

## 災害時でも健康に過ごすために

被災地でのボランティア体験をもとに、ライフラインが不能になった災害時、避難生活の中で、心身ともに健康的に過ごすために必要な知識、考え方を学びます。また、災害時避難時にはどんな状況になるのか、ゲームの中で疑似体験をすることにより、もしもの時に備える力を身につけます。

【 日 程 】 11月23日(日) ～ 12月14日(日) 10:00 ～ 12:00

【 会 場 】 芝西公民館 会議室

【 定 員 】 30人(応募者多数の場合には抽選となります)

【 受 講 料 】 無 料

|                  |                                                    |                                   |
|------------------|----------------------------------------------------|-----------------------------------|
| 第1回<br>11月23日(日) | 防災について<br>～不安に思っていることってなあに？～                       | NPO法人 川口市民防災ボランティアネットワーク<br>斎藤 麻子 |
| 第2回<br>11月30日(日) | 関連死を防ぎ、健康でいるために(避難所・自宅避難)<br>～能登半島地震の報告から～         | NPO法人 川口市民防災ボランティアネットワーク<br>斎藤 麻子 |
| 第3回<br>12月 7日(日) | そこから何かが見えてくる<br>～避難所の疑似体験ゲームをやってみよう～               | NPO法人 川口市民防災ボランティアネットワーク<br>加藤 善幸 |
| 第4回<br>12月14日(日) | 災害時健康で過ごすために何が必要？<br>～備え・知識・工夫～<br>簡易トイレ等実際に作ってみよう | NPO法人 川口市民防災ボランティアネットワーク<br>益田 栄壮 |

【 募 集 期 間 】 10月10日(金) ～ 10月31日(金)

【 申 込 方 法 】 芝西公民館の窓口へ直接、もしくは電話でお申込みください。

※受付時間は10月14日(火)・20日(月)・27日(月)を除く9:00～17:00です。

詳細は、芝西公民館にお問い合わせください。



### 芝西公民館

所在地 川口市大字小谷場237番地

電 話 048-265-6413

交 通

《JR蕨駅西口バス》3番のりば

(蕨05)(蕨05-2)芝循環 芝支所入口行  
⇒「芝西小学校」下車 徒歩5分

《JR南浦和駅西口バス》1番のりば

(浦50)二十三夜・太田窪経由浦和駅東口行  
⇒「上谷」下車 徒歩3分

※公共交通機関でお越しください