

親子で
体験
しませんか？

大人気企画再び！



車中泊 避難イベント

第3回！

日時 2026年10月24日(土)～25日(日)
(受付 14:30 -) 15:00 9:00

申込はこちら



申込締切
10月2日(金)

対象者

市内在住の小学生を
含む家族

参加条件

調理器具
(カセットコンロ・お鍋・包丁・まな板等)、
市が指定する食材を持参できる方

会場

三段池公園 第3駐車場
〒620-0017
福知山市字猪崎377番地の1

定員

15組
(応募多数の場合、抽選)



JRAT
JAPAN DISASTER
REHABILITATION
ASSISTANCE TEAM



主催：福知山市

協力：一般社団法人日本災害リハビリテーション支援協会、
つながる防災まもりっこ、たんたんエナジー株式会社

問合せ先：福知山市 危機管理室

TEL:0773-24-7503

参加前にチェック！

車中泊避難訓練ガイド



タイムスケジュール(予定)



車中避難場所へ避難

各参加者が自宅から車中避難場所へ避難します

15:00



プログラム開始

車中避難した際の注意点や、起震車体験などをします

16:30



夕食

市栄養士考案の災害時でもできる簡単レシピ体験！

18:30



避難所体験・体験学習

様々な体験学習をします

20:30



就寝準備・宿泊体験

車内での宿泊を体験します

08:00



振り返り・閉会

振り返りや感想の共有をし、今後の避難に繋がります

非常用持ち物チェックリスト(当日)

必ずお持ちください

- | | |
|--|---|
| ☐ 常備薬・お薬手帳 | ☐ 簡単レシピ準備物
(決定後別途通知) |
| ☐ マイナ保険証 | ☐ 飲み物 |
| ☐ 着替え | ☐ 現金(小銭多め) |
| ☐ 洗面用具(歯ブラシ等) | ☐ 季節に応じたグッズ(扇風機、ブランケット等) |
| ☐ 宿泊グッズ
(マット、ブラインド等) | |



あると便利な物

- | | |
|-----------------------------------|------------------------------------|
| ☐ スマートフォン | ☐ 充電器 |
| ☐ 耳栓、アイマスク | ☐ モバイルバッテリー |
| ☐ おやつ | ☐ マスク(必要な方) |
| ☐ メモ帳・筆記用具 | ☐ 懐中電灯 |
| ☐ ティッシュ | ☐ 気分転換できる物 |



避難所に逃げるだけが避難ではありません。
自分に合った避難の方法を考えてみましょう。



車中泊避難に関するYouTube動画

良かったら
見てみてね！

【基本編】



京都府 福知山市
ご当地VTuber☆
ぽたん と学ぶ
コロナ禍で注目の
しゃちょうはくひなん
車中泊避難の心得

【真夏編】

