

ゼロから始める

参加無料

防災講習会

非常用品を用意しているけど、本当にこれで大丈夫？

ライフラインが止まった時、どうすればいいの？



災害大国・日本——地震、豪雨、噴火など、災害は私達の日常のあちこちに潜んでいます。ニュースが報じられるたびに、備えの大切さを感じる方も多いはず。でも、本当にこれで足りるの？いざ、避難生活が始まったら……？なんて不安も少なからずあるでしょう。そんな方のために、「基礎知識・避難生活・救急救命」をテーマとした防災講習会を企画いたしました。災害時の基本的な知識や、計画、避難所体験などを通して正しく備えることの大切さを学びます。災害が起きてしまった時にあわてないために、そして少しでも安心して過ごせるように、防災に対する考え方を見直してみませんか？



第1回



基礎知識編

8/4 (日)



第2回

避難生活編

9/7 (土)



第3回



救急救命編

10/12 (土)



・各回参加もできますが、3回全てに参加できる方を優先的に受け付けします。

時間 10:30～14:30 (昼食時間含む)

定員 各回30名 (子ども同伴可)

参加費 無料

会場 安藤百福センター (長野県小諸市大久保 1100)

講師 山本 賢一郎氏
(日本防災士会 理事、防災コンサルタント)



3回参加であたる!

防災用品抽選会



2名様にローリングストックセット
外れても参加賞あり!

申込

【先行申込締切日】 7月5日 (金)

※抽選後、7月上旬に結果を連絡いたします。

【一般申込開始日】 7月8日 (月) ～ (先着順)

お申込み: 安藤百福センター事務局 担当: 小島

E-mail: customer-center@momofukucenter.jp TEL: 0267-24-0825

必要事項 (希望回、氏名、ふりがな、性別、住所、電話、生年月日、メールアドレス、
同伴者の氏名・生年月日)

本イベントで取得した個人情報は、イベントの運営および参加者へのご連絡、国内旅行傷害保険加入、イベントに関するアンケート等の依頼、またその他これらに準ずるか密接に関連する目的に利用いたします。また、取得した個人情報は損保ジャパン株式会社との間で共同利用するものとし、個人情報の管理責任者は主催者の安藤百福センターです。

お申込みはこちら! /



防災講習会 プログラム



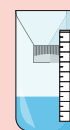
第1回 基礎知識編

どんな災害が起きて、どれだけの期間、どのくらいの備えが必要なのかは予測ができません。しかし命を守るために必要な心構えと備えを整えておくことが必要です。まずは正しい防災知識を知り、最低限必要な備えや災害発生時の対応、家庭での緊急事態発生時のルールなど、有事に向けた基本的な知識と対策について学びましょう。

座学 災害の種類と現象、想定される大規模災害、気候変動、警戒避難とは何か

昼食 非常食体験

体験 防災用ペットボトル雨量計の工作、ハザードマップの見かた、マイタイムライン（個人の防災行動計画）の作り方



第2回 避難生活編

災害の状況によっては、避難所への移動を余儀なく迫られる場合があります。しばらくの間、どのようなものを優先的に持っていけばいいのか。また、避難所にも入れない場合も想定しておく必要があるはず。衣食住の確保や体調管理など、災害が起きた後の避難生活を過ごせるような考え方を身につけましょう。

座学 避難の種類と意味、準備（日常用品を活用したローリングストック）、避難生活の留意点、工夫（サバイバル）、災害時要配慮者と要支援者（ダイバーシティ）

昼食 炊き出し体験

体験 避難所体験（簡易テント、ダンボールベッド、ダンボールトイレに座る）、非常持ち出し品の確認、アウトドアグッズ紹介、自宅の防災グッズ確認



第3回 救急救命編

自分や家族がケガをしてしまったら——。災害で地域全体が混乱しているときは、自分で対処しなくてはなりません。ファーストエイドキット（救急用品）に必要なものは入っていますか？ そして適切に使うことができますか？ まずは一次救命ができるよう基本的な救急対応の流れや方法について学び、もしもの時に備えておきましょう。

座学 傷病と疾病の災害時応急、健康と衛生の管理と工夫

昼食 持ち寄り品のシェア（参加者各自で非常食などをご持参ください）

体験 一般応急手当の実習（心肺蘇生、ケガの措置など）



※プログラムの内容は全て予定です。諸事情により一部内容が変更となる可能性があります。