

～避難生活支援講習を受講しましょう～

“ ご高齢の被災者を支えたい！ 役立つ知識や技術を身につけませんか ”

(高齢者に限らず、どなたにも役立ちます)

☆☆ どなたでも受講できます！ 町内会、自治会（公民館、集会所...）、職場、サークルなど ☆☆



◎ 講習内容

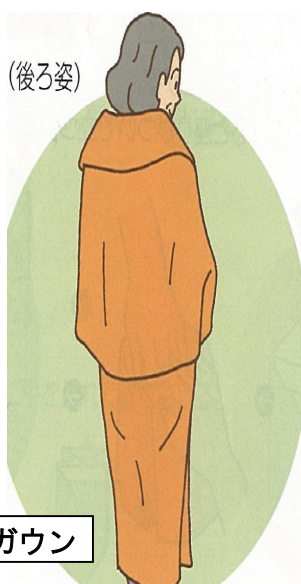
1. 災害への備え
2. 避難生活
3. 高齢者の避難生活と支援
4. 知って役立つ技術
 - ① ホットタオル
 - ② リラクゼーション
 - ③ 床からの立ち上がり
 - ④ 毛布ガウン・風呂敷リュック
 - ⑤ 新聞グッズ
5. 避難生活における支援にあたって

◎時間： 1 時間半から 2 時間位

☆☆お気軽にご相談ください☆☆



簡単な作り方の実習もできます



ガウン

毛布やタオルケットで（温かいですよ！）



風呂敷で

リュックサック作り
(安全で便利です)

※2 カ月前頃から受付けています：可能な限りお早めに

問合せ・申し込み

日本赤十字社島根県支部

TEL：0852-21-4237

FAX：0852-31-2411

救いを託されている。