

災害時に役立つアウトドアテクニック —実践から技術を学びます—

クラス
コード **63A52**

曜日時間 土曜 13:35~15:05

受講料 6,600円

定員 20名

単位 1単位

概要 災害後に起こりがちなストレスを回避するために、準備しておきたい品物や身につけておきたい技術をアウトドアテクニックから実践して学びます。いつでも、どこでも寝られて生活できる自信は、普段の生活に安心感を与えてくれるでしょう。

講師 和田 智

獨協大学教授
専門/レジャー論、アウトドア活動
日本キャンプ協会キャンプディレクター1級。獨協大学では、スポーツ・レクリエーションの実技と講義を担当。よりよい健康的なライフスタイル創造へ向けて、スポーツを生活の中へ取り入れられるよう実践しながら教えている

テキスト プリントを配付します

内容 5月11日~5月25日 (全3回)

- ① 5月11日 「総論」「災害時に想定される問題とその対処の仕方」
「雨除けや空間（プライバシー）を確保するブルーシート」ブルーシートの扱い方、張り方、ロープワークを実践します
- ② 5月18日 「空腹では活力は生まれない」
少ない水と道具で、衛生的に食事作りと片付けを実践します
- ③ 5月25日 「食べたら、出る」
排泄をする場所と処理に関する問題は避けることができません。
トイレを人任せにしないで自分の力で解決する方法を学びます

※屋外で実施します。雨天の場合は、ある程度活動ができる雨具（レインジャケット等。傘は不可）をご用意ください。

