

2025.R7.7.21 更新

しまね四季の学び舎 & 島根県無線赤十字奉仕団 コラボ

## 防災に備える 防災ミニキャンプ始めよう



日本赤十字社の非常食炊き出し用かまど

避難訓練に用いるテント

「自然災害が多発する昨今 “自分の命は自分で守る” ために平素からの備えが大切です」  
「日本キャンプ協会公認インストラクター」と「島根県無線赤十字奉仕団」があなたを守る「防災キャンプ」研修をお手伝いします。

- 1 日時 2025年8月2日(土) 午前9時00分～15時00分まで
- 2 場所 川津公民館 ・多目的ホール(1階:テント設営)  
・調理室(2階:ハイゼックスランチ、わんぱくパンチ作り)
- 3 対象 「防災キャンプ」に関心のある人、また地区の防災に関わりのある人
- 4 人数 20人程度
- 5 日程 裏面日程表をご覧ください。
- 6 主催 川津地区青少年育成協議会  
協力 川津地区自治会連合会 島根県無線赤十字奉仕団 しまね四季の学び舎
- 7 申込 川津公民館内 青少年育成協議会事務局
- 8 経費 児童一人当たり 〇〇〇円  
経費は、食費(非常食) おやつ代 資材(ロープ) 傷害保険料  
・参加料には、昼食・おやつ及び実技資料(ロープ)、傷害保険料を含みます。
- 9 持物 活動にふさわしい服装、雨具、帽子、手袋、保険証の写し、その他
- 10 その他 ・テントは「しまね四季の学び舎」が準備し、設営のお手伝いをいたします。  
・マイカップ(お茶等に利用するものです。ない方には紙コップを準備します)、はし、スプーン等も準備いたしますが、資源節約のためにご自分のものをお持ちの方はご持参ください。

## ○日程の概要

□8月2日（土）

- ◇ 8時45分 受付開始 川津公民館
- 9時00分 開講式 オリエンテーション
- ◇ 9時10分 テント設営（防災用テントを設営します）  
指導：赤十字奉仕団員 日本キャンプ協会キャンプインストラクター  
①「災害時のロープワーク（もやい結び）」
- ◇10時30分 非常食（昼食用ハイゼックス）作り 全員で！！  
～出来上がりまで30分～
- ◇11時00分 防災時の留意点 ①救急法実技 ②非常持ち出し品の展示  
講師：東日本震災時の話（元日本赤十字社宮城県支部ボランティアセンター長）
- ◇11時45分 ♪ ランチ ♪ スタッフが紹介する「防災料理の作り方」  
非常食（ハイゼックスとカレー） + 「スープ」や野外料理
- ◇12時30分 ③「簡易無線機での通信」  
④「記念クラフト作り」
- ◇14時00分 テント撤収 全員で  
おやつ作り（わんぱくパンチ）
- ◇15時00分 おやつをいただきながらお別れ会（反省・評価会）
- ◇15時15分 解散

◆上記以外の研修内容に、「マッチの着火練習（たき火）」、「地図とコンパスで家に帰ろう」  
「縄ばしご登り」、「携帯トイレの使い方」などについても触れます。



各種テント



ハイゼックス料理（炊き込みごはん、カレー）他