やってみよう！防災アクション

～「東京防災」で自分、家族、仲間を守る力を身につける～

いざ！という時「自分を守る」「家族を守る」「職場・地域の仲間を守る」ために必要なはじめの一歩を学ぶ体験型プログラムです。東京都が都内全世帯に配布した防災ブック「東京防災」で紹介されている知識、スキルを実際にやってみましょう！

「東京防災」とは…
東京都が2015年に都内全世帯へ配布した防災ブック。
事前の備えや災害時の対処法など、いざという時に役立つ情報満載です。

2018年

2 / 1 木

19:00～21:00（受付 18:45）

第3回「災害発生後、避難まで」

どこへ、誰と、どう動く…？　実際に考え、行動してみましょう。

19:00～19:20　THINK
「地域や職場から避難する流れを考える」
19:20～20:20　OUTPUT
「非常持ち出し袋等の確認/共助
（助け合う・搬送する）」
20:20～20:40　TRY
「体温調整・足の保護・簡易トイレにトライ！」
20:40～21:00　まとめ
「振り返り、防災アクション宣言」

※防災ブック「東京防災」は、当日事務局より贈呈いたします。
※お持ちの場合は是非ご持参ください。

講師

鎌田 修広さん
タフ・ジャパン代表／元 消防学校教官

心・絆・体トレーナー
元横浜市消防訓練センター体育教官
総務省消防庁消防大学校講師
全国消防学校等「消防體育」講師
株式会社タフ・ジャパン代表取締役

著書　「生涯現役・消防筋肉」（イカロス出版）
「消防メンタル」（イカロス出版）

防災アクションの積み重ねが
生存率を上げます。
みんなでやってみましょう！

こんな人におすすめ！

「災害は心配だけど、
何から手をつけたらいいのか分からない・・」
「防災に役立つ実践スキルを学びたい！」
「職場の防災担当になったけど、自信がなくて・・」

本プログラムは、事前準備から災害発生、避難までのシーンを想定した3回シリーズです。終了したプログラムの講義部分は収録していますので、編集終了後に随時webで公開しています。是非ご覧ください。

第1回　10月12日（木）「今やろう！事前準備」（終了）
第2回　12月 1日（金）「災害発生！初動から30分」（終了）
第3回　 2月 1日（木）「災害発生後、避難まで」（今回）

定　員　20名

参加費　**2,500円**（税込）
＊ KK²協賛メンバーは500円引き
＜事前支払＞ クレジットカード、銀行振込

申込方法　Web サイトからお申込みください。
www.kk2.ne.jp
※事前に無料Web会員への登録が必要です。

会　場　**霞が関ナレッジスクエア(KK²)　「スタジオ」**
東京都千代田区霞が関3－2－1　霞が関コモンゲート
西館ショップ＆レストラン3F（西館奥　エスカレーター上がる）

・銀座線　「虎ノ門駅」11番出口より徒歩3分
・丸ノ内線、千代田線、日比谷線
「霞ヶ関駅」A13番出口より徒歩6分

講義は収録し、後日webで公開します。
なお講義内容を録音・録画することはご遠慮ください。

霞が関ナレッジスクエア

KK2　検　索

主催　株式会社タフ・ジャパン
一般財団法人高度映像情報センター（AVCC）
お問合せ　霞が関ナレッジスクエア　事務局
電話：03-3288-1921（9:00～17:30　月～金、平日のみ）