

あいパル

# みんなの 防災DAYS

2022

1月5日(水) 申込開始

## ペット防災

1月30日(日)  
10:00~11:30

会場: 1階 多目的室

参加費: 無料

定員: 50人

講師: 動物支援ナース

運営協力: (株)ナックプランニング



「ペットも一緒に避難するために、備えておくこと」  
をテーマに、動物支援ナースによる講演を行います。

## 防災ブレスレットをつくろう

2月4日(金)

① 10:00~11:00

② 11:00~12:00

会場: 3階 アトリエ

参加費: 各300円

定員: 各12人



ほどくと3メートルのロープとして使える、「パラコード」という紐で防災ブレスレットを作成します。

## 防災かんたんストレッチ

2月4日(金)  
13:30~15:00

会場: 1階 多目的室

参加費: 無料

定員: 30人

講師: 岡本一美

車中泊を想定した椅子の上で行うストレッチや、限られたスペースで行うストレッチなど、避難生活でも行うことのできるストレッチを約50分間体験します。

## 【市民大学認定講座】アクティブ避難DAY

2月5日(土)  
10:00~12:00

会場: 3階 ホール

参加費: 無料

定員: 50人

講師: まちの減災ナース戸田

運営協力: 福祉で防災ネットワーク

講演「自助力アップで命を守ろう」

減災ナースによる講演と命を守る行動・備えについて考えます。簡易トイレ、段ボールベッド体験、非常食の配布などがあります。



## 【市民大学認定講座】洪水・浸水対策と避難所HUG体験

2月6日(日) 13:30~16:00

会場: 1階 多目的室 参加費: 無料 定員: 24人

講師: 戸田市防災士会

被災地での支援活動の経験談から日頃の備えを学びます。また、ゲームにより避難所運営を体験することもできます。

HUG体験とは…?

様々な事情を抱えた避難者たちを、どのように避難させるかをチームで考えながら模擬体験します。



# パネル展・グッズ展

## 「普段使いの避難グッズと非常食」

1月30日(日)～2月6日(日)9:00～16:00

会場：1階 市民ギャラリー

突然の災害に慌てないように、普段から用意しておくよい避難グッズや非常食を展示します。

あなたやあなたの家族にあった避難グッズを見つけましょう。

「男女共同参画視点の避難所運営」、「ペットと一緒に避難すること」についても展示します。



### パネル展

日頃の備えの重要性と、みんなにやさしい避難所、女性視点の避難所運営について展示します。

やっぱり必要なのはトイレ！

食べながら備えるローリングストックとは？

### グッズ展

個人の状態や家族構成によって異なる備え。男女共同参画の視点で避難グッズ、非常食の展示をします。

持ち出し袋の中身をチェックしてみよう！

遊びながら学べる防災カルタも！

## アクセス

### 上戸田地域交流センターあいパル

JR 埼京線「戸田公園駅」東口から徒歩 10 分

国際興業バス「上戸田地域交流センター」

西川 61 (西川口駅 - 下笹目)

西川 62 (西川口駅 - 北戸田駅)

西川 63 (西川口駅 - 戸田公園駅)

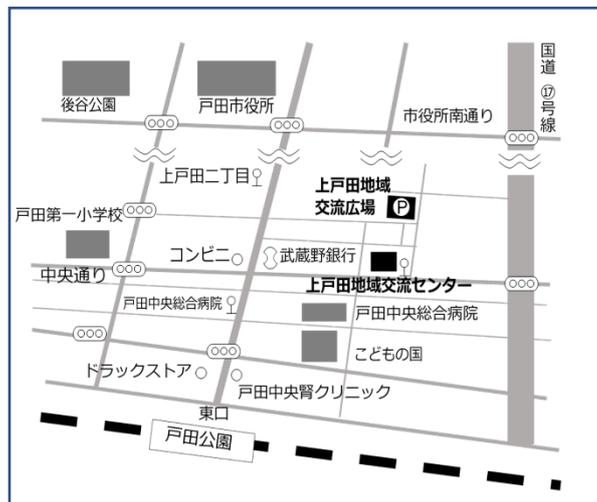
駐車場：第一駐車場 台数 18 台

8:30～21:30 100円/30分

21:30～8:30 100円/60分

第二駐車場 (あいパル広場) 台数 30 台

100円/30分 ※24h最大 500円



あいパルは男女共同参画の推進拠点です。

上戸田地域交流センター あいパル <http://www.ipal-friendship.net/>

〒335-0022 埼玉県戸田市上戸田 2-21-1

TEL: 048-229-3133

あいパル



#### 【注意事項】

※マスクを着用してご来館ください。

新型コロナウイルスの影響により、内容は変更・中止・延期になる場合があります。