

9月1日は
防災の日



「みんなの健康塾ちゃんねる」

フクスケ脳トレ💡

Vol.02 間違い探し編



間違いは全部で7つ！

上の絵と下の絵で違うところが7つあります。あなたは全部見つけれられるでしょうか？



フクスケ脳トレ

Vol.02 間違い探し編

答え

防災の日

9月1日



避難所の確認



防災グッズを準備



災害時に安全な場所へ避難

9月1日は
防災の日



1923年9月1日、関東大震災の発生。日本の災害史上で最大級の被害をもたらした震災を教訓に、災害への心構えを忘れないように制定されたのが防災の日です。そしてこの日を含む1週間は「防災週間」となっており、全国各地で災害を想定した防災訓練や防災イベントが行われています。防災の日は地震、台風、津波等の災害についての認識や理解を深め、災害に対処する心構えを準備するための日。自分の家にある災害備蓄品の見直ししたり、避難所までの経路を確認しておきましょう！

『みんなの健康塾ちゃんねる』では、皆様の生活に役立つ**健康・医療情報**を無料で配信しています！

みんなの健康塾
ちゃんねる



動画



専門家が教える「コロナうつ」のサインと対処法



【理学療法士監修！】
関節体操で健康なひざを手に入れよう

ブック

レシピ



【管理栄養士監修！】
夏野菜を食べよう

LINE・インスタもフォローしてね！



他にもいろいろなコンテンツがあるよ！