

令和7年度 防災訓練メニュー表

別紙 1

市役所出前講座から抜粋			令和7年3月1日現在
No.	訓練メニュー名 (難易度)	訓練メニューの内容 (所要時間)	担当課 (連絡先)
1	災害に備えて (初級編☆)	災害から身を守るためには、早めの避難が必要です。気象情報や避難情報の入手方法や安全かつ適切な避難行動について学びます。(1時間)	災害対策課 (TEL 22-1153)
2	自然災害に備えて、みんなで防災 (初級編☆)	防災に関する学校の訓練や取組みに合わせて、地域の自然災害、市の防災対策、災害から命を守る行動などについて理解を深めます。(1時間)	災害対策課 (TEL 22-1153)
3	いわきの防災・減災への取り組み講座 ～あなたもまちのお医者さん～ (初級編☆)	自然災害にいつ見舞われるか予測できない時代となりました。地域特性を把握しながら、災害の発生メカニズムや災害時の避難行動など、体験等を通じて学習します。★場所指定あり/要事前相談/体験あり(1時間)	災害対策課/福島工 専都市システム工 学科 (TEL 22-1153)
4	原発事故発生!? そのときあなたは… (初級編☆)	万が一、福島第一・第二原子力発電所で災害が発生した際の避難方法など、実演を交えてお話しします。	危機管理課 (TEL 22-1206)
5	ゲームで学ぼう防災教室 (初級編☆)	災害が起きた時に役立つ知識や、もしもの備えについて、身近な物を活用したり、ゲーム等を通して、楽しく分かりやすく学びます。(1時間)	別表：担当公民館 一覧参照
6	河川洪水から身を守るために (初級編☆)	河川洪水ハザードマップの利用方法や大雨や台風の備えなどについて理解を深めます。(1時間)	土木政策課 (TEL 22-7492)
7	見直そう、わが家の防火 —家族で防火— (初級編☆)	家庭内に潜む火災危険や住宅用火災警報器の重要性など、住宅防火対策にお役立ていただける情報を分かりやすく説明します。	消防本部予防課 (TEL 24-3941)
8	「流域治水」について (中級編☆☆)	河川流域のあらゆる関係者が協働し、水害を軽減させる取り組みである「流域治水」について理解を深めます。 (1時間)	土木政策課 (TEL 22-7492)
9	災害時の応急給水について (中級編☆☆)	災害時の飲料水確保のために行っている対策を紹介するとともに、市内に設置されている耐震性貯水槽の操作方法について学びます。★体験あり(動きやすい服装)/場所指定あり(1時間30分) ※12月～2月実施不可/最寄りの耐震性貯水槽までの交通手段を確保する必要があります。	水道局営業課 (TEL 22-9303)

市役所出前講座から抜粋

令和7年3月1日現在

No.	訓練メニュー名 (難易度)	訓練メニューの内容 (所要時間)	担当課 (連絡先)
10	近所で協力！自主防災 (中級編☆☆)	地域の防災（自助、共助、公助）の中でも、近所で協力して防災活動をする共助（自主防災組織）の重要性について理解を深めます。（1時間）	災害対策課 (Tel 22-1153)
11	地区防災マップと地区防災計画 (上級編☆☆☆)	身近な災害リスクにどう備えるか、地域防災力の向上に重要な地区防災マップと地区防災計画について学びます。 (1時間)	災害対策課 (Tel 22-1153)

別表1 担当公民館一覧

地区	担当公民館	連絡先
平	中央公民館	22-5431
小名浜	小名浜公民館	54-1890
勿来・田人	植田公民館	63-3467
常磐・遠野	常磐公民館	43-2305
内郷・好間・三和	内郷公民館	26-2974
四倉・小川・川前 久之浜大久	四倉公民館	32-2920

各消防署による訓練

No.	訓練メニュー名 (難易度)	訓練メニューの内容 (所要時間)	担当課 (連絡先)
1	消火訓練 (初級編☆)	消火用バケツや消火器等を使用して、火災の初期消火技術を習得する訓練を行います。(希望に沿った時間で対応)	最寄りの各消防署 ※ 別表2参照
2	救助・救護訓練 (初級編☆)	万が一逃げ遅れてしまった方や避難できなかった方が発生した場合に、身の回りにある物で救助する方法等を習得する訓練を行います。(希望に沿った時間で対応)	最寄りの各消防署 ※ 別表2参照
3	防災資器材取扱訓練 (初級編☆)	地区に備蓄してある防災資器材を確認し、どのように使用するのか、安全に使用方法などについて訓練を行います。(希望に沿った時間で対応)	最寄りの各消防署 ※ 別表2参照
4	応急手当訓練 (初級編☆)	心肺蘇生法、止血法、包帯法及び搬送法など、負傷者の応急手当の方法や安全な場所への搬送方法等について習得する訓練を行います。(希望に沿った時間で対応)	最寄りの各消防署 ※ 別表2参照
5	予防救急講習 (初級編☆)	誤嚥や熱中症、転倒によるケガなど、病気や事故を未然に防ぐための知識等を習得する講習会を行います。(希望に沿った時間で対応)	最寄りの各消防署 ※ 別表2参照
6	火災予防講習 (初級編☆)	家の中における火災発生の危険性、地域内における放火対策など、火災を発生させないための知識等を習得する講習会を行います。(希望に沿った時間で対応)	最寄りの各消防署 ※ 別表2参照
7	通報訓練 (初級編☆)	火災や救急に関して、正確かつ迅速に消防へ通報する訓練を行います。(希望に沿った時間で対応)	最寄りの各消防署 ※ 別表2参照
8	災害図上訓練 DIG (ディグ) (中級編☆☆)	災害図上訓練DIGを行い、地図を使って、地域の自然条件や、道路、鉄道などの町の構造、防災上の資源などを整理し、視覚的に地域の防災力を知る力を養います。(希望に沿った時間で対応)	最寄りの各消防署 ※ 別表2参照

別表2：最寄りの各消防署連絡先一覧

消防署所	連絡先	消防署所	連絡先
平消防署	23-9700	中央台分遣所	29-3700
小名浜消防署	92-5171	小川分遣所	83-0406
勿来消防署	63-2248	川前分遣所	84-2302
常磐消防署	43-2080	江名分遣所	55-7725
内郷消防署	26-3596	田人分遣所	69-2150
四倉分署	32-5677	遠野分遣所	89-2610
		三和分遣所	86-2200