

対面&オンライン  
ハイブリッド  
開催



しまねリハビリテーションネットワーク  
SHIMANE REHABILITATION NETWORK

# 防災 フェス

申し込み不要  
**無料**

1月25日(土) 13:00~15:00

## 防災教室

災害に備えるのは物だけじゃない  
過去の災害に学び、備えよう!!

- 災害弱者 ●災害関連死
- 生活不活発病 ●避難所体操

開会行事 13:00-13:10

開会挨拶・行政説明

第1部 13:10-14:10

日々の生活から守る! 災害に負けない  
体づくりと避難所での心得



しまねリハビリテーションネットワーク  
減災推進委員会 委員長  
理学療法士 野口瑛一 氏

第2部 14:20-14:50

リハ専門職による災害支援活動の  
これまでとこれから



島根災害リハビリテーション支援協議会  
(島根JRAT) 代表  
医師 馬庭壮吉 氏

## 企画展示

クイズの答え合わせは会場内の企画展示にて

### 防災クイズ 第1問

防災リュックに何を入れるべき?

- ①ありとあらゆるものを大量に
- ②貴重品や常備薬・水など最低限



### 防災クイズ 第2問

避難所ではどうやって寝るの?

- ①体育館の床に皆で雑魚寝
- ②避難所用の特別なベッドで寝る



## オンライン会場

ZOOMミーティング ID 841 7635 3676  
パスコード: 002766

## 対面会場

〒690-0852 松江市千鳥町70  
松江市総合福祉センター  
4階 大ホール  
駐車場無料(会場近く30台限定)

