

自衛消防訓練を実施しましょう

不特定多数の人が利用する建物は
年2回以上の消火及び避難訓練が
義務付けられています



新しい日常に対応した方法で
消火、通報、避難訓練を実施しましょう。

キーワードは

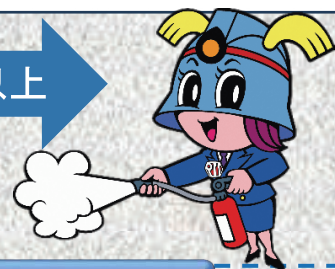
・ソーシャルディスタンス(適切な距離) ・短時間 ・少人数

集まらなくてもできる「ネットで自衛消防訓練」の活用も検討しましょう。

⇒裏面をチェック!



おおむね2m以上



消火訓練

消火器等の使い方を覚え
 ましょう。

- ① 安全ピン
 を抜く。



- ② ノズルを火
 点に向ける。



- ③ ノズルを
 強く握る。



通報訓練

119番通報の要領を覚えま
 しょう。

「どこで(住所)・なに
 が・どのくらい燃えてい
 る? けが人は?」



館内のみなさま…

館内放送の例

こちらは防災センターです。〇〇で火災が発生しま
 した。お客様は、係員の指示に従って△△階段から
 落ち着いて避難してください。エレベーターは使用
 しないでください。

避難訓練

避難経路の確認をしましよ
 う。

煙を吸わないように避難
 しましょう。

来館者に避難を指示でき
 るようになりましょう。



ネットで自衛消防訓練



パソコンやスマートフォンを使った
消火、通報、避難訓練です

例えばこんな活用方法・・・

- ・ 消火器の使い方の動画を視聴
 - ▶ **実際に設置してある場所を確認！**
- ・ 避難誘導方法の動画を各自で視聴
 - ▶ **退勤時などに避難経路を通して確認！**
- ・ 事前に各自で訓練方法を動画で確認
 - ▶ **階、部署ごとなど少人数で訓練実施！**

いつでも・どこでも・ひとりでも
動画でできる

ネットで自衛消防訓練

YouTube東京消防庁公式チャンネル
東京消防庁公式アプリ
東京消防庁HPで公開中！！

ネットで自衛消防訓練 検索



**自衛消防訓練を実施する際
はあらかじめ消防署に連絡
してください**

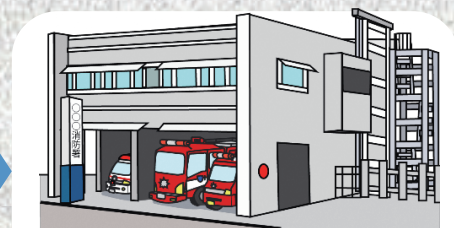
自衛消防訓練通知書を提出

または

インターネットで手続き
(電子申請)

東京共同電子申請・届出サービス 検索

- ① **申請・手続き情報** → **申請者情報登録**で申請者IDを取得
- ② 申請先の選択: **東京消防庁へ申請**をクリック
- ③ キーワード検索: 「自衛消防訓練」
- ④ **自衛消防訓練通報**をクリック
→ ページの案内に従って手続きを行ってください。



管轄消防署

R70

古紙パルプ配合率70%再生紙を使用

リサイクル適性 A

この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。