

東京都柔道整復師会台東支部

みんなで考えてみよう、このまちの防災

2026 第11回 区民公開講座

3月8日 日 14:00-16:30 (13:30開場)

会場：台東区上野区民館 401会議室
台東区池之端1-1-12

参加
無料



申し込みは
こちらから

第1講演演題

『在宅避難の重要性とあらたな 防災ホームサバイバルトライアルの勧め』

「災害関連死ゼロを目指して — 共助の力と事前訓練
『ホームサバイバルトライアル』を学びましょう」

概要：能登半島地震の厳しい現実を振り返り、地域で助け合う「共助」と、個人の備えである「自助」をどうつなげるべきかを考え、自宅を最強のシェルターに変えるための事前訓練「ホームサバイバルトライアル」について解説します。

講師：玉田太郎

防災士研修センター代表取締役 令和防災研究所エグゼクティブフェロー

第2講演演題

『柔道整復師が災害発生時に必要と される訳を実技実演で体験してみよう』

「東日本大震災で実際に避難所に行き、何が必要で
我々柔道整復師に何ができるのかをお伝えします」

概要：柔道整復師が得意とするケガの処置、循環改善の為のマッサージやストレッチ、また運動療法の指導を行ない筋力低下を予防する事を実際に受けてもらいます。

講師：東京都柔道整復師会台東支部

主 催 者： 公益社団法人東京都柔道整復師会台東支部
後 援 者： 台東区
※ お問い合わせ： 03-3873-3708 担当 千葉接骨院 千葉

