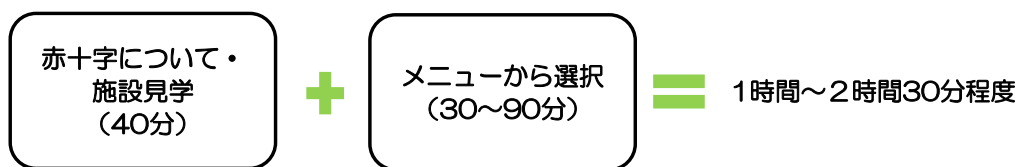


日本赤十字社三重県支部 研修会・施設見学 内容メニュー一覧

令和8年4月1日改正



◎共通メニュー

番号	研修項目	概要	所要時間
1	赤十字について	赤十字の歴史、仕組みや活動の講話	30分
2-A	防災セミナー A	災害への備え（講義）	60分
2-B	防災セミナー B	災害エスノグラフィー	60分
2-C	防災セミナー C	家具安全対策ゲーム	30分
2-A	防災セミナー D	ひなんじょ たいけん	90分
2-B	防災セミナー E	大雨・台風の避難スイッチ	60分
3	災害時高齢者支援講習	日頃の備えや避難所での生活の心得、風呂敷を使ったリュックや毛布を使ったガウンの作り方等	60分
4-A	救急法講習A	一次救命処置の仕方	60分
4-B	救急法講習B	三角巾を使った応急手当	60分
5-A	健康生活支援講習 A	健康寿命をのばすために	60分
5-B	健康生活支援講習 B	フレイル予防	60分
5-C	健康生活支援講習 C	認知症について	60分
6	幼児安全法	一次救命処置の仕方、気道異物除去	60分
7	非常食炊き出し体験	ハイゼックス袋を使った非常食の炊き出し ※他のプログラムと合わせての実施となります。材料はご用意ください。	60分
8	国際人道法セミナー	国際救援活動や国際人道法に関する講話	30分

◎奉仕団向けメニュー

番号	研修項目	概要	所要時間
9	赤十字ボランティア	赤十字ボランティアの特徴や活動について	60分
10	赤十字の基本原則	赤十字ボランティアとして心掛ける赤十字の基本原則について	30分
11	災害ボランティア	災害におけるボランティアの心得	20分

◎小学校・中学校向け社会見学メニュー

※学年や人数によって内容を変更することもできますので、まずはお気軽にご相談ください。

番号	研修項目	概要	所要時間
12	防災・減災プランA	段ボールベットの組み立て体験や、災害の備えについて学び、災害が起こった時にそれぞれが避難所でできる自分の役割を考えます。	60分
13	防災・減災プランB	ハイゼックス袋を使用した非常食づくり体験と防災・減災について学びます。	90分
14	とっさの応急手当プラン	一次救命処置の仕方または三角巾を使った応急手当の仕方について学びます	60分