



JAPAN DISASTER  
REHABILITATION  
Assistance Team

# 災害時の支援

—JRATの活動をご紹介します—

JRATパンフレットはこちら⇒



## 命を守った、その先へ・・・



避難所では体を動かす機会が少なくなり、体調を崩しやすくなります。JRATは**生活不活発病**を防ぎ、元気に過ごす力を支えます。避難所内の動きに不安のある方、障害をお持ちの方、お気軽にご相談ください。

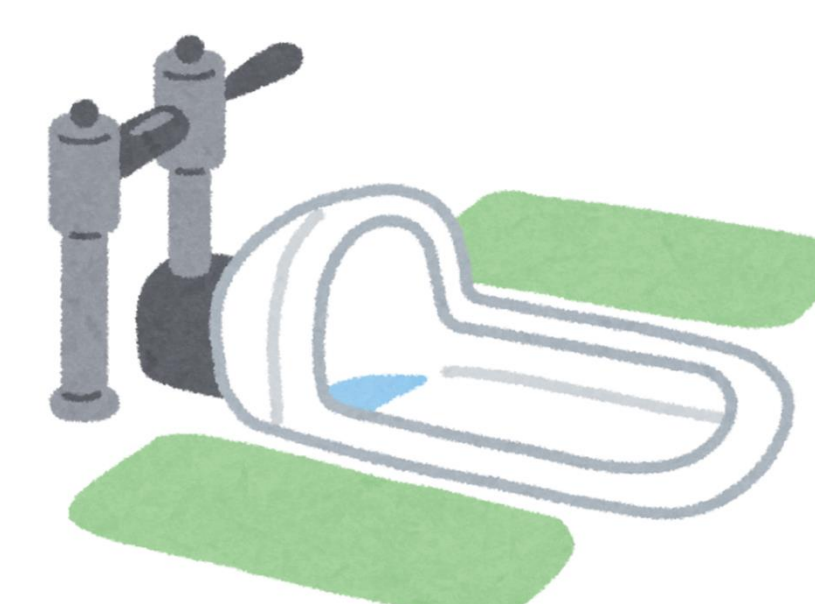
日本災害リハビリテーション支援協会(JRAT)は、東日本大震災を機に発足されたリハビリテーション専門職の医療チームです。

## 避難所生活の3つのカギ 「TKB」で元気を守ろう！



“行かない”じゃなく、  
“行ける”トイレに！

動きづらさや不安を減らす工夫で、飲水も我慢せずに過ごせます。



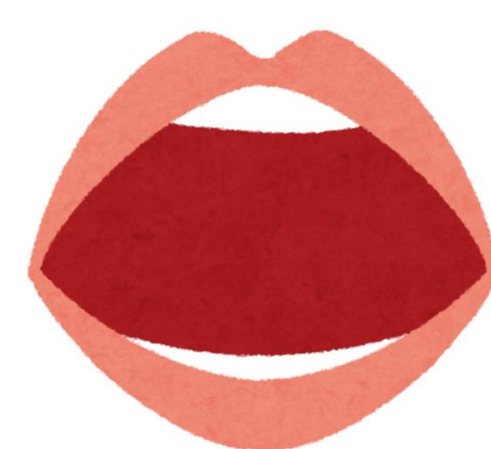
洋式化



手すり設置



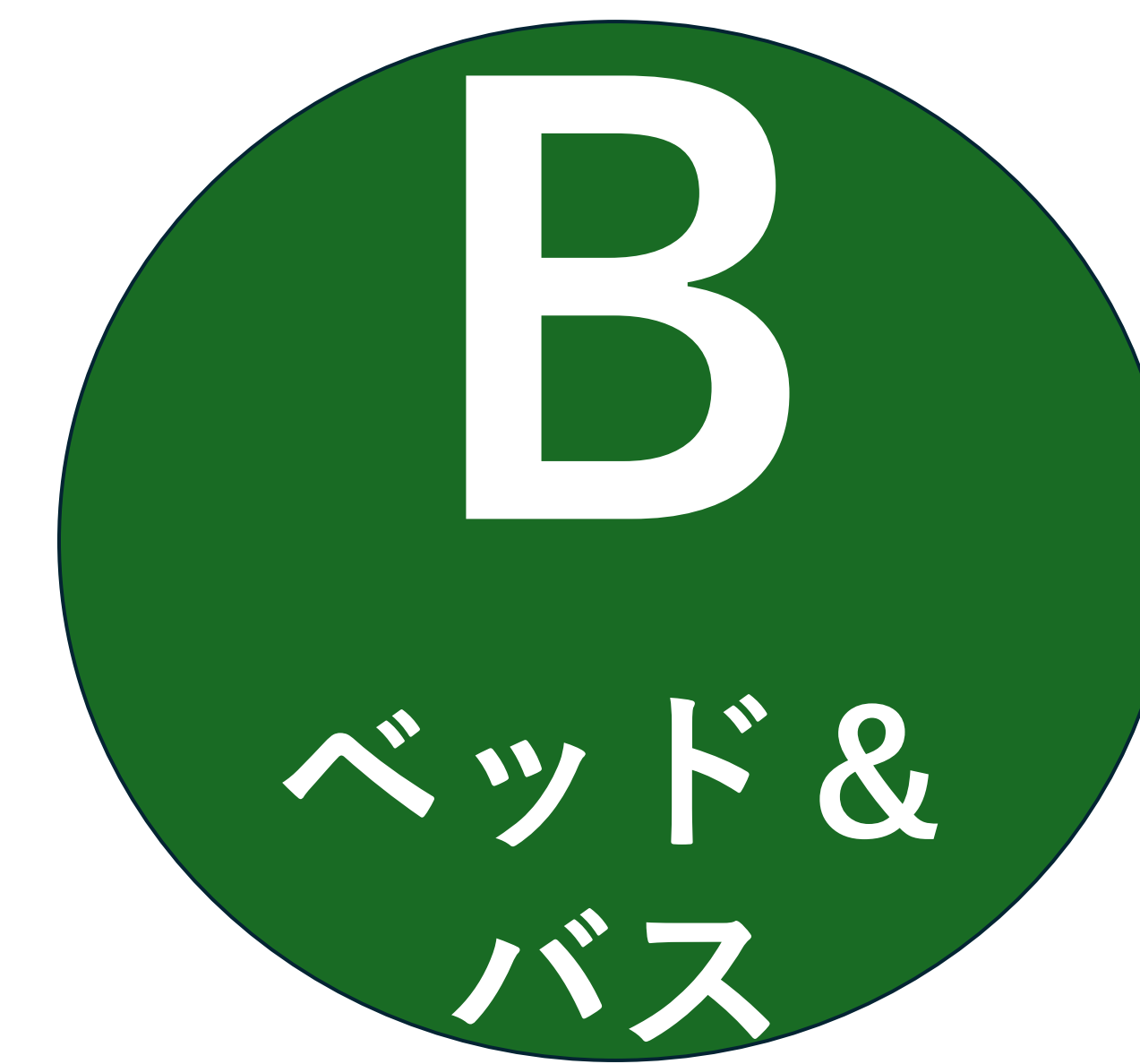
嚥下ケア食



口ケア

“食べる力”と“口の清潔”  
を守ろう！

飲み込む力に合わせた食事と口腔ケアで、感染症や誤嚥を防ぎます。

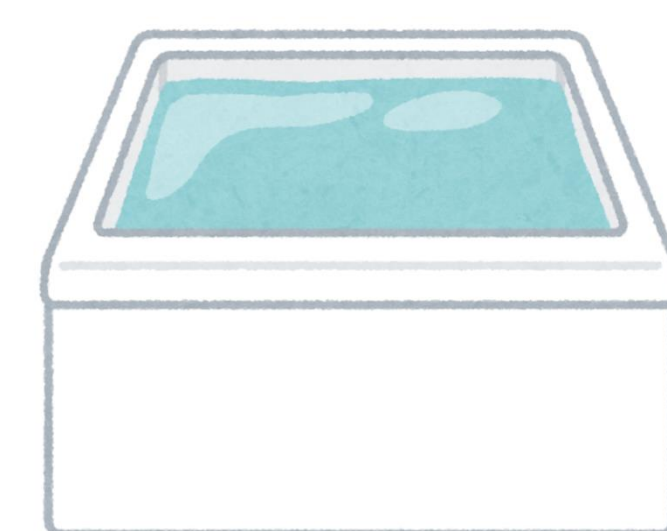


“安心して”動ける”  
空間を。

立ち上がりやすい寝床、滑らない浴室。小さな工夫で大きな安心。



ベッド導入



手すり設置