

# “ 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 ”

～ 災害時高齢者生活支援講習を受講しましょう～

(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☆☆☆



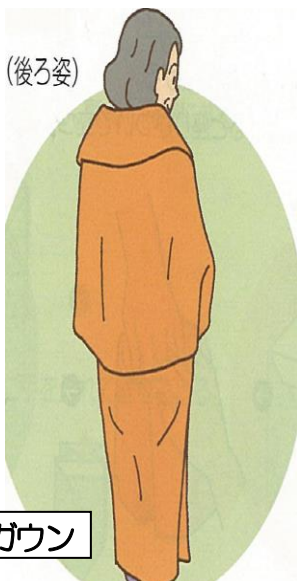
## ○ 講習内容

1. 災害について
2. 災害が高齢者に及ぼす影響
3. 接するときのこころづかい
4. 気をつけたい病気や症状
5. 知って役立つ知識・技術
  - ① 床からの起き上がり方
  - ② ホットタオル、リュックの作り方
  - ③ 毛布でガウンを
  - ④レクリエーション
  - ⑤ リラクゼーション
6. ボランティアの心得



## ○ 時間：2時間位

☆☆お気軽にご相談ください☆☆



毛布やタオルケットで (温かいですよ!)



※いつでも受付けています：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