主な防災訓練メニュー

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 項　目 | 内　容 | 時間 |
| ①防災講話 | 地震災害、豪雨と土砂災害、スーパー台風などのメカニズムを基に、災害の対策と備えについての講演 | ３０～６０分 |
| 災害情報を入手する方法  （**ｄ**ボタンの活用法）  （防災ラジオ紹介・絆メール登録など） | ３０分～ |
| 避難所と避難場所の違いや避難生活に必要な知識を学ぶ | ３０分～ |
| 災害時のトイレ事情  （災害時、してはいけないこと、しなければならないこと）＊実演含む | ２０～３０分 |
| 瑞浪市の防災に対する取組 | ２０～４０分 |
| ②ロープワーク | 災害時に役立つロープの結び方研修 | ２０～４０分 |
| ③図上訓練（LET） | 地図に危険箇所、避難場所や避難経路などを記入  豪雨・土砂災害から“命を守るため”に、避難するタイミング（予防的避難）を学ぶ体験型訓練 | ９０～１２０分 |
| ④図上訓練（DIG） | 地図に危険箇所、避難場所や避難経路などを記入  災害に備えて地域を知り、危険箇所を知って対策を考える体験型訓練 | ９０～１２０分 |
| ⑤災害・避難カード作成講習 | 『災害・避難カード』の作成をとおして、地域の皆  様一人ひとりが、避難方法やタイミングなどについ  て話し合い、災害時にどのように行動するかを事前  に決めておく講習 | ９０～１２０分 |
| ⑥クロスロードゲーム | 災害への備えや大地震が発生した場合の対応など、カードを使って数々のジレンマを疑似体験するゲーム。自分たちはどうするべきかを考え、対策につなげる対話型訓練 | １００～１２０分 |
| ⑦ポリエチレン袋料理 | ポリエチレン袋を使った、災害時に役立つ非常食の作り方（カレー、炊き込みご飯など）と、区民の親睦を兼ねた試食会  ＊調理時に防災講話（３０分程度）も実施  ＊食材、ガスについては区で準備 | ９０分～ |
| ⑧日常食を非常食に、非常食を日常食に | 「非常食」の備蓄法「ローリングストック法」を学び、また、非常食（アルファ化米や缶詰）のアレンジ料理をつくる体験型学習 | ３０分～  （実演を含む場合  ９０分～） |
| ⑨危険箇所の確認 | 地震、豪雨・土砂災害時の危険箇所について、ハザードマップを基に歩いて現場の検証を行う | ６０～１２０分 |
| ⑩初期消火訓練 | 水消火器による消火訓練  ＊消防防災センターで実施する場合は、消火訓練室内スクリーンを使用 | １５分～（人数により異なる） |
| ⑪煙体験 | 人体に無害の煙が充満した室内で、視界不良状況での避難と命を守る行動を学ぶ | １５分～（人数により異なる） |
| ⑫応急処置 | 生活必需品を使用して傷病者の応急救命処置法や搬送方法を学ぶ | ３０～60分 |
| ⑬座屈救出訓練 | 倒壊家屋の中で、自力の脱出が困難な状況を想定  組み上げた木材から人形をバールやジャッキなどを駆使して救出する訓練 | ３０分～  （上記とは別に３０分の準備時間が必要） |
| ⑭救命救急講習 | 心肺蘇生法及びAEDの使い方の説明 | 修了証なし  ２時間～  修了証あり  ３時間～  ＊要問合せ |
| ⑮家具転倒防止器具取付け講習会 | 転倒防止器具の正しい取付け箇所や方法を体験しながら学ぶ | ３０分～ |
| ⑯子ども向け防災  授業 | 防災クイズ（年齢に対応）、防災ゲーム | ３０分～ |
| ⑰災害グッズ作り | 身近な材料を利用した、災害時に役立つグッズ作成 | ３０分～ |
| ⑱搬送訓練 | 車椅子を使い避難支援の方法と、補助機器等の紹介 | ４０分～ |
| ⑲防災倉庫の備品  確認と取扱い方法 | 非常用発電器具の使用方法の説明、簡易トイレの組み立てなど | ３０分～ |

＊その他　　要配慮者の支援、班内連絡網の作成に関することなどで、希望がありましたら下記までご連絡ください。打合せを行い、内容を検討します。

　　　◎申込・問合せ　生活安全課　　68－9736