



# ゼロから始める自主防災！ 回覧

## 町内会防災研修 & 避難所体験

### 研修の目的

もし大きな災害が起きたら…

大規模災害に備え、住民が自らを守り地域で助け合う力を身につけ、地域防災力を強化しましょう。

- ・災害時に落ち着いて行動できる力をつける
- ・いざという時に役立つ技術を学ぶ
- ・「みんなで助け合う」気持ちを育てる
- ・学んだことを地域の安心につなげる

### 主催

滝上町・札久留町内会

### 参加対象

#### 第1部:町内会防災研修

防災に関心がある住民 約 30 人

#### 第2部:避難所体験会

自主防災・避難所運営に関心がある住民  
約 15 人(寝袋をご持参ください)

### 参加申し込み・問い合わせ先

滝上町役場 住民生活課住民活動・環境係

☎ 0158-29-2111(内線 239)

締め切りは9月 24(水)まで



### 日時・場所



■9月 30 日(火)13 時 00 分(受付)

~10 月1日(水)9時 30 分(解散)

第1部 13:30~17:30・第2部 18:00~翌日 9:30

#### ■札久留公民館

■お車でお越しの方:公民館駐車スペースをご利用ください。

■お車でお越しになれない方:滝上・濁川市街地より送迎いたします。

送迎希望の方は参加申し込み時にお伝えください。  
集合場所・時間等の詳細は、追ってご連絡します。

#### 町内会防災研修(第1部):主なプログラム

- 基調講演~「一人の犠牲者もださないために」~防災語り部によるお話
- 自主防災ってなに?
- 防災の心得と救命救急
- 災害時に役立つロープワーク術
- 防災物品展示

#### 避難所体験会(第2部):主なプログラム

- 新聞紙炊飯
- 加熱材による非常食の加熱
- ダンボールベッドでの宿泊体験

### 参加無料!

日中のみの参加も可能です。いざという時に動ける自分になる第一歩。ぜひご参加ください。