諏訪市プレスリリース　教育委員会事務局　教育総務課
令和８年（2026 年）10 月 21 日

令和8年度　小中学校10月の防災講座の開催

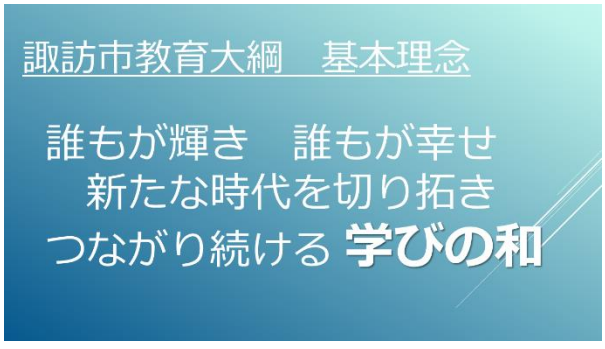
齋藤幸男 先生を講師として、児童生徒対象の防災講座を中洲小、湖南小、上諏訪中で下記のように行います。

≪講座概要≫

学校･会場	対 象	日 時	テーマ
中洲小学校 体育館	小学４年生 3クラス	10/29(木) 8:40～10:15	「避難所運営の実際 ～自分ができることを考える～」
上諏訪中学校 体育館･ 武道場･ 教室など	中学1年生 2クラス	【10/29(木)】 ･11:50～ ①13:35～ ②15:00～ ③19:00～ 【10/30(金)】 ④ 8:45～	【防災宿泊体験学習】　※学校に1泊2日 ･開講式(「基調提案」など) ①「HUG 避難所運営ゲーム」（諏訪市危機管理課） ②「災間を生きる君たちへ～恐怖の防災から希望の防災へ～」 ③「避難所運営の教訓～正解ではなく成解を求める～」 「学校再開と心のケア～悲しみと向き合う力～」 ④「レジリエンス(適応力･回復力)」など（両角教頭）
湖南小学校 メディアセンター	小学4年生 2クラス	10/30(金) 8:35～10:10	「避難所運営の実際 ～自分ができることを考える～」

★上諏訪中学校の【防災宿泊体験学習】の全体日程については下記
【10/29 の日程】　※10/29 の講座②と③について齋藤講師に指導をお願いする。
・11：50～　開講式（基調提案）・クロスロード・居住空間づくり（ダンボール設営）
・13：35～　防災研修①「HUG 避難所運営ゲーム」　（諏訪市危機管理課）
・15：00～　防災研修②「災間を生きる君たちへ～恐怖の防災から希望の防災へ～」（齋藤講師）
《休憩、夕食、居住空間の再調整、夜の準備等》
・19：00～　防災研修③「避難所運営の教訓～正解ではなく成解を求める～」
「学校再開と心のケア～悲しみと向き合う力～」　（齋藤講師）
・20：30～　ナイトミッション　・21：30～　就寝準備、整理整頓　→　22：00 消灯・就寝
【10/30 の日程】
・ 6：45～　起床、洗面、朝食、片付け、居住エリア撤収、清掃
・ 8：45～　防災研修④「レジリエンス（適応力・回復力）」など　（両角教頭）
・10：15～　まとめと振り返り、帰りの会　・10：50 下校

★講師:齋藤幸男先生について　〇防災士　〇元宮城県石巻西高等学校校長
平成２３年（2011 年）３月１１日の東日本大震災発生時に石巻西高校の体育館が遺体仮安置所・検視所となるなかで、教頭として 44 日間の避難所運営にあたる。翌年、同校の校長となり、「いのちと向き合う教育」の大切さを訴えながら、講演会や講座を実践する。以後、防災教育を命の教育の切り口として考え、講演会や研修会、災害発生後の課題と対応講座、避難所運営訓練などを通して実践的な防災力を身に付けた人材の育成にあたっている。



〒392-8511　長野県諏訪市高島 1-22-30
長野県 諏訪市 教育委員会事務局
教育総務課 学務係（担当）中澤　和夫
電　話　0266-52-4141（内線 442）
ＦＡＸ　0266-57-0660（代表）
メール　kyoiku@city.suwa.lg.jp

諏訪市 HP　⇒⇒⇒　https://www.city.suwa.lg.jp