

参加無料

令和5年度 熊本市中央区



そなえる防災講座

2024年 1月31日(水)・2月2日(金)・2月9日(金)

10:00～12:00

場所：中央公民館

熊本市中央区草葉町5-1

1/31
(水)

歌う防災士 しほママ



第1回

防災・安心プランナー

やなぎはら しほ

柳原志保さん

今すぐやれる！

「いつものもの安心術」

6F 大会議室 定員40名

命の守り方や避難生活で役立つ知恵を
歌や 体操・ゲームで学べる体験型講座。

- ・危険に気づく力を脳トレ！
- ・あなたの知らないトイレの世界
- ・命を守る体操 など

2/2
(金)



第2回

防災パッキングクッキング

中央区保健こども課

管理栄養士

3F 料理実習室 定員16名

被災時でも簡単にできるクッキ
ングを一緒にやってみましょう

メニュー

なめたけ鮭ごはん
さば缶と野菜の煮物 ほか

2/9
(金)



第3回

気象予報士・防災士・気象防災アドバイザー

はやた ほたる

早田蛍さん

「意外と知らない天気の豆知識
と災害時の活用について」

7Fホール 定員40名

普段何気なく見ている天気予報。実は意
外と知らないことが多いんです。天気予
報の正しい見方を知れば、災害時にも役
に立ちます。その他に県内の過去の災害
を気象の面から読みととき、災害時の備え
についてお話しします。

◆お申し込み方法 WEB または ハガキ

ハガキ、または右の二次元コードから専用フォームにて

①ご希望の講座の日付、②住所、③氏名(フリガナ、)④年齢、⑤性別、⑥電話番号を
ご記入の上ご応募ください。(往復ハガキでのご応募はご遠慮ください)。

1枚ですべての回のお申し込みも可能です。連続講座ではありませんので、お好きな
講座にお申し込みください。1通につき1名様のお申し込みとなります。

(複数枚でご応募頂きましたら1通とさせていただきます)

※ご応募多数の場合は抽選とさせていただきます。当選者には受講券を郵送いたしますので当日お持ちください。

ハガキ宛先：〒860-0016 熊本市中央区山崎町8-8

RKKメディアプランニング内 そなえる防災講座事務局 まで

※応募締め切り 令和6年1月10日(水) 必着 電話：096-351-3819

応募用QRコード



<https://rmp.co.jp/chuouku-bousai>