



米沢市倫理法人会 イブニングセミナー

「その時」に後悔しないための、リアルな減災の話／

テーマ 減災は未来の 笑顔のために

いつ自分が被災者になるか分からない今、
知恵と工夫で生き抜くために必聴！

日付 2026年 5月21日(木)
時間 18:30～
聴講料 無料

講師

細谷 真紀子 氏

ゲンサイデイズ主宰

内閣府避難生活支援アドバイザー

現場に根ざした防災の専門家(詳細は裏面参照)

会場

ロイヤルパインズホテル米沢 2階 ノース

〒992-0045 米沢市中央1-13-3

☎ 0238-27-0255

懇親会

時間 19:40～ 会場：ホテル内

会費 (会員) アルコール無3,000円/人 有4,000円/人
(未会員) アルコール無6,000円/人 有7,000円/人



5/21(木) 「イブニングセミナー」 申込書 Fax:0238-40-8322

会社名	氏名	出欠 (○)	懇親会 (○)
		出席・欠席	出席・欠席
		出席・欠席	出席・欠席

主催 米沢市倫理法人会

お問合せ 事務局 / 〒992-0474 南陽市漆山1-128
TEL:0238-40-8321

ほそや まきこ ゲンサイデイズ 細谷 真紀子

人の笑顔が「こころの原風景」になる
防災・減災は まちづくり・ひとづくり！



山形県 東根市出身 建築設計に従事、結婚後退職。育児・介護、看取りを経て山形市に移住。
49歳。大学生と小学生の母。保育士として子育て支援にも関わった経験を持つ。

内閣府避難生活支援リーダー/サポーター講師・避難生活支援コーディネーター・国土交通省石子沢川流域水害対策協議会構成員・防災図上訓練指導員（消防防災科学センター）・山形県防災会議委員・山形県自主防災アドバイザー・山形市教育委員会教育委員・山形市消防本部応急手当指導員・山形市救急救命業務検証会議構成員・山形市個人情報保護制度運営審議会委員・全国女性会館協議会個人会員・山形県防災士会副会長・日本防災士会正会員・日本トイレ研究所個人会員・防災教育コーディネーター・防火、防災管理者・防災段ボールジオラマ講師
仙台市事業：Social Innovation Accelerator（社会起業家育成）2020 ORBIS 特別賞受賞
内閣府：防災教育チャレンジプラン 2021・2022・2024 採択者（学校教育×行政×民間として防災教育を実施）
市民団体：ヤマガタ防災・減災 Action! 代表（令和3～7年度やまがた社会貢献基金採択団体）
令和6年度山形県男女共同参画社会づくり功労者 チャレンジ賞「市民団体：ヤマガタ防災・減災 Action！」

防災・減災は、いのちを守った先の「未来の笑顔」のためにある

災害で失ういのちをゼロにする。後悔の涙を誰にも流させない。その為に、私たちは、こどもたちにツケを残さず、誰もが自分たちで描く未来を生きる為に、防災・減災を日々の暮らしの中で育むことが大切です。災害は非日常ではなく、日常の中に起きる「日常」だからこそ、災害に遭ってもいのちを守りきることに、そして笑顔で復興することができる、人づくりと地域づくりを、日常の中で実践していきましょう。

地域では…自助を地域（共助）や行政（公助）と繋ぎ、多様な視点を持ち、連携できる人を増やす
教育では…誰も取り残さないために【こころを育む減災教育】を地域課題解決の1つの手段として実施

個人や地域コミュニティの中に安心と安全の灯りを灯す。日々の生き方・暮らし方の在りように減災の意識を持つことこそが、被害を減らすことに繋がります。年齢、ジェンダー・生活環境の違いに関わらず、誰もがいのちを守り、地域で共に生きていく力を備え、未来へ繋いでいくために、防災・減災に対するソフト対策の重要性、知恵や技術、最新情報など、男女共同参画や地域づくりの視点で伝える活動をしています。誰も取り残さない未来へ！今を生きる子どもたちが、自分たちの描く未来を歩めるように、一人ひとりが今を生きることを楽しめる「生きる力」を育み・広げ、未来に宿題・課題を残さない社会を作りましょう！

さあ、笑顔が続いていく『防災・減災』を、一緒にスタートしましょう！

近年の主な活動実績(研修(講話)・訓練、ワークショップなど)

行政：山形市／山辺町／山形県内各総合支庁(村山・庄内・最上)／県内男女共同参画センター(県・市)／戸沢村／飯豊町／金山町／東根市／村山市／遊佐町／酒田市／朝日町／鶴岡市／長井市／白鷹町／尾花沢市／高島町／米沢市／西川町／大江町／長井市／宮城県石巻市／新潟県新発田市／東京都稲城市／宮崎県門川町／熊本県宇土市／福島県福島市／徳島県上板町／岩手県大槌町／福井県福井市／神奈川県逗子市／石川県津幡町／岡山県倉敷市／奈良県御所市／栃木県上三川町／長野県築北村／千葉県富津市／京都府亀岡市／山形市内公民館／県内各社会福祉協議会／県内民生児童委員研修
メディア出演：山形県政広報番組／山形県広報「県民のあゆみ」／山形市 SUKSK 健康医療セミナー／山形県政広報番組／山形新聞／読売新聞／河北新報／NHK 山形放送局／さくらんぼテレビ／YBC 山形放送・YBCラジオ／TUY／YTS 山形テレビ／エフエム山形／ラジオモンスター／お母さん新聞山形版／子育て情報誌「マーメイド」／経済同友会「提言の広場」／仙台市子育て情報誌／河北新報社「座標」／山形新聞「日曜随想」
その他：(公財)山形県生活衛生営業指導センター／山形市こども芸術大学認定こども園／子育てランド「あ～べ」／寒河江歯科医師会／山形市私立幼稚園・認定こども園協会／山形市学童保育連絡協議会／山形県博物館連絡協議会／山形県内各自主防災会／山形県内各社会福祉協議会／置賜ボランティアの輪促進事業／山形県女性歯科医師会／山形市婦人歯科医師会／山形市学童保育研修／東北文教大学付属幼稚園／村山市、大江町、滋賀県愛荘町・近江八幡市安土商工会／山形フィルハーモニー交響楽団／蔵王倫理法人会／21世紀県民会議(山形新聞、山形放送提唱)／(一社)やまがた損害保険代理業協会／酒田・飽海地区保育士会