

いざという時にあせらず使える知識

第2回

災害時にも役立つ 健康づくり講座

参加無料

テーマ

「災害時に私たちができること」

11.30 土

14:00～16:00

小樽経済センター4階ホール

市民講座①

14:00 避難所で健康を維持するには

講師 篠原辰二氏

2つの市町で社会福祉協議会職員として14年勤務。地域特性を踏まえた各種の地域福祉事業や地域防災事業の経験を踏まえ、地域住民と共に創る福祉のまちづくりを展開している。札幌市立大学非常勤講師、北海道社会福祉研究所研究員、社会福祉士。防災士。1976年生れ。道都大学社会福祉学部卒、北海道伊達市出身。



市民講座②

15:00 自衛隊員が教える
簡単で安心な非常時の生活の知恵

体験コーナー

15:30 (理学療法士)
体づくりのちょこっと運動

(作業療法士)
やってみよう！心の健康チェック

(小樽市)
試してみよう
段ボールベッド、段ボールトイレ

(美育おたる)
心に癒やしの一輪花
(先着30名にお花を差し上げます)

(小樽ライオンズクラブ)
活動パネル展示

(Be助っ人おたる)
食べてみよう非常食

ちょっと役立つものが当たるかも？！
お楽しみ抽選会もあります

※講座の様子を撮影し小樽市への事業報告に使用させていただきますことをご了承下さい。

裏面のお申し込み用紙の内容で

メールまたはFAX、電話にてお申込みください

FAX 0134-64-5948

メール info@angel-florets.com

問合せ

Be助っ人おたる事務局

〒047-0034小樽市緑2丁目28-22
有限会社はびりす内

電話 090-1306-3778

災害時にも役立つ健康作り講座申込み用紙

氏名

参加人数

講師へ聞きたいことがありましたら記載下さい

0134-64-5948

