

公益財団法人札幌市防災協会 講師派遣 実施メニュー例

実施形態	ジャンル	講話型研修テーマ・体験型研修メニュー例	
講話型	防災	・「災害に備える」～災害とはなにか～	・「地域での備え」～共助の考えと自主防災活動～
		・「地震災害時の避難」～想定される地震～	・「大雨災害時の避難」～洪水・内水氾濫～
		・「ご家庭での備え」～日常からの備蓄と対策～	・「避難所ってなに」～避難所の開設と運営～
		・「マンション防災」～マンションの防災対策～	・「地区防災計画」～計画の策定と実効・推進～
	防火	・「火災予防と避難行動のポイント」	・「自衛消防組織の役割と重要性」
		・「防火管理者の責務」	・「林野火災（山火事）の現状と対応」
	救命	・「一次救命処置、応急手当の大切さ」	・「作業現場での事故対応、救命処置」
		・「熱中症の基本知識と対応方法」	・「小児、乳幼児向け救命処置のポイント」
体験型	防災	・ HUG（避難所運営ゲーム）※1 ～避難所の運営が体験できるカードゲーム～	・ DIG（災害図上訓練） ～地図を用いて自分の町の災害をイメージするゲーム～
		・ 避難所模擬体験 ※2 ～ダンボールベッド・災害時トイレ等の組立体験～	・ 災害時に役立つテクニック ～身近にある物で災害時に役立つものを作ってみよう～
		・ マイタイムライン策定研修 ～お一人一人の事情にあった防災行動計画を作ろう～	・ 子ども防災教室 ～新聞を使った防災グッズやロープの結び方を学ぼう～
		・ 災害（避難所）体験24 ～災害時の避難所の動きを24時間の時系列で体感！～	・ BCP簡易図上シミュレーション ～BCP（事業継続計画）の見直しのきっかけに！～
	救命	・ 一次救命処置、AEDの使い方実践トレーニング ～心肺蘇生訓練用人形やAEDトレーナーを用いて、みんなで実際の救命処置の方法を体験してみましょう！～	
		・ 幼稚園、保育園等向け救命研修会 ※3 ～お子さまと接する機会が多い教職員や保育士、保護者の方を対象に、お子さま向けの救命処置の方法を学びます～	

料金につきましては、実施方法（実施日・人数等）により変動いたします まずはご相談ください

※1※2※3については、後記頁にて参考イメージを掲載しています

※ 1 : HUG (避難所運営ゲーム)

項 目	説 明
目 的	避難所の運営で起きうる様々な事柄をカードゲーム形式で学びます
内容(例)	①【約20分】オリエンテーション(避難所運営の説明、ゲーム実施方法の説明等) ②【約60分】HUGゲーム(グループワーク) ③【約10分】講評
実施方法	5～8人程度を1グループとして、グループワーク形式で進行します(1グループあたりの人数は応相談)
所要時間	90分程度(目安)



1グループにつき、1人のスタッフを配置すると進行がスムーズになるため、おすすめしています(ただし、その場合、追加スタッフ料金あり)

※ 2：避難所模擬体験

参考イメージ

項 目	説 明
目 的	避難所等におけるダンボールベッドや災害時トイレ等の組立、使用方法を学びます
内容(例)	①【約20分】オリエンテーション(避難所の事例紹介、災害時トイレの重要性などの説明等) ②【約30分】実演・体験会(グループワーク) ③【約10分】まとめ
実施方法	5～8人程度を1グループとして、グループワーク形式で進行します(1グループあたりの人数は応相談)
所要時間	60分程度(目安)



1グループにつき、1人のスタッフを配置すると進行がスムーズになるため、おすすめしています(ただし、その場合、追加スタッフ料金あり)

※ 3：幼稚園、保育園等向け救命研修会

項 目	説 明
目 的	お子さまに対する救命処置の方法を訓練用人形やAEDトレーナー等を用いて、実践的に学びます
内容(例)	①【約10分】オリエンテーション(救命処置の大切さの説明等) ②【約40分】実演・体験会(グループワーク)＜心肺蘇生法・AED・窒息事故対応等＞ ③【約10分】まとめ
実施方法	5～8人程度を1グループとして、グループワーク形式で進行します(1グループあたりの人数は応相談)
所要時間	60分～90分程度(目安)

