

防災出前講座を受講しました



3月11日（月）、帯広市役所危機対策課の西澤様をお招きし、防災プログラムを実施しました。東日本大震災から13年が経過し、今年の1月1日に発生した「令和6年能登半島地震」のこともあり、今一度「自分を守る」観点から、自分が災害にあった時のことを考えてもらうきっかけにするために、企画いたしました。

地震の揺れ・音を映像で確認し、緊急地震速報があった場合の身の守り方を学びました。

また、防災グッズについても確認をしました。ライフラインが絶た



れてしまったことを考え、どのようなものが必要なのかを考えました。電気・水が使えなくなった場合の対処方法についてを教えて頂き、家庭やグループホームに持ち帰って共有しますと話されていた方もいました。

災害にはどこであうかわかりません。当センター利用中かもしれませんし、買い物中かもしれません。家やグループホームでゆっくり過ごしているときかもしれません。このようないろいろな状況を想定して準備を進めていくことが必要だと振り返ることができました。

後半は、ポリ袋を利用して炊飯をしました。初めは、ポリ袋で炊飯ができるのか半信半疑だったよ

うですが、炊き上がりを見て・食べてみて安心していたようでした。カセットコンロを使った事のない方もいて、その確認もできました。炊けたご飯は、最後に五平餅にして食べました。

調理プログラムと同じように、就職をするための活動だけではなく「生きる力」を身に付けるきっかけとなるプログラムも企画して行っています。

興味のある方は、見学も行っておりますので、お気軽に当センターまでお問い合わせください。

（帯広ケア・センター 水谷）

