

参加
無料



長野県防災リーダー育成推進協議会

私たちが住む「信州」の災害への備え アウトドア × 医療 × 心身のケア

「アウトドア」×「看護」×「福祉」

全4回

それぞれの専門分野で活躍する講師陣による

【実践的防災リーダー育成プログラム】 受講者募集!!

いざという時に動き地域の防災を支える、新しい仲間を募集しています



セミナーで習得した知識や技術は、『自分自身のため』にも、
『家族のためにも』、『地域のためにも』役立てることができます
全課程を修了した方には「修了認定証」を発行いたします

こんな方は、
ぜひ積極的に
ご参加ください

- 防災関連の仕事／役職、介護福祉関連事業の仕事に就いている（いた）
- 現在の職や資格（防災士）の更なるスキルアップを図りたい
- 防災に興味・関心がある
- 消防団に属している（いた）
- 日常でも非常時でも役立つスキルを身につけたい
- 被災した／避難所生活の経験がある
- 自分の住む地域に合った防災を考えたい
- 地域の自主防災組織に属しているが、いざという時に何をすればよいかわからない
- 看護経験がある（現役看護師／元看護師／休業中など）

<定員> 各回40名程度 ※ご家族、ご友人、大切な人など、どなたでもお気軽にご参加ください

<参加費> 無料 ※本事業は、長野県「地域発元気づくり支援金」を活用した事業です
※すべてのプログラムを修了された方は「修了認定証」の発行手数料として
1,000円をいただきます。予めご了承ください

受講プログラムおよび開催日程はチラシ裏面をご確認ください ▶▶

<主催> 長野県防災リーダー育成推進協議会 事務局 TEL:090-1401-9414 担当:山崎(ヤマサキ)

<後援> 長野市 / 千曲市 / 須坂市

ホームページお申込みフォーム ➡





「守られる側」から「守る側」に。



災害時も日常でも役立つ「防災力」や、女性視点を取り入れた誰もが安心できる避難所運営などを習得できる、全4回の防災プログラムを開講します。

貴方の人生経験に加えて、自分も、ほかの誰かも支援できる「力」を身につけませんか？
お気軽にご参加ください

【実践的防災リーダー育成プログラム】

まずは
【入門編】
から

すべて居住地は関係ありません。ご参加可能な日程をお選びください

第1回【入門編】自分の命を守る第一歩 / 知ることから始まる防災

【受講内容】

座学

災害時に必要な考え方 / 防災リテラシー / 覚えておきたい災害時の法則 / フェーズフリーという考え方避難生活時の健康課題 / 衛生管理①

ワークショップ

日常でも役立つロープワーク / 簡易トイレの活用 / 身近なものでの体温保持法

【実施日程】 所要時間：3時間

- 7月25日(土) 9:00～12:00 場所：須坂市 勤労青少年ホーム創造の家
- 7月26日(日) 9:00～12:00 場所：長野市 豊野防災センター
- 8月29日(土) 9:00～12:00 場所：千曲市 市民交流センター「てとて」
- 8月30日(日) 9:00～12:00 場所：小布施町 小布施町庁舎内学習室

第2回【基礎編】家族と地域で支え合う防災 / 備える力と共助の基礎

【受講内容】

座学

家庭防災 / 避難生活時の健康課題 / 停電・断水・物流停止の対応 / 共助とは / 衛生管理② / 要配慮者への支援

ワークショップ

簡易シェルターの作り方 / 火起こし / 健康チェック方法 / 避難所レイアウト作成

【実施日程】 所要時間：5時間

- 9月6日(日) 9:00～15:00 場所：須坂市 勤労青少年ホーム創造の家
- 9月20日(日) 9:00～15:00 場所：長野市 豊野防災センター
- 9月21日(月祝) 9:00～15:00 場所：小布施町 小布施町庁舎内学習室
- 10月4日(日) 9:00～15:00 場所：千曲市 市民交流センター「てとて」

第3回【実践編】いざという時に動ける力を身につける【判断】【行動】【実践訓練】

【受講内容】

座学

災害時の初動事項、情報収集 / チーム対応と地域リーダーの役割 / 応急手当・ケガ / 体調変化への対応

ワークショップ

ナイフワーク / 水の確保 / 空き缶を使った炊飯 / AEDの使い方 / 災害時のケースワーク&ロールプレイ

【実施日程】 所要時間：6時間

- 10月17日(土) 9:00～16:00 場所：須坂市 勤労青少年ホーム創造の家

第4回【1泊2日の宿泊型避難体験】実践型宿泊による避難生活体験

【実施日程】

- 10月31日(土) 13:00～11月1日(日) 11:00まで 場所：須坂市 勤労青少年ホーム創造の家
- 11月7日(土) 13:00～11月8日(日) 11:00まで 場所：長野市 東和田運動公園

<参加お申込み>

右記 QR コード、もしくは[長野県防災リーダー]にて検索ください
※受講プログラム詳細もご確認いただけます

ホームページ
お申込みはこちらから

