

センター名: 宇山地域センター



講座名 : 防災講座①②

講座のねらい:

大きな自然災害が頻発するようになった。山間部にある宇山地域で想定される災害対応の知識と備えを身に着けよう。

講座内容:

①災害が発生し、数日間を自宅で避難する際の(平常時にも有効な)食のノウハウ。

冷蔵庫の特徴・冷凍保存・停電時の活用方法について、また、いつもある食材を使って味を変えた3品の料理を学びました。参加者からは「普段と同じような食生活を送れる安心感を得ました。今から活かします」と感想をいただきました。

②東広島市防災センターを訪問。

震度6の揺れや煙の中を歩いたり、緊急時の救急電話をかけるなどの体験しました。知識だけではなく、体験や訓練はいざという時の行動に必ず役に立ちます。繰返し講座で取上げたいと考えています。