

共催

・ほくっとネット
(北東部地域協力ネットワーク)
・保谷駅前公民館

防災講座
全3回

避難

する



を書える

第1回

避難生活 4 つの体験シミュレーション
～避難所・車中泊・自宅避難・市外避難～

会場: 保谷第一小学校体育館・防災備蓄倉庫
日時: 3月8日(日曜日)
午前9時30分～午前11時30分

発災したときに避難先として考えられる場所を四つのブースにし、ちょこっと体験・シミュレーションして、自分の生活状況にあった避難方法を普段から考えていく参考にします。

第3回

防災食ビュッフェを楽しみながら考えあう
発災から1週間、あなたはどうか生きる？

会場: 保谷駅前公民館 集会室・第3学習室
日時: 3月22日(日曜日)
午前9時30分～午後1時00分

「目黒巻」というワークを個人で行ってもらうことにより発災から1週間をどう生き残るのかを考えていただき用意された防災食ビュッフェを食べていただきながらお互いにごく考えたのかを共有し、最後に3回を通しての感想を伺います。

第2回

防災シミュレーションゲームを通して
皆で考える避難時必要なこと

会場: 特別養護老人ホーム保谷苑
日時: 3月15日(日曜日)
午前9時30分～午前11時30分

子どもから高齢者まで、地域住民が防災について一緒になって学べる「避難カップゲーム」を行い地域の人たちが一人でも多く助かる避難方法を考えます。

講師: 西東京レスキューバード

西東京市社会福祉協議会(社協)主催の災害ボランティア養成講座修了者を中心として2015年4月1日に設立した市民活動団体です。社協由来で設立された背景から災害時に支援が必要な方への目線を忘れずに市内の様々な団体と交流していきたいと考えています。



対象: 市内在住・在勤・在学者

定員: 各回30名(申込順)
全回参加者には特典あり

申込: 2月4日(水) から
右に掲載している申込フォーム
か保谷駅前公民館
(042-421-1125) への電話または
直接窓口へ
(平日午前9時から午後5時まで)



申込フォーム