

アウトドアから学ぶ 多様な視点で備える防災術

災害はいつどこで起こるか分からないため、普段から備えておくことが大切です。「対策をしなきゃと思っているけれど、何をしたらいいか分からない」という方もいるのではないのでしょうか。講師の被災体験とアウトドアの経験から、自分や家族の命を守るための防災術を学びます。

開催日：8月23日（金）
午前10時～12時

講演内容

- ・VR(バーチャルリアリティ)による地震体験
- ・AR(拡張現実)による擬似浸水体験と水圧実験
- ・防災おトイレ大実験
- ・普段使っているバッグを防災仕様に
- ・重い荷物を軽く感じさせるコツ
- ・被災時にも使えるアウトドアグッズ
- ・防災直後のNG行動！

※内容は変更になる場合がございます。



あんど う りす氏

アウトドア防災ガイド



こちらから
お申込みください

会 場

新宿区立男女共同参画推進センター3階会議室
※裏面地図参照

対 象

区内在住・在勤・在学 先着10名

申 込

7/27（土）から8/22（木）までに
右2次元コードまたは電話でお申込みください
※定員で締め切りです。

問合せ

新宿区子ども家庭部男女共同参画課
新宿区立男女共同参画推進センター
〒160-0007 新宿区荒木町16番地

電 話 03-3341-0801
FAX 03-3341-0740
【受付時間】日祝除く 8:30～17:00

講師紹介

あんど う りす氏 / 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。子育てバックをそのまま防災バックに、LEDヘッドライトを子育てに使う技などアウトドアの知恵を日常にも防災にも取り入れる方法をいち早く紹介。生きる知恵が得られると好評で、口コミで全国に広がり、講演は毎年100回以上。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。

その他ウィズ新宿で開催の講座ご案内



※ 駐車場・駐輪場はありませんので、公共交通機関をご利用ください

*** 交通案内 ***

- ◇都営地下鉄新宿線：「曙橋駅」A4出口から 徒歩約3分
- ◇東京メトロ丸ノ内線：「四谷三丁目駅」から 徒歩約10分
- ◇都営バス：宿75（新宿駅西口～三宅坂/東京女子医大前）「合羽坂下」から徒歩約1分
高71（高田馬場駅前～九段下）「合羽坂下」から 徒歩約2分
白61（新宿駅西口～練馬車庫前・練馬駅）「曙橋」から徒歩5分

※個人情報の取り扱いについて

お申込みの際にお伺いする個人情報は、①講座開催の予約確認、②突発的事情による中止などの連絡、③講座実施方法の連絡、④受講者の年代に合わせた講義の準備にのみ使用し、それ以外の目的では使用しません。