

認知症予防カフェ in マーサ 21

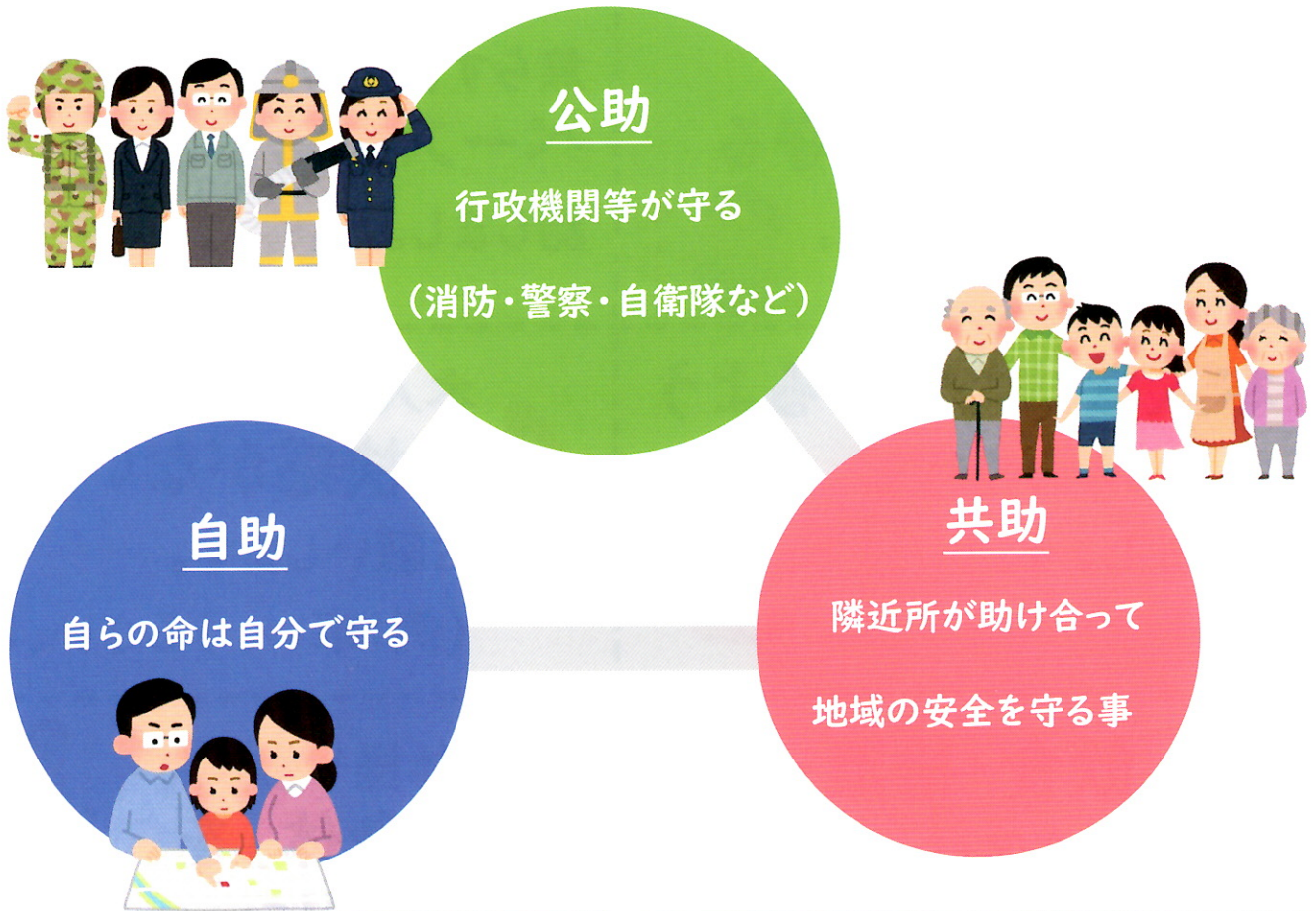


コロナ禍の中、認知症予防カフェは開催できませんが・・・

いつ起こるか分からない災害時の避難対応について考えてみましょう

毎年のように発生する、大雨、台風、地震等による被害。
東日本大震災のときには、40万人以上の方が避難生活をしました。
その中には、地域で暮らす認知症の人と家族も一緒でした。

被害を軽減するためには、
「**自助・共助・公助**」が重要であると言われています。



自助

- ・自分の身を守る知識を身につけましょう。
- ・家屋の耐震や家具固定などの災害対策をしましょう。

共助

- ・近所の要配慮者を把握しましょう。
- ・近所の危険個所を把握・改善しましょう。
- ・防災訓練に参加しましょう。
- ・災害対策について近所で話し合しましょう。



