

日頃の活動から災害時まで 知っておきたい

参加費無料

防災・減災 健康講座

日頃の活動に役立つ知識を学びながら、必要な時に力を発揮できるためのスキルアップをめざしませんか？
今回は、年始に発生した能登半島地震や近年の豪雨災害、また阪神・淡路大震災から30年という節目の年でもあることから「防災・減災」をテーマに、災害時はもちろん、日常生活で子どもや高齢者が安心して過ごせる知っておきたいポイントを学びます。



姫路市社会福祉協議会から
災害ボランティアの
ご案内もあります

応募締切
9/5(木)

【第1部】薬剤師に学ぶ！

子どもや高齢者の“熱中症対策” & 上手な服薬管理

- ・ 熱中症の基礎知識、具体的な発生場面や対処法、災害現場における熱中症対策 など
- ・ 薬の正しい飲み方、正しい服薬のための管理の工夫やアイデア など

講師：株式会社スギ薬局 姫路広畑店
薬剤師 岡田 真歩 さん

【第2部】ママ防災士に学ぶ！

実践&実食！日頃から作りたくなる ポリ袋を使った“非常食レシピ”

- ・ ポリ袋を使った基本の炊飯のほか特に人気の高いレシピと作り方のコツ
- ・ 阪神・淡路大震災の体験談と得た教訓 家庭で最低限やっておきたい対策について

講師：生活協同組合コープこうべ
第7地区本部 地域コーディネーター
防災士 小西 玲奈 さん

日時

令和6年

9月19日(木)

13:30～16:00

対象

- ・ 現在の活動に活かしたい NPO、ボランティア団体、個人の方
- ・ これから何か始めたい方 など

会場

姫路市市民会館3階 第2会議室
(中ホール)

定員

30名 ※ひめじおん登録団体・個人を優先とし、
応募多数の場合は抽選

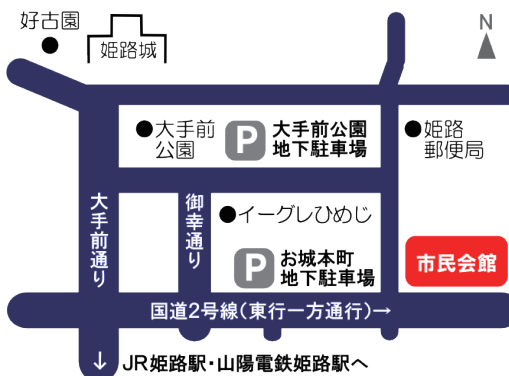
姫路市 市民活動・ボランティアサポートセンター「ひめじおん」講座



日頃の活動から災害時まで 知っておきたい“防災・減災”健康講座

開催日時・場所

令和6年 9月19日（木） 13:30～16:00
姫路市市民会館 3階 第2会議室（中ホール）



◆申込方法

下記申込書にご記入のうえ、来所またはFAX、メール、ハガキ、申込フォームで
市民活動・ボランティアサポートセンターまでお申し込みください。

◆申込締切

9月5日（木）必着 ※締切後のお申込みは電話でご相談ください。

◆その他

市民会館には駐車場がありません。公共交通機関をご利用いただくか、周辺の有料駐車場を
ご利用ください。



▲申込フォーム

参加申込書（FAX番号：079-281-2662）

施設・団体名（所属があれば）

参加者 ふりがな
お名前

参加者 ふりがな
お名前

住所 〒

住所 〒

電話番号（日中連絡がつきやすい番号）

電話番号（日中連絡がつきやすい番号）

講師へのご質問などがあればご記入ください

※受講の可否については、申し込みいただいた方全員に連絡します。

なお、申込みにあたってご記入いただいた個人情報は、本講座の運営およびセンターが主催する講座・イベント等の情報提供にのみ使用させていただきます。

お申込み・お問い合わせ

姫路市市民活動・ボランティアサポートセンター “ひめじおん” 「知っておきたい“防災・減災”健康講座」係

〒670-0015 姫路市総社本町 112 番地 市民会館 3 階

電話：079-281-2660 FAX：079-281-2662

メール：shimin-support@city.himeji.lg.jp ホームページ「市民活動ネットひめじ」<https://himejion.jp>