

首都直下地震がやってくる。
あなたの命を守る対策は？

大切な人と無事に被災後の生活を送るための準備は？

ねりま防災 カレッジ

令和6年度

年間予定表（後期）



練馬区立
防災学習センター

東京都練馬区光が丘6-4-1

TEL:03-5997-6471 FAX:03-5997-6472

MAIL:KUMINBOUSAI04@city.nerima.tokyo.jp



©2011 練馬区ねり丸



自助講座

防災の第一歩、「自分や家族の命を守る」ための準備や対策について学びます。

「興味はあるけど、何から始めたら良いのか…」「なんとなくやってきたけど、一度しっかり基礎を学びたい!」等々、そんなあなたにおススメです!



【募集開始】
9/1(日)~

10/5
~10/12
9~12時
(土)2回

10/17
~10/31
14~16時
(木)3回

10/17
~10/31
18時半~20時半
(木)3回



このマークがある講座は、
オンライン (ZOOM) でも受講できます。

乳幼児の保護者 向け防災講習会



11/1 はビジョン(株)、11/8 は江崎グリコ(株)から企業の方を講師としてお招きして乳幼児の防災について学びます。
※ 内容が異なります。両日参加可。



【募集開始】
9/1(日)~

11/1(金)
10~11時半

11/8(金)
10~11時半

女性防災リーダー 育成講座

「ほぼ0円防災術」、「東日本大震災の被災経験を活かした避難所運営」、「西日本豪雨での被災体験」等をテーマにそれぞれ専門の講師をお招きして学びます。



【募集開始】
10/1(火)~

11/23
~12/7
10~12時
(土)3回



中高層住宅向け 防災講習会

マンション等の中高層住宅特有の被害や対策について専門家から学びます。



【募集開始】
12/1(日)~

1/17(金)
10~12時

1/18(土)
10~12時

「食と防災」

カセットコンロとポリ袋を使って災害時にも温かい食事がとれる調理法を実際に作りながら楽しく学びます。



【募集開始】
1/11(土)~

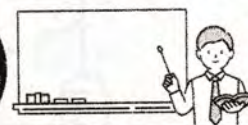
2/14(金)
10~12時

2/15(土)
10~12時



「防災講演会」

TV番組「マツコの知らない世界」にも出演された日本最大級の防災専門 YouTuber である高荷 智也 氏をお招きして「今日始める死なないための準備」についてご講演頂きます。



【募集開始】
2/1(土)~

3/2(日)
14時半~16時

「展示室・コース・出前」

防災学習センターでは、日・英・中・韓の4か国語での解説に対応したオーディオガイドがある展示室の他、職員による講話や防災体験(起震車、消火器、煙ハウス、心肺蘇生法(AED)、応急手当 他)を行っています。

また、5名以上のグループであれば職員が伺って出前講座も実施可能です。お電話での申込をお待ちしております。

☎ 03-5997-6471

※ 開館時間は10時~18時

※ 月曜休館(祝休日の場合は翌平日)



「防災用品のあっせん」

練馬区では、家具類の転倒防止用品・感震ブレーカー・避難用品・保存食料などをあっせんしています。
あっせん品は、練馬区内のご自宅または勤務先に配送します。代金は、商品と引き換えにお支払いください。

