

第2回

津島福居自主防災会 防災セミナー

テーマ

在宅避難の健康管理

甚大な被害をもたらした令和8年熊本地震から3週間、今なお多くの方々が避難所での生活、車中泊や在宅避難を続けておられ、その方々の健康維持が問題となっています。

災害時の避難生活においては、脱水や運動不足、持病の悪化など体の不調とともに不眠や不安などの心の不調にも注意が必要です。

第2回の防災セミナーでは、「在宅避難の健康管理」というテーマで、在宅避難時に心身の健康を守るための工夫について、精神科医の立場からお話をさせていただきます。多数の皆様のご参加をお待ちしています。

日時 場所

2026年9月26日 **土** 10:00—12:00
福居公会堂（岡山市北区津島福居二丁目14-19）

講師

みやふじ さとし
宮藤 智史 氏

岡山県精神科医療センター精神科勤務
津島福居自主防災会防災委員

その他

入場無料
非常食セット配布
9月24日までにお申し込みください。

申込

右のQRコードから申込ができます。



申込は
こちら

