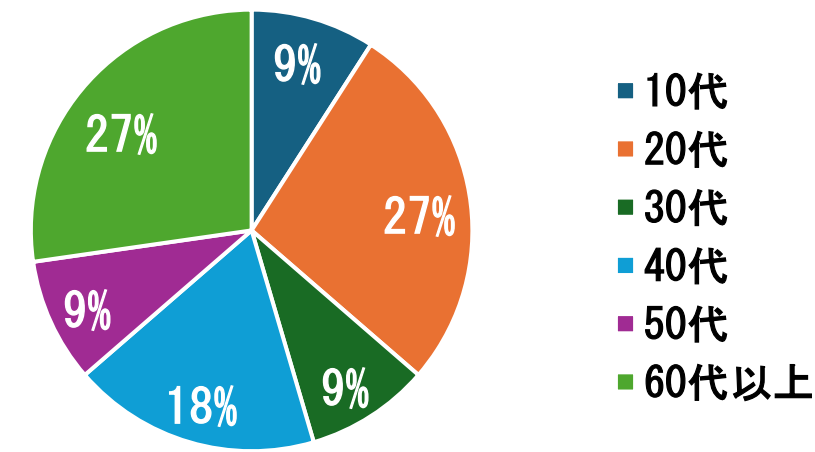
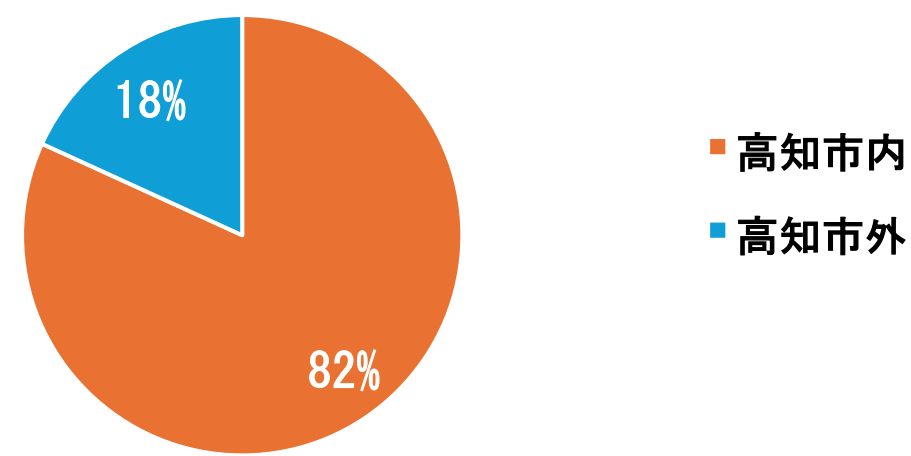


【第2部】調理・健康・予防の視点を暮らしの中に

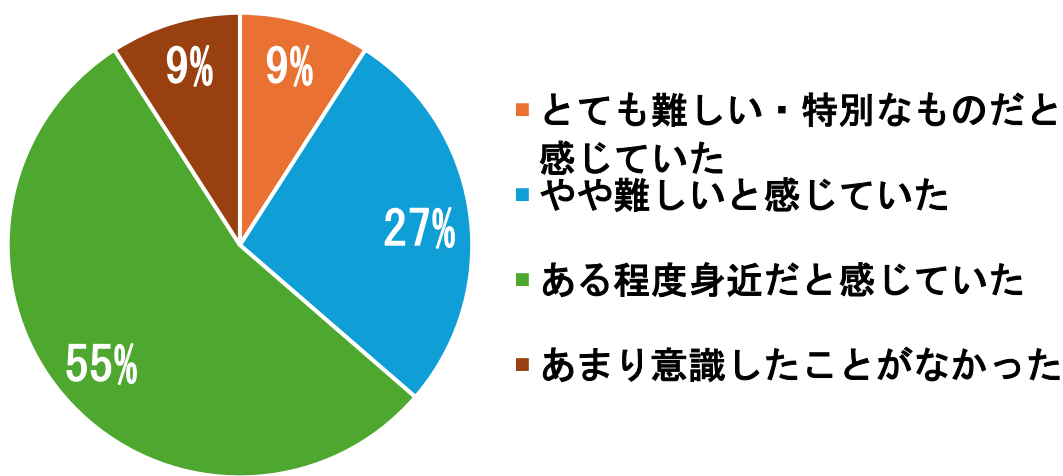
1. あなたの年代を教えてください。



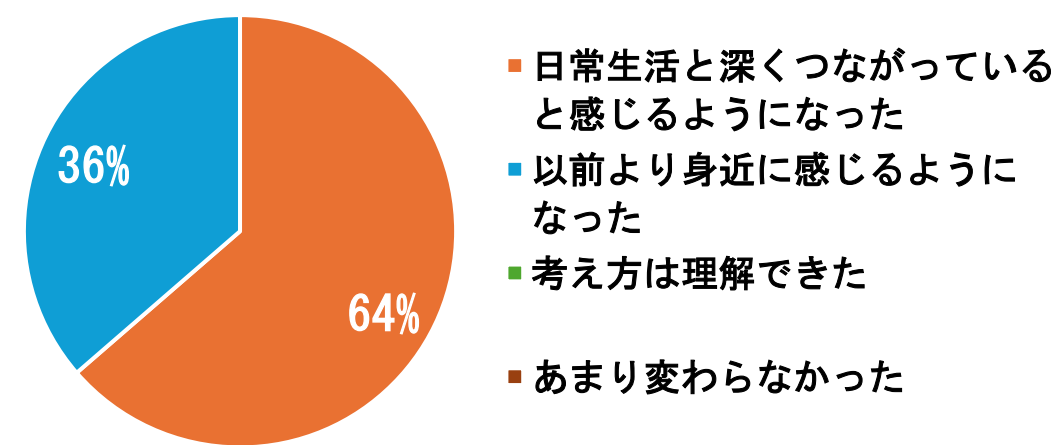
2. お住まいの地域を教えてください。



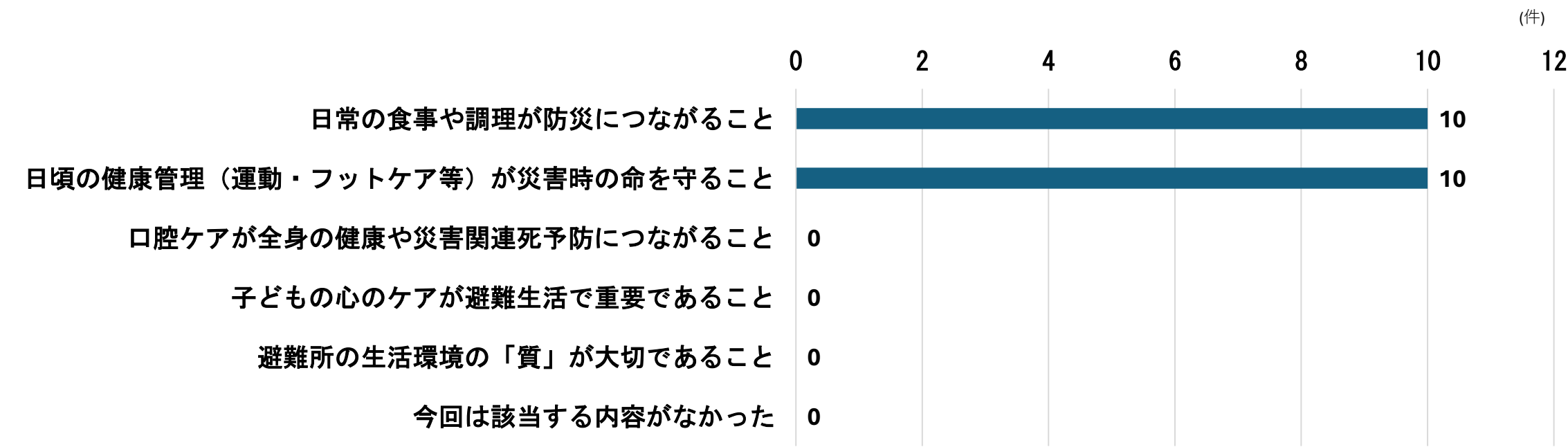
3. 講座を受講する前、「防災」に対してどのような印象を持っていたか？



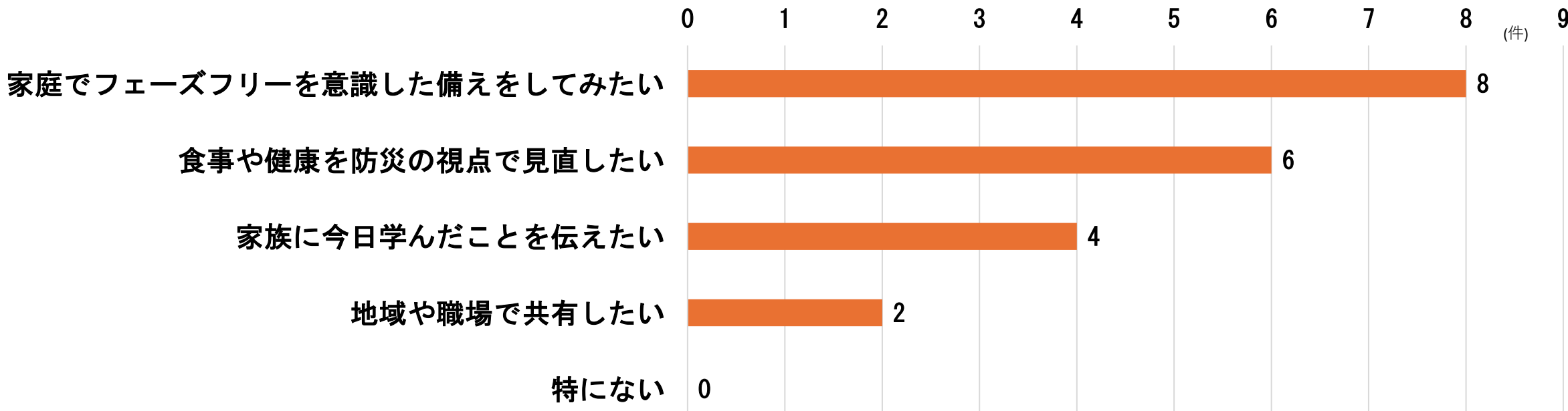
4. 講座を受講して、「防災」に対する考え方は変わりましたか。



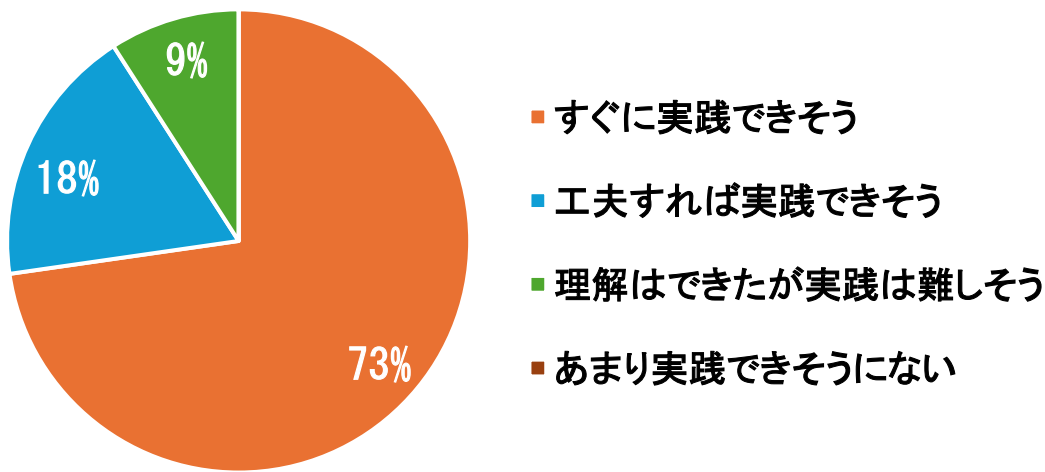
6. 今回参加された講座内容について、理解が深まったと感じるものを選んでください（複数選択可）。



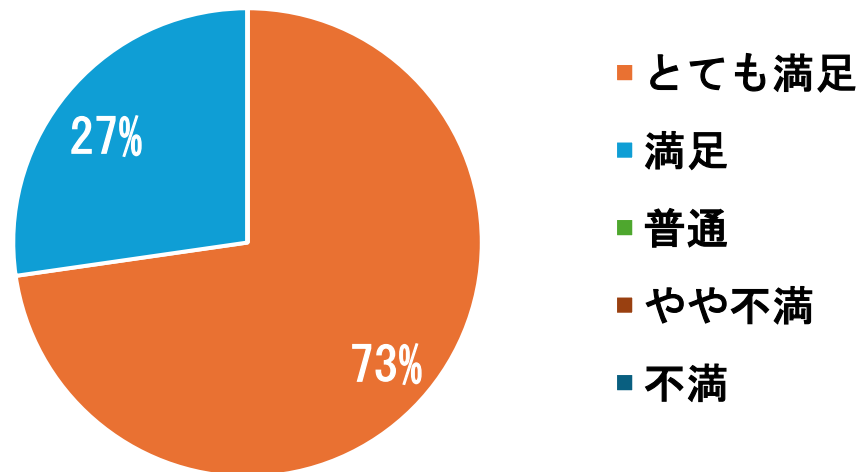
7. 講座を受けて、今後やってみたいと思うことはありますか（複数選択可）



5. 講座で学んだ内容は、日常生活の中で実践できそうだと感じましたか



8. 本日の公開講座の満足度を教えてください



9. 印象に残った内容や、今後の生活に活かしたいと思ったことがあれば教えてください。

- 実際に調理してみると思っていたより簡単でした。洗い物も少なくて良いですね。
- 防災食を意識するということより、日常からできる、普段からの備えを意識することが大切だと感じました。
- 日常の中で、健康管理をしっかりとすることの大切さを実感しました。 など

10. 今後、参加してみたい防災に関するテーマがあれば教えてください。

- More about food and health preparation, SDG's and recycling.
- 防災雑草で、食べられる草(きれいなもの)の調理法。
- 防災グッズについて学びたいです。

第2部 アンケート分析結果

運動や健康管理といった平時の取組が、災害時のリスク軽減や避難生活の質の向上につながるこ
とへの理解が深まったことが分かった。

参加者が自身の生活を振り返り、「できることから始めたい」など、行動の見直しを意識する回答
が多く、フェーズフリーの考え方が具体的な行動レベルで受け止められていることがうかがえる。