

「頑張りすぎない防災」 を考えてみませんか

防災関連の情報があふれすぎて、何から始めればいいのかわからなくなっていますか？
今すぐできる自分に必要な対策について実習を交えながら考えます。



5/30【公開講座】

①その備えが命を守る
～家庭で今すぐできること～

名古屋葵大学健康科学部
看護学科 講師
まちの減災ナース指導者
河村 諒



4/21(火) 締切

6/6 ②災害時の健康管理
～日頃からできる口腔ケア～

名古屋葵大学健康科学部
看護学科 講師
まちの減災ナース指導者
河村 諒

6/13

③これさえあればひとまず安心
～0次の備えとその意義～

なごやにし防災ボランティアの会代表
田中 和範

6/20 ④あふれる情報の中で
～必要なことを見極める～

なごやにし防災ボランティアの会代表
田中 和範

6/27 ⑤在宅避難のメリット・デメリット
～自分の生活と照らし合わせて～

なごやにし防災ボランティアの会代表
田中 和範

【全5回講座】

- 曜日・時間 … 土曜日 13:30～15:30
- 対象・定員 … 一般・30人
- 費用 … 受講料無料
- 会場 … 視聴覚室

【往復はがきの記入方法】

【往信表裏面】	【返信裏面】	【返信表裏面】	【往信裏面】
〒西生涯学習センター行 西区浄心一丁目一番四十五号	何も書かなくてください	あなたの住所 あなたの住所 あなたの住所	①「頑張りすぎない防災」 ②〒・住所 ③氏名（ふりがな） ④年代 ⑤電話番号 ⑥名古屋市内にお住まいの方は 勤務先・通学先の所在地(区名)

電子申請サービスの お申込みはこちら!!

【申込み・お問合せ先】西生涯学習センター

〒451-0061 西区浄心一丁目1-45 TEL (052) 532-1551/FAX (052) 532-1552
指定管理者：(公財)名古屋市教育スポーツ協会(NESPA)



「MOVE ON 2026」は、愛知県・名古屋市が
アジア・アジアパラ競技大会を契機に地域の取り
組みを応援するために制作したロゴマークです。