

報告 実施講座について

今日から始める！！災害にも慌てない！防災備蓄収納



【実施日】 7月1日（水曜日）10：00～12：00

【講師】 三原 麻弓さん（防災士、防災備蓄収納マスタープランナー）

講師自身の被災体験を交えながら、災害に備えた備蓄収納について学びました。乾パンだけなど偏った食材の備蓄では、味に飽きたり、栄養的に偏ったりします。災害時にも食べ慣れたものが食べられるよう、定期的に備蓄食材を食べ、好きな缶詰や食材などを備えておくなど、具体的なコツを学びました。

参加者の



- ・食べるものの必要性、トイレの準備など、どれくらい必要がよくわかりました。
- ・防災のお話は初めてだった。写真も多く見せていただき、実際のお話でわかりやすかった。

予告 これからの講座について

講座
1

「身近なすぐキレル人への対処法 ～相手を理解し、夫婦関係が良くなるヒント～」

- 内 容 夫婦や家族などの身近な人との良好な関係を築くためのヒントを学びます。
- と き 11月21日（土曜日）14：00～16：00
- 講 師 男性相談カウンセラー 吉岡 俊介さん
- 定 員 12人 受講料 無料 保育 有（申込順・未就学児・5人）
- 対 象 テーマに関心のある方（申込者多数の場合は、市内在住・在勤・在学の方優先）
※詳細は「たかつきDAYS」11月号をご確認ください。

講座
2

「自分らしく生きる ～信じた道のその先に～」

- 内 容 性的マイノリティの方について理解し、誰もが自分らしく生きられる社会づくりについて考えます。
- と き 12月19日（土曜日）10：00～12：00
- 講 師 元プロボクサー 真道 ゴーさん
- 定 員 12人 受講料 無料 保育 有（申込順・未就学児・5人）
- 対 象 テーマに関心のある方（申込者多数の場合は市内在住・在勤・在学の方優先）
※詳細は「たかつきDAYS」11月号をご確認ください。

講座
3

「もう一度働きたい女性のための再就職セミナー」

- 内 容 出産・育児・介護などを理由に離職した女性を対象に、再就職のための面接や履歴書の書き方などのノウハウを学ぶ講座です。
- と き 1月13日・20日・27日、いずれも水曜日、10：00～12：00
※3回連続講座
- 講 師 ワークサポートたかつき・マザーズハローワーク職員 山中 昭子さん
- 定 員 12人 受講料 無料 保育 有（申込順・未就学児・5人）
- 対 象 テーマに関心のある女性（申込者多数の場合は市内在住・在勤・在学の女性優先）
※詳細は「たかつきDAYS」12月号をご確認ください。