

-DIYとアウトドア流防災講座2026-

在宅避難の準備と 車を使った防災



<少しでも楽に、避難生活をするための実践型講座>

●在宅避難のための準備

- ・地震対策は家具の固定から
- ・在宅避難チェックポイント
- ・停電したらどうする？最新便利グッズの紹介
- ・困った！調理家電が使えないときのアイデア
- ・ポータブル電源を使ってみよう
- ・避難環境を整えて2次災害を防ぐ



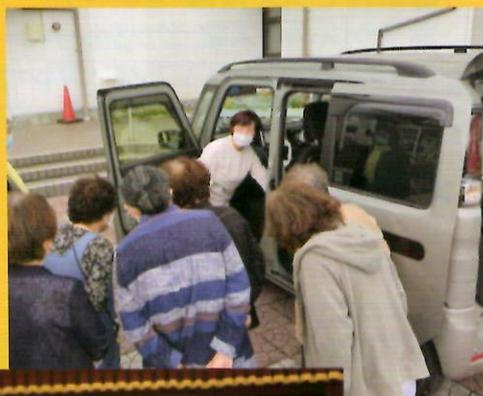
●大雨対策

- ・私の地区のハザードマップを見てみよう
- ・大雨のとき車避難のポイント
- ・もしも孤立したら・



●車避難は車中泊の準備をしよう

- ・いつも車に常備するもの
- ・避難所までの交通手段の確認
- ・ラジオ・充電など車の装備が役に立つ！
- ・改造なし、家にあるもので車中泊体験(実技)
設営したら実際に寝てみよう
- ・女性のための安全対策
- ・ペットと一緒に避難するとき



●災害時はスマホと携帯電話を活用しよう

- ・スマートフォンで市町村の災害情報を知る
- ・家族の安否確認と連絡手段のために
- ・YouTubeでリアルタイムニュースを見る
- ・スマホでラジオを聴いてみよう

ご要望があれば対応します。



「住」環境から防災を考えてみませんか？旅行やレジャーにも活用できる車中泊も学べます
プロジェクターまたはモニターと車を駐車するスペースがあれば開催できます。所要時間90分～120分

こんにちは！

たかのDIYスタジオ 代表:たかのひろみです。

●DIYアドバイザー ●DIY講師 ●車中泊キャンプ愛好家
 インスタグラム takano.diy.studio (下のQRコードからどうぞ 投稿もごらんください)
 ホームページ <https://takano-diy.jimdofree.com/>「たかのDIYスタジオ」で検索！
 〒987-0012 宮城県遠田郡美里町字素山町10
 JR東北本線小牛田駅より徒歩3分
 TEL 080-6002-2065 FAX0229-32-2244
 takano-2525eco@canvas.ocn.ne.jp
 ※当スタジオはインボイス発行事業者です。



11月、12月の開催がおすすめ！きれいで心地よい家は自分の手で！

家のお手入れとおそうじ講座

DIYアドバイザーが住まいの整え方を実践形式で行う講座です。

●お手入れ、おそうじの効果

古来から「祈る」よりも「清める」が先
心のモヤモヤはおそうじでスッキリ解決！

●実技、実演

材料の選び方、道具の使い方を学びます。

- ・障子の張り替え(のり貼り・アイロン貼り)
- ・自己流脱出！網戸の張り替え
- ・壁紙の穴、破れを直す

●場所別、道具と洗剤の選び方、使い方

- ・お風呂そうじ(浴槽・オケ・・・)
- ・窓そうじ(ガラス窓・サッシレール・・・)
- ・キッチンそうじ(ガスコンロ・流し台・・・)
- ・リビングそうじ(液晶テレビ・じゅうたん・・・)

●トイレを快適に保つために

- ・DIYアドバイザーが教える
ウオシュレットのスペシャル掃除
- ・さぼったリング解消！
おすすめの水洗トイレのそうじ方法

●環境や体にやさしいエコそうじ術

- ・今、大人気アルカリ電解水の使い方
- ・シニアこそ「シート掃除」がおすすめ
- ・洗剤なしでも汚れが落ちるグッズの紹介

●そうじ道具は日々進化している！

- ・コンビニで売ってるおそうじ道具を検証
- ・何歳になってもおそうじはできる！

障子は水を使わず
1枚10分で完成！

DIYで家が
長持ち！
家が整う！



バケツもいら
なく、楽、キ
レイ



住まいがきれいだと
心も整います。



- ・すぐに家で実行できるように、おすすめのそうじ道具をお持ち帰り用に準備することができます。(別途 200~500円/1人 お気軽にご相談ください)
- ・対象者により内容を変更や追加も可能です。基本所要時間：120分(90分バージョンも可能です。)
- ・実技と座学を組み合わせで行いますのでプロジェクターまたはモニターをご用意ください。

このチラシは団体向け講座のチラシです。

たかのDIYスタジオの公共団体、企業向け出張講座について

- 基本料金は1時間11000円です。規定がありましたら対応可能です。
- 講師料の他に実技の材料費が必要となる場合があります。
- ご予算、ご要望がありましたお見積りさせていただきます
- 遠方の出張は交通費をお見積りさせていただきます。

受講される方に合わせて個別に講座内容を企画提案させていただきます。

- シニア向け ●子育てママ向け
- 初心者向け ●企業イベント向け
- 商工会向け