

## 防災研修プログラム一覧

No	プログラム名	対象	時間	区分	内容
A-1	シェイクアウト	全対象	1分	体験	地震発生！！ あなたはとっさに安全行動をとれますか。 「安全行動 1-2-3 (Drop-Cover-Hold On)」の体勢を体験する。
A-2	家庭防災のすすめ	大人	40分～60分	講話	大地震、まず生き残ることが重要。そのための「家具の固定の重要性」や「家庭での備蓄」について、防災の基本的なお話をします。
A-3	防災クイズ	大人(子ども)	40分～60分	講話	防災に関する基本的な内容をクイズ形式で学ぶ。
B-1	災害時のトイレを考える	大人(子ども)	40分	体験	災害が起こった時に、トイレはどうなる？災害時トイレの応急対応を学ぶ。 万が一の対応のひとつとして「ダンボール簡易トイレ」を制作する。※親子同伴ならば子どもも可。
B-2	ほのぼの明かりの作り方	大人(子ども)	20分	体験	停電になったら？懐中電灯も良いけれど、台所にあるものを使ってランタンを制作する。※親子同伴ならば子どもも可。
B-3	とっさの時の防寒に・・・	大人(子ども)	20分	体験	ゴミ袋で簡単に雨具やポンチョを制作する。(はさみ使用) ※親子同伴ならば子どもも可。
B-4	ガラス飛散防止フィルムの貼り方	大人	20～30分	体験	窓ガラスや食器棚のガラス窓への飛散防止フィルムの貼り方を体験する。 ※飛散防止フィルム等消耗品は別途必要。
B-5	素足は危険！	幼稚園～低学年	20分	体験	ペットボトルのキャップ(もしくは卵の殻)を飛散したガラスに見立て、その上を素足で歩いてもらい、ベッドのそばにスリッパや運動靴を備える事の重要性を学ぶ。
B-6	倒壊家屋からの救出救助	中学生～大人	—	体験	倒壊した家屋や家具の下敷きになったことを想定し、安全に注意して救出・救助を行う方法、搬送の方法等を体験する。 ※準備・実施等に時間・人数がかかります。
B-7	心肺蘇生法を学ぶ	中学生～大人	～3時間	体験	心肺蘇生法、AEDの使い方などを学ぶ。
B-8	応急手当の方法を学ぶ	中学生～大人	～60分	体験	三角巾を使った手当の方法、傷病者管理の方法などを学ぶ。
B-9	三角テント設営	中学生～大人	～60分	体験	基本のロープ結索(本結び・巻き結び・自在結び)を学んだうえで、ブルー

					シートを使った三角テントの設営を体験する。
B-10	「災害食」体験		～3 時間	体験	非常用炊飯袋を使って災害時の食について学び、試食する。 ※準備から試食まで。炊き出し機材必要。
C-1	災害想像力を養う	高校生～大人	180 分	ワーク	「目黒巻き」の手法を使って、災害後の 72 時間をどう行動するのか考えるワークショップ。
C-2	なまずの学校	小学生～中学生	120 分	ワーク	防災教材「なまずの学校」を使って、様々な場面でどんな資機材が必要となるのか、アイデアを出しあうワークショップ。
C-3	災害時の決断	中学生～大人	60 分～90 分	ワーク	防災溶剤「クロスロードゲーム」を使って、災害時に遭遇するシレンマに対して「Yes」か「No」で決断するワークショップ。
C-3	地域の「避難所」を考える	高校生～大人	180 分	ワーク	「避難所運営ゲーム (HUG)」を使って「避難所」について地域 (町会、自治会、自主防災会等) で考えるワークショップ。
C-4	DIG (防災マップ作り)	高校生～大人	180 分～	ワーク	お住まいの地域の白地図をもとに、まちの危険箇所・安全箇所などをマッピングし、地域の防災特性に気づくワークショップ。 ※実際に「まち歩き」をすると半日講習となります。
C-5	災害ボランティアセンター立ち上げ訓練	大人	180 分	ワーク	災害ボランティアセンターの役割とその流れを学び、実際にボランティアセンターの立ち上げ、運営支援の訓練を体験する。 ※本訓練には、地元の社会福祉協議会との連携も必要です。

★実施時間は、あくまでも目安です。ご依頼の時間によって、内容を短縮することもできます。

★体験については、実施時間によって組み合わせることもできます。

★消耗品等については、お打合せの上、主催側でご準備頂くか、実費をご請求させていただきます。

【問合せ】

公益社団法人 SL 災害ボランティアネットワーク 事務局 天寺純香

東京都千代田区九段北 1-15-2 九段坂パークビル 3 階 TEL : 03-6822-9900 FAX : 03-3556-8217 E-mail : amadera@saigai.or.jp