

防災講習

1 赤十字防災セミナー

～発災後の予備知識～

2 防災啓発プログラム

～被災に備える選択性プログラム～



日本赤十字社 奈良県支部


Japanese Red Cross Society

1 赤十字防災セミナー


～発災後の予備知識～

日本赤十字社では、被災者の苦痛の軽減のために、災害発生直後から救護班の派遣をはじめ様々な救護活動を展開しております。その現場において、大規模災害が発生した初期に重要な役割を果たしたのは、自分自身や家族、地域コミュニティなどとされる「自助」「共助」でありました。


「赤十字防災セミナー」は、人々の防災に関する「知識」「認識」「技術」を向上させ、地域における「自助」「共助」を一層高めることを目的としたセミナーです。

災害への備え（30分）		
	※A5サイズ の冊子を使用	災害発生時にいのちを守り、その後の暮らしをつなぐために、平時から準備すべきこと（自助・共助）を理解する。




災害エスノグラフィー（1時間30分）	
	大規模災害の被災者の経験談を通じて、過去の災害の追体験をすることで、被災の具体的なイメージを理解する。



災害図上訓練（DIG）（2時間）	
	自ら居住する地域での、災害発生の危険性や防災上の資源を把握・理解し、それを地図に明記して、個人や地域単位で予め行うべきことをグループワークで検討する。



避難所運営訓練（HUG）（2時間）	
	避難所で起こる様々な出来事を模擬体験するゲームで、避難所の運営を学ぶだけでなく、今までと違った視点で、『防災』について考えることを目的とする。



2 防災啓発プログラム

～被災に備える選択性プログラム～

「奈良県は災害が少ない」とよく言われますが、歴史的に見れば、奈良県にもさまざまな災害が起きています。今後、いつ大きな災害に見舞われるか、予想は困難です。しかし、日頃から十分な備えをしておくことによって、災害時の被害を最小限にとどめることができます。防災啓発プログラムは災害と避難生活を予め知ることで被災に備える知識、技術、を学ぶことを目的としたプログラムです。

★学べる防災講習内容(次の内容を組み合わせ、希望時間の講習会の日程を作成できます)

①災害への備え

- ①-1 災害を知ろう(10分)
- ①-2 自助・互助・共助について(15分)
- ①-3 災害から身を守るために(20分)
- ①-4 災害時要配慮者への対応(30分)
- ①-5 非常持ち出し品の準備(15分)



②避難所での生活支援

- ②-1 避難所生活に役立つ技術(45分)
- ②-2 炊き出し体験(15分)
- ②-3 癒しのハンドケア(40分)
- ②-4 家族や知人の安否確認(15分)
- ②-5 段ボールベッドの組み立て(20分)



③いのちを守るための知識

- ③-1 身近なもので応急手当(60分)
- ③-2 急病への対応(30分)
- ③-3 心肺蘇生とAEDの使用法(60分)
- ③-4 三角巾を使った応用包帯(40分)
- ③-5 傷病者の搬送法・・・など(20分)



防災啓発プログラムおすすめコース一覧

①防災入門コース（２時間）		
コース番号	形式	主な内容
		（開会）
①-１	講義	災害を知ろう（１０分）
①-２		自助、共助、公助について（１５分）
①-３		災害から身を守るために（２０分）
①-５		非常持ち出し品の準備（１５分）
②-１	実技	身近なもので応急手当（６０分）
計２時間		（閉会）



②防災基礎コース（３時間）		
コース番号	形式	主な内容
		（開会）
①-１	講義	災害を知ろう（１０分）
①-２		自助、共助、公助について（１５分）
①-３		災害から身を守るために（２０分）
①-５		非常持ち出し品の準備（１５分）
②-４		家族や知人の安否確認（１５分）
②-１	実技	避難所生活に役立つ技術（４５分）
③-１	実技	身近なもので応急手当（６０分）
計３時間		（閉会）



③防災標準コース（５時間）		
コース番号	形式	主な内容
		（開会）
①-１	講義	災害を知ろう（１０分）
①-３		災害から身を守るために（２０分）
①-４		災害時要配慮者への対応（３０分）
		（炊き出し準備含む）
③-１	実技	身近なもので応急手当（６０分）
	休憩	炊き出し試食（６０分）
②-１	講義 実技	避難所生活に役立つ技術（４５分）
②-３	実技	癒しのハンドケア（４０分）
計５時間		（閉会）



※炊き出し試食の準備品（お米等）や設備（水道・コンロの有無）は、主催者側で準備・確認していただき、費用をご負担いただきます。詳しい内容は別途打合せさせていただきます。

なお、新型コロナウイルス等の感染症拡大や主催者側の都合で炊き出し試食しない場合は、各自で食事となりますので、申込書の連絡事項にその旨記載ください。

④選択コース
①～③のコース以外の講習を開催したい、「１ 赤十字防災セミナー」のカリキュラムを開催したい場合は、７ページの「救急法等申込書（防災講習用）」の希望内容及び日程の欄へ追加で記入ください。

注意事項

※休憩・講習の都合により時間・内容が変動する場合があります。

※すべてのコースに開会・閉会・休憩時間を含めています。

※講習には職員又はボランティアを派遣させていただきます。

※派遣費用は指導員 １ 名につき3,000円 ～（日赤地区区分および赤十字奉仕団、青少年赤十字加盟校、自治会が主催で請求先が同一の場合は派遣費用免除、内容により別途教材費負担あり）

