



講師：災害支援ナース 本多登茂子

テーマ：災害の備え～暮らしの中で大切な事～



防災対策 3つの備え



簡易トイレは特に大事です

災害発生時に最低限必要な備蓄

食品・日用品 × 人数 × 3日分の備えを

家族の人数分

朝食 昼食 夕食

飲料水 1人1日3L

日用品(一例)



暑い中、多くの方のご参加をいただき  
ありがとうございました。  
次回は 10/6 (月) 『骨』の話です。  
地域連携支援センター 山本富美代

記：広報委員 上田裕子