

着衣水泳指導会

海や川に不意に落ちたとき、慌てずに落ち着いて対処するには正しい知識が必要です。

実際に練習して身につけましょう。

普通の服を着たまま泳いだ場合

服がまとわりつき動きにくい

服が水を吸って重くなる

体験することで危険性を知ることができる

着衣水泳

落水時に呼吸を確保し救助されるまで浮き続けることを目的とした泳法です。

背浮き：大の字であおむけに浮く

ラッコ浮き：浮力のあるものにつかまって浮く

実施日時 7月16日（土）9時～11時半

場 所 たなか市営プール

水の事故から身を守ろう！

～手作り料理を楽しもう～

はつらつセンター クッキング講座

親子で楽しむパン作り教室

「手ごねのイタリアパン」を作ろう！



季節の食材を乗せます。
二次発酵なしの扱いやすい生地です。手軽に作れるパンなので、おやつや朝食にピッタリです。

時間	9時30分～12時30分 ※作ったパンをみんなでいただきます
場所	はつらつセンター3階／調理室
講師	森西初代（1級製パン技能士）
対象	親子（大人1名、子供2名まで） ※子供は小学生以上中学生まで
定員	10組（先着順とさせていただきます）
参加費	2,000円（材料費込み）

作り方を覚えて、夏休みに家庭でも作ってみましょう。家庭菜園で作った野菜を使うのもいいですね。

県立森林公園

テーマは自然

県立森林公園は自然と触れ合う機会を提供する目的で設置されました。四季折々の豊かな自然に触れ、その魅力を感じ取ってください。自然保護や環境学習のプログラムも体験できますので、ぜひ来てください！



いろいろな昆虫が採集できます

バードカービング教室

バードカービングとは鳥の彫刻のことです。ヒノキ材を用いて公園内に生息する野鳥をモデルにして作成します。夏休みの工作にいかがですか？講師が丁寧に対応いたします。

初心者対象／全4回／参加費用3,000円

開催中のプログラム

観察会
セミの羽化
リスの食事
水辺の野鳥



体験会
積み木を作ろう
染め物入門
竹炭作り



ボランティア募集

わたしたちと一緒に県立森林公園
で活動しませんか？

主な内容

プログラムの補助
公園内の手入れなど

開園時間：8時～17時

休園日：毎週水曜日

所在地：緑区山里3丁目20

防災キャンプ

雨川中学校

学校を避難所とした生活体験を通して、さまざまな防災教育プログラムを実践するキャンプです。地域において想定される災害や被災時の対応などを学び、地域の一員としてのきずな作りを目指します。今年も2年生全員が参加となります。目的意識を持って主体的に取り組みましょう。

防災キャンプ2日間のスケジュール					
1 日 目	1 3時15分	開会式	2 日 目	6時30分	起床・朝食
	1 3時30分	避難所設営・各種体験		7時30分	各種体験
	1 8時30分	炊き出し実習・夕食		9時10分	避難所撤去
	2 1時30分	就寝		9時50分	閉会式

避難所設営

テントの組み立てや居住場所の配置など、避難所の設営を体験する。



炊き出し実習

停電中を想定し、少ない明かりの中でカレーを作り、後片付けを行う。



各種体験

土のう作成・初期消火・応急処置
防災倉庫に備蓄してあるものを見学し、資材や機材の使い方を学ぶ。



積極的にコミュニケーションを取り

協力し合って避難所を運営しよう！

協力



地域の自主防災会
各町内の消防団
市の危機管理局の皆さん

