



# 「防災出前講座」で防災知識を学びましょう

柏崎市では、自主防災組織等（町内会・地区コミュニティ協議会）の活動に対して、**防災に関する講師を無料で派遣しています！**

町内活動のひとつとして、地域の皆さんで「防災」について考えてみませんか？

## 講話型（オーダーメイド）

講師が防災について講話し、地域の皆さんに知識・理解を深めていただく形式の講座です。

講話の内容は、日頃からの防災対策や、災害発生時の対応など、幅広いテーマの中から皆さまのご要望に応じて設定させていただきます。

地域の実情に合わせた、複数のテーマを組み合わせることも可能です。

まずは下記窓口へご相談ください！



## 演習型（ワークショップ）

参加者の皆さんで意見交換や実習を行い、災害への備えや災害時にとるべき行動を一緒に学びます。その日からすぐに使える知識や行動が身に付きます！

みなさんで一緒に学んで、いざというときに行動できる人を目指しましょう！



各講座の詳細は  
裏面をご覧ください。



### <注意>

- 1団体につき、原則1回の派遣となります。  
ただし、団体に所属する防災士が講座に参画する場合は、複数回の派遣が可能です。
- 講習会場は申込者で手配をお願いします。
- 講座の受付は予算の範囲内で先着順となります。  
実施希望日が重複する場合がありますので、  
予め当法人ホームページで申込状況をご確認のうえ  
実施希望日の1か月前までに、お早めにお申し込み  
ください。

### 【お申込・お問合せ（受託法人）】

特定非営利活動法人トライネット 内

地域活動サポートセンター柏崎

電話：0257-47-7229

FAX：0257-47-7744

Mail：tsc-ks@kisnet.or.jp

法人ホームページ

<https://www.tsckashiwazaki.com/itaku>



# 令和 8 (2026) 年度防災講座メニュー

No.	講座・内容(こんな方におすすめ) など	目安時間
講 話 型	<b>1 日頃の備えと防災対策</b> 日頃から家庭のできる備え(非常持ち出し袋、備蓄品等)や防災対策を分かりやすく解説します。普段の生活にも役立つ知恵や手法が学べる入門講座です。	60分 ～90分
	<b>2 災害発生時の対応</b> いざ災害が起こった時に個人や町内会等の組織ではどう対応すればよいのか、災害が起こる前にどういった準備が必要なのかを学びます。	60分 ～90分
	<b>3 町内資源の活かし方</b> 防災の観点から町内資源(ヒト・モノ)を見つめ直し、活用方法を考える講座です。地域づくりと防災の掛け合わせをお考えの方へもおすすめです。	60分 ～90分
	<b>4 自主防災組織の運営・見直しのポイント</b> 自主防災組織の担う役割、平時の活動や災害時の対応などが学べる講座です。また、ご要望に応じて、自主防災組織の体制や防災計画を見直す際のポイントを学ぶこともできます。	60分 ～90分
演 習 型	<b>5 避難行動要支援者への支援のあり方</b> 高齢者や体が不自由な方との関わりがある方向けに、支援のあり方について、演習を通して学びます。	60分 ～90分
	<b>6 クロスロード(災害時決断シミュレーション)</b> 災害発生時に「どう考え、どう行動したらよいのか」を、クイズ形式で出題し、参加者で意見交換します。「もしも」の時のことを考えておくことで、災害対応能力が身につきます。	60分 ～90分
	<b>7 A E D 取扱/心肺蘇生法/応急手当方法</b> A E D の取り扱い・心肺蘇生法の手順・応急手当等に関する入門編の講座です。	90分 ～120分
	<b>8 ロープワーク</b> 日常生活にも役立つ「ロープの結び方」について学びます。 自分が助かる方法…知っていますか?	60分 ～90分
	<b>9 避難所運営ワークショップ</b> 避難所運営の基礎知識習得と、ワークを通じて災害時に避難所で起こりうる様々な出来事への対応を模擬体験します。	60分 ～120分
	<b>10 災害時簡単調理(パッククッキング)</b> ビニール袋等を使って、災害時だけでなく日頃から実践可能な、時短・節水・誰でも簡単にできる調理法を実習します。(※別途、材料費が必要です)	60分 ～120分

※講座を選ぶところから一緒に考えていきますので、お気軽にご相談ください。