



## 盛岡市プレスリリース

～輝きが増し 活力に満ち 夢をかなえるまち盛岡～

令和7年11月5日

盛岡市教育委員会  
中央公民館

市政記者クラブ加盟社 各位

### 令和7年度盛岡市中央公民館防災講座

「いざ避難！～あなたはその時、どうする？～」を開催します。

中央公民館では、令和7年度盛岡市中央公民館防災講座「いざ避難！～あなたはその時、どうする？～」を開催することといたしました。

昨年夏の盛岡市内における内水氾濫被害など、身近で発生が予想される災害に備えて、その時自分はどんな行動をとればよいのか、を考え準備する機会として岩手県地域防災サポーターを講師として、2種類の講座を準備いたしました。

第1週（Aコース）では、河川の氾濫時に、自分が「いつ」「何をするのか」を整理した個人の防災計画である「マイ・タイムライン」を作成します。（講師：荒屋敷 武則 氏）

第2週（Bコース）では、避難所での生活や備えについてのお話を聞いたあと、段ボールベッドの組立や非常食（アルファ化米）の試食を体験します。（講師：麦倉 哲 氏）

つきましては、多くの市民の方々に御参加いただきたいため、周知に特段の御協力をお願いいたします。また、当日の取材及び報道についてもご協力をいただきますよう、併せてお願いいたします。

#### 記

【事業名】令和7年度盛岡市中央公民館防災講座「いざ避難！～あなたはその時、どうする？～」

【日 時】 Aコース 令和7年12月7日（日）10：00～12：00  
Bコース 令和7年12月14日（日）10：00～12：00

【場 所】 盛岡市中央公民館 大会議室（Aコース：12月7日）  
講堂（Bコース：12月14日）

【内 容】 ①Aコースは、荒屋敷武則氏を講師に、河川の氾濫時に、自分が「いつ」「何をするのか」を整理した個人の防災計画である「マイ・タイムライン」を作成します。盛岡市防災マップがあればご持参いただきます。  
②Bコースは、避難所での生活や備えについてのお話を聞いたあと、段ボールベッドの組立や非常食（アルファ化米）の試食を体験します。避難所の環境を体感しながら、災害時に落ち着いて行動するための備えを考える機会にします。

【費 用】 無料

【主 催】 盛岡市中央公民館

【添付資料】 チラシ

#### 【問い合わせ】

盛岡市中央公民館  
担当：社会教育指導員 吉田（よしだ）  
TEL：019-654-5366

令和7年度盛岡市中央公民館防災講座

# いざ避難！

～あなたはその時、どうする？～

## Aコース

## マイ・タイムライン体験講座

無料

期 日 令和7年 **12月7日** (日) 10:00～12:00

会 場 中央公民館 1階 大会議室

講 師 岩手県地域防災サポーター  
荒屋敷 武則 氏

対 象 盛岡市民 40 名 (要申込・先着)  
※10歳未満の児童は保護者同伴。

申込期限 令和7年 11月26日 (水) 必着

## Bコース

## 避難所体験講座

無料

日 時 令和7年 **12月14日** (日) 10:00～12:00

会 場 中央公民館 1階 講堂

講 師 岩手県地域防災サポーター  
麦倉 哲 氏

対 象 盛岡市民 40 名 (要申込・先着)  
※10歳未満の児童は保護者同伴。

申込期限 令和7年 11月26日 (水) 必着



**申込方法** 次の①～③のいずれかの方法でお申込みください。

①ホームページ ..... 右の二次元コードを読み取り、  
ページ内「講座申込フォーム」に必要事項を入力して送信。

②FAX ..... チラシ裏面の申込用紙に必要事項を記入し、中央公民館(019-654-5366)に送信。

③往復はがき ..... (1) 講座名、(2) 参加希望コース、(3) 氏名(ふりがな)、(4) 住所、(5) 電話・FAX番号



お問い合わせ先 盛岡市中央公民館 (電話番号: 019-654-5366) ※月曜日休館 (月曜日が祝日の場合はその翌日)