

# OUTDOOR LIFESTYLE AND FEEL SUZAKA



もっと自由に、もっと楽しく、気持ち良く！



## アウトドアを通じた豊かなライフスタイルを

須坂市の臥竜公園・百々川緑地の広大なスペースに、アウトドアライフがテーマの各種店舗が集結！  
日常生活がより豊かになるような新しいライフスタイルを楽しく体験＆体感しよう。

2023 10/21・22. 10:00-16:00  
IN 臥竜公園百々川緑地(臥竜公園側) 高甫橋付近

今年は新たに… 防災キャンプインストラクター  
養成講座開講！

今年のテーマは  
防災にも役立つ  
アウトドア

国内初！

大人気のワークマンの  
キャンプギアを試そう！  
災害への備えに！  
防災グッズとしても役立つ  
キャンプ用品を実際に試せる  
ワークショップ

「いざ」という時、自分の身は自分で守るためにキャンプ用品を普段から使い慣れておくことが大切。災害が発生したことを想定し、時系列順に「いざ」という時に持っておくと安心できるキャンプ用品をワークショップで体験しよう！

普段は、自然の中で楽しく過ごすことを想定して装備するキャンプやアウトドア用品、さらに、アウトドアでの経験と知識は、もしもの災害の時、多いに役立ちます！

普段の暮らしの中にある楽しみとして、防災の観点より自助力に繋がる備えとして、アウトドアの魅力が存分に伝わるイベントを開いたします。

1

### 災害発生直後

自分の安全を確保するアイテム

- 命を繋ぐテクニック

3

### 避難生活

温かい食事が取れるアイテム  
心と体を落ち着かせるアイテム

- 緊急時に水を確保する
- 空き缶ストーブ作り
- チェーンノコギリ
- 快適な睡眠

2

### 一時避難

避難時の移動に必要なアイテム  
体温を保つために必要なアイテム

- 簡易オムツとナップキンの作り方
- 体温を守る
- 火起こし
- ロープ
- テント設営
- 焚き火
- ナイフ
- タープ設営
- 薪割り

