

報道関係者各位

令和7年8月27日

令和7年度男女共同参画センター「フレアス舞鶴」

防災講座『いつもの暮らしに、安心をプラスする』の開催について

本事業は、忙しいお母さんでも無理なく始められる「日常生活の中の災害対策」をテーマに防災講座を実施するもの。防災を自分ごととして捉えることで、災害に備える具体的な行動を一緒に考える。また、災害発生時、家庭内での役割分担を考え、一人ひとりができる役割を見つけることで、地域で支え合うことの重要性を考える一歩とするため企画するもの。

1. 日 時 9月26日(金) 10時00分～12時00分
2. 場 所 フレアス舞鶴 多目的ルーム（中総合会館5階）
3. 定 員 15名程度（お子様との参加可）
4. 講 師 坂中 綾香 氏
 - ・防災士の資格を持つ三児の母
 - ・防災ママサークル「ままもりっこ」代表
 - ・整理収納サポート「natu-bell」代表
5. 内 容
 - ◆マイタイムラインの作成
（いつ、どこへ、どのように避難するのか、行動計画を立てる）
 - ◆防災リュックの紹介
（講師が実際に使っている防災リュックの中身紹介）
 - ◆非常食体験
（市販の非常食の試食、ポリ袋を使った蒸しパンレシピの紹介）
6. 参加費 300円
7. 申込・問い合わせ先
 - 9月18日(木)までに電話か申込フォームにて申込み。
 - 人権啓発推進課 [TEL:0773 - 66 - 1022](tel:0773-66-1022)

