

# 自然とともに生きる知恵が命を守る

## ～災害時に役立つアウトドアスキル～

家庭などで日常的に使っている物やアウトドアスキルが、平時からの防災、災害時に役立つということをご存知ですか？この講座から、実際に自然災害への防災や減災にいかすための力と知恵を身につけましょう！子育て世代はもちろんのこと、幅広いあらゆる世代の方におすすめの講座です！

日時：2021年10月30日（土）

14：00～16：00

講師：あんどうりす さん



あんどうりすさんは、アウトドア防災ガイド。

阪神淡路大震災の経験とアウトドアスキルを使った、日常にも役立つ防災情報をママ友に話したのが2003年。生きる知恵が得られると好評で、口コミで全国に広がり、毎年100回以上講演されています。

内閣官房国土強靱化推進室、弁護士会、医師会、助産師会、保育士会、防災士会、消防団など支援者研修も多数。

共同通信社の連載で地方新聞（各地）にて「アウトドア防災」を連載、女性防災ネットワーク東京呼びかけ人、FM西東京パーソナリティなどで活躍されています。

著作「家族の笑顔を守る暮らしの知恵 りすの四季だより」新建新聞社 ほか。

○参加方法：オンライン（ZOOMを使用します。）

○対象：防災・災害ボランティアに興味のある  
中野区在住・在勤・在学の方

○定員：50名 ※先着順

○参加費：無料

○申込締切：2021（令和3）年10月21日（木）



主催：コープ災害ボランティアネットワーク

共催：（社福）中野区社会福祉協議会 中野ボランティアセンター

申込

詳しくは裏面をご覧ください。

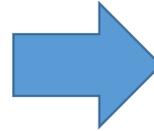
## 【申込方法】

### ◇スマートフォン・パソコンで申込

※専用申込フォームがあります。下記URLよりアクセスしてください  
[https://docs.google.com/forms/d/1zNyTgJsWQjQCHh2UK\\_-PubUGIU0tpDf\\_TMigIIj-uyQ/edit](https://docs.google.com/forms/d/1zNyTgJsWQjQCHh2UK_-PubUGIU0tpDf_TMigIIj-uyQ/edit)

### ◇二次元バーコードを読み取って申込

こちらから  
アクセスできます。



☆申込時には簡単なアンケートの回答にご協力ください。  
☆いただいた個人情報はこの講座のみに活用させていただきます。

## 【注意事項】

- 当日使う機器のメールアドレスからお申込みください。
- 10月27日（水）以降、参加者のみなさんへZOOMの招待等のメールと資料をメールにてお送りします。  
vc@nakanoshakyo.comからのメールを受け取れるようにしておいてください。
- 当日は30分前からアクセス可能です。ZOOMの接続に不安がある方はお早めにアクセスをしてください。
- 通信機器や通信環境は各自でご用意ください。通信料金は自己負担です。
- オンラインでのご参加について、ご不明のことなどがありましたら、お気軽にご相談ください。

### 【問い合わせ】

(社福) 中野区社会福祉協議会  
中野ボランティアセンター  
電話：03-5380-0254  
FAX：03-5380-6027  
メール：vc@nakanoshakyo.com  
※日・祝・第3月曜はお休みです。

