

女性が考える

～自分と家族を守る防災講座～



私たちの防災

① 第1回講座

【自宅避難を考えた生活について】

【日時】2025年6月21日（土）
10：00～11：30

【場所】ヒロロ3F 多世代交流室1

【内容】

自宅避難のススメ
持ち出し袋について
災害ゴミを作らない生活のススメ
家の中の安全確認 等…



詳細はコチラから→
※ 随時更新



② 第2回講座

【災害に備える準備について】

【日時】2025年8月2日（土）
10：00～11：30

【場所】ヒロロ3F 多世代交流室1

【内容】

災害時バイアスについて
命を守る物と行動について
天気予報の見方 等…



詳細はコチラから→
※ 随時更新



③ 第3回講座

【防災食クッキング】

【日時】2025年9月6日（土）
10：00～12：00

【場所】ヒロロ3F 健康ホール

【内容】

保存食を活用した食事を作って
試食をしてみよう！
ローリングストックや便利な
防災グッズの紹介 等…



詳細はコチラから→
※ 随時更新



④ 第4回講座

【自分と家族の命を守る防災】

【日時】2025年9月6日（土）
13：00～15：00

【場所】ヒロロ3F イベントスペース

【内容】

段ボールベッドを組み立てよう！
簡易トイレの作り方
ペットの防災を考える
救急救命体験 等…



詳細はコチラから→
※ 随時更新



【講師】防災士 一條 敦子さん
弘前市消防団女性分団

【対象】女性（中学生以上）

【参加費】①②④無料 ③500円

【定員】各回20名 ※ 事前申込制

【申込み】※複数講座の申込み可

弘前市民文化交流館

受付窓口または電話にて



主催：弘前市民文化交流館 指定管理者

協力：ふれ～ふれ～ファミリー 弘前市消防団女性分団 青森県庁危機管理局防災危機管理課

お問合せ：弘前市民文化交流館 0172-35-0154（8：30～21：00）

<https://www.hirorosquare.jp>

検索