

地域に役立つ人材育成プログラム  
2024年度 地域防災等に役立つ公開講座

第4回

# 逆境に負けない 「レジリエンス」

(困難をしなやかに乗り越え回復する力)

## を高める

日時 2025年  
**2/1** (日) 10:00  
11:10

被災した場合には、日常とは異なる環境に身を置くことになり、身体の疲労に加わり、心にかかるストレスも体に大きな負担となります。逆境に負けない「レジリエンス（困難をしなやかに乗り越え回復する力）」とは、どんなものか。日常から知っておくと助けになる災害時の心のケアについて紹介します。

会場 人間総合科学大学 蓮田キャンパス 大教室

講師 人間総合科学大学 中西 由季子

定員 300名

料金 無料

- 主催：人間総合科学大学
- 協賛：日本心身健康科学会
- 後援：蓮田市 蓮田市商工会  
さいたま市教育委員会 さいたま商工会議所  
大学コンソーシアムさいたま



### 申込方法

#### ①応募フォーム

本学ホームページの応募フォーム、または下記QRコードよりお申込みください。

<https://form.human.ac.jp/forms/index.php?id=637>



#### ②メール・電話

メールまたは電話でのお申込みは、下記の①～⑥をお知らせ下さい。

- ①「2025年2月1日公開講座希望」
- ②氏名
- ③住所
- ④電話番号
- ⑤参加人数
- ⑥この講座を知ったきっかけ

#### ③申込締切

2025年1月29日(水)



学校法人 早稲田医療学園

# 人間総合科学大学

お問い合わせ・お申込み

## 048-749-6111

[records@human.ac.jp](mailto:records@human.ac.jp)

〒339-8539 埼玉県さいたま市岩槻区馬込 1288 <https://www.human.ac.jp/>

■人間科学部 ヘルスフードサイエンス学科 健康栄養学科 心身健康科学科（通信制） ■保健医療学部 看護学科 リハビリテーション学科（理学療法学専攻・義肢装具学専攻）

# 地域に役立つ人材育成プログラム 2025年度 地域防災等に役立つ公開講座



ホームページはこちらから

回数	日時	担当	テーマ	定員	概要
第1回	5/31 (土) 10:30~12:00	牧野 由加里	災害への備えの具体策： 自分と大切な人の命を まもるために	300名	災害が発生してからの時間的経過を災害サイクルといいます。その災害のサイクルにおいて、災害発生前の数年間にあたる「静穏期」は災害の備えをしていく重要な時期です。災害に対して、どれだけ備え・準備ができていたかが、災害が起きたときの被害の程度を大きく左右します・さらにそれぞれの個人・家庭に合わせた準備が必要となります。 そこで、本講座では、みなさんに合った防災対策について、一緒に考えましょう。
第2回	7/26 (土) 10:30~12:00	吉岡 留美	被災地支援の 看護活動の実際	300名	日本は災害の多い国です。皆さんの記憶にあるように、阪神淡路、東日本、そして記憶に新しい能登半島地震は、それぞれ被災地の状況が違っており、災害支援を行う私たちにたくさんの学びを与えてくれました。被災地支援、医療支援、看護支援とはどういうことか、また実際の活動はどのように行われているのかをご紹介します。
第3回	10/18 (土) 10:30~12:00	望月 聡一郎	災害時の不安対応と 心理的応急処置	300名	大勢の人が巻き込まれる大規模災害、事故、テロなどが起こったとき、被災者・被害者やその家族は不安な気持ちになります。そのような人々に対して、私たちはどのような「こころのケア」を提供できるでしょうか。心理的応急処置 (Psychological First Aid : PFA) とは、深刻な危機的出来事に見舞われた人に対して行う、人道的、支持的、かつ実際の支援のことで、被災者の尊厳、文化、能力を尊重しつつ支援をする枠組みを示したものです。心理的応急処置 (Psychological First Aid : PFA) を用いた支援について考えてみましょう。
第4回	2026年 1/31 (土) 10:30~12:00	蓮田市	災害時の避難所体験	60名	災害時の避難所で生活することを想定し、テントの設営や段ボールベッドの組み立てなどを体験します。また、蓮田キャンパスに設置されている市防災倉庫内を見学し、身近な防災機能を確認します。

※この公開講座は、令和3年3月に蓮田市・蓮田市商工会と本学との三者で締結しました、「防災・減災・災害対策等リスクマネジメントの連携協力に関する協定」に基づき開催いたします。

※講演テーマ・内容は一部変更となる場合がございます。

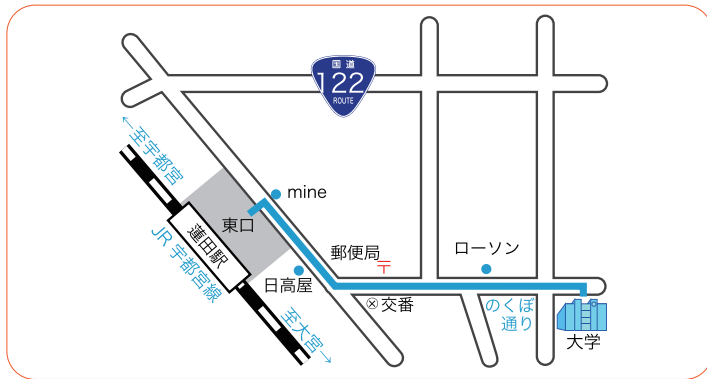


蓮田市商工会 人間総合科学大学 @蓮田市

## 人間総合科学大学 蓮田キャンパス



JR宇都宮線蓮田駅東口から徒歩13分  
※お車でのご来校はご遠慮いただいております。



学校法人 早稻田医療学園

# 人間総合科学大学

お問い合わせ・お申込み

## 048-749-6111

〒339-8539 埼玉県さいたま市岩槻区馬込 1288 <https://www.human.ac.jp/> [records@human.ac.jp](mailto:records@human.ac.jp)

■人間科学部 ヘルスフードサイエンス学科 健康栄養学科 心身健康科学科 (通信制) ■保健医療学部 看護学科 リハビリテーション学科 (理学療法専攻・義肢装具専攻)