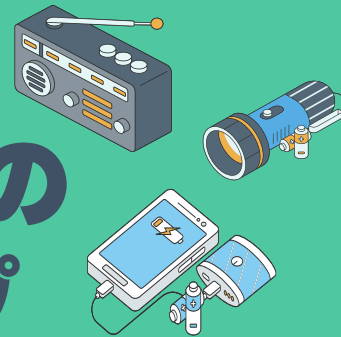


“もしも”に備えていますか？

難病患者さんのための 防災ワークショップ



難病患者さんとそのご家族のための
ワークショップです。

自身の状況や課題を整理し、今できる災害対策
を学びませんか。

2026年10月～2月 5回1コース

第1回・5回：13:30～15:00

第2回・3回・4回：13:30～14:30

※全5回を通して学べる内容ですが、欠席回があってもご参加いただけます。申込状況により、全5回を通してご参加いただける方を優先させていただく場合がございます。

会場 宇都宮市保健所 3階 大会議室
宇都宮市竹林町9 7 2 番地

対象 市内在住の
指定難病受給者やそのご家族

定員 来所20組
オンライン（ZOOM）20組
※すべての回に参加できる方優先



第1回 基礎編

10月22日（木） 13:30～15:00

災害、その時あなたは？

知っておきたい災害対策の基本

立正大学 白神准教授：災害対策の基本

保健予防課：難病患者における災害時の課題、
安否確認の方法等

第2回 リスク把握編

11月20日（金） 13:30～14:30

あなたの家は大丈夫？

リスクを知って”もしも”の時の
動きを考える

河川課・危機管理課：本市の防災対策、ハザードマップ
の見方、自宅の耐震や家具固定等

第3回 備蓄編

12月11日（金） 13:30～14:30

何を備える？命を守る準備

保健予防課：防災ポーチの紹介、必要な備蓄品の検討、
非常食展示等

第4回 電源・医療機器対策編

1月14日（木） 13:30～14:30

命をつなぐ電源の備え。

医療機器を安心して使い続けるために

栃木県医療的ケア児等支援センターくるん：

非常用電源の確保、医療機器使用者の備え

第5回 共助編

2月12日（金） 13:30～15:00

ひとりじゃない、支え合いの備え

保健福祉総務課：災害時要援護者支援制度

立正大学 白神准教授：マイタイムライン作成、いざと
いう時に必要な支援を人に伝えよう（グループワーク）

10月1日より受付開始！お申込みはお電話もしくは予約フォームから

宇都宮市保健所
保健予防課 保健対策グループ



028-626-1116

（受付：月～金 8：30～17：15）