



第1回の防災・減災ワークショップの様

## 地震災害編 突然の揺れに備える

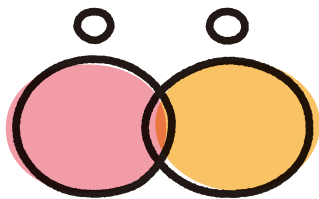
### ①せんだい災害VRによる 地震災害の疑似体験

VR技術を使って、地震災害の現場を疑似体験します。突然の揺れや家具の転倒、停電など、実際に起こり得る状況をリアルに再現。体感を通じて、非常時にどんな危険が潜んでいるのかを理解し、命を守るための行動を考えるきっかけにします。



### ②近年の地震災害の特徴と 宮城県・仙台市の地震災害リスク

宮城県第五次地震被害想定では、最大震度7の揺れや広域停電、長期断水などが示されています。仙台市震災対策アクションプランでは、避難所運営やライフライン確保、在宅避難の推進など具体的な行動計画を定めています。こうした最新の知見をもとに、近年の地震災害の特徴と被害の傾向を整理し、地域の災害リスクを理解します。



今できること  
プロジェクト  
2025-2026  
学び直しと伝承

参加者  
募集！

仙台市 減災推進課 × 今できることプロジェクト

# 都市型災害に備えるスキルを磨く 防災・減災ワークショップ

協力／仙台市危機管理局  
防災・減災部 減災推進課

東日本大震災からまもなく15年。宮城県の第五次地震被害想定では、最大震度7の揺れや広域停電、長期断水など深刻な被害が示されています。仙台市震災対策アクションプランでは、避難所運営やライフライン確保、在宅避難の推進など具体的な行動計画を定めています。今回のワークショップでは、VRによる地震災害の疑似体験を通じて現実に近い状況を体感し、近年の地震災害の特徴や地域のリスクを学びます。さらに、仙台市における避難所の仕組みと役割を理解し、リーフレット「在宅避難のススメ」をもとに、自宅で安全に過ごすための条件や備えを具体的に考えます。皆さんが「自分と家族を守るために今できること」を一緒に確認しましょう。

### ③避難所の仕組みと役割

東日本大震災では、仙台市内で約300の避難所が開設され、最大で1日10万人を超える避難者が集まり、行政職員の支援が限られる中、地域団体や施設管理者、避難者自身が協力し合い、避難所を運営しました。仙台市は、この教訓を踏まえ、地域と連携した避難所運営体制を整備しています。こうした仕組みを理解し、災害時に適切な避難行動を考えます。



### ④在宅避難とは ～あなたの家があなたの避難所に～

在宅避難とは、大規模な災害が起きたとき、日頃からの備えを活用しながら、自宅で避難生活を送ることをいいます。行政が整備する指定避難所の物資やスペースは限りある資源です。なるべく多くの方が在宅避難をすることで、避難所に行く必要がある方々がより安心して避難所を利用できることにつながります。どういう場合に在宅避難ができるか、判断するポイントを解説します。



#### 仙台防災枠組

2015年3月に仙台で開催された「第3回国連防災世界会議」で採択された世界の防災政策に関する2030年を見据えた指針です。災害リスクの理解と管理、リスク削減への投資、そしてより良い復興の推進という4つの優先行動を掲げ、災害に強い社会の構築を目指しています。



VRゴーグルを活用する仮想体験型の防災学習

仙台市防災・減災アドバイザー 早坂 政人さん



平成15年5月の宮城県沖を震源とする地震を契機に、仙台市消防局は大地震に備え、市民への普及啓発を専門とする地震災害対策強化担当「(通称)仙台市地震防災アドバイザー」を設けました。その後、東日本大震災や関東・東北豪雨の経験から多くの教訓を得て、より幅広い災害への備えを伝えるため、平成30年4月より「仙台市防災・減災アドバイザー」を配置しています。



仙台市消防局  
マスコットキャラクター  
防災まさむね君  
(協力:伊達家伯(かはく)記念會)

## 都市型災害に備えるスキルを磨く 防災・減災ワークショップ

参加無料

地震災害編

開催日時 2026年1月22日(木) 13:30～15:30(開場13:00)

募集人員 80名 会場 河北新報社1階ホール

#### お申し込み方法

応募フォームに必要事項を明記のうえ、お申し込みください。  
<https://forms.office.com/r/wghjeuB8dE>

お申し込み締切／2026年1月6日(火)

右の二次元コードから  
アクセスできます



#### 参加条件

①「今できることプロジェクト」の趣旨に賛同し、ワークショップで防災についての理解をより深めたいと考えている方。②当日配布するアンケートに記入いただけること。③当日写真ならびに映像撮影させていただき、新聞および特設HP・facebookに掲載させていただく場合があることをご了承いただける方。

私たち賛同企業も、被災地再生と伝承のために「今できること」をともに考え、このプロジェクトに賛同し、推進していきます。

IHI／アサヒビール 東北支社／石巻市震災遺構門脇小学校・大川小学校／花王／キューアンドエー／キンビール 東北第1支社／ケーズデンキグループ・デンコードー／光輝ビルテクノス／神戸製鋼所東北支店／こくみん共済 coop 宮城推進本部／サッポロビール サントリー 東北営業本部／JFEスチール仙台製造所／JTB 仙台支店／住友不動産／生命保険協会 宮城県協会／仙台アンパンマン子どもミュージアム&モール／仙台環境開発／大和証券 仙台支店／大和電設工業／椿本興業／DICグラフィックス／伝承千年の宿 佐勘 東亜道路工業東北支社／東急リパブル／東伸環境／日本製紙／日本製紙クレシア／日本損害保険協会／日本郵便 東北支社／ネクステージ／野村不動産 仙台支店／東日本油化工業／平松剛法律事務所／藤崎／富士フイルムグラフィックソリューションズ／三井住友海上 三井不動産／三菱地所グループ／三菱重工機械システム／宮城県建設業協会／宮城県自動車整備振興会／宮城交通／みやぎ生協／明治安田生命 仙台支社／リコージャパン 宮城支社／Rethink PROJECT (順不同)  
◎後援／宮城県、仙台市、気仙沼市、岩沼市、東松島市、宮城県市長会、宮城県町村会、気仙沼市教育委員会

これまでの活動内容や新着情報は「今できることプロジェクト」特設HPをご覧ください。

[www.kahoku.co.jp/imadeki/](http://www.kahoku.co.jp/imadeki/)

河北 今できること

検索



facebookページもあります。

今できることプロジェクト企画・制作



河北新報社 営業局

お問い合わせ

今できることプロジェクト事務局(河北新報社営業部)  
tel 022-211-1318