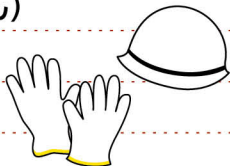


チェック欄に記入し、家の中の見えやすい場所に貼っておきましょう

非常持出品のチェック

避難する時にまず持ち出すもの。
持ち出しやすい場所に置いておく。

- 飲料水
- 非常食(乾パン・缶詰 など)
- 懐中電灯(予備の乾電池も用意)
- 携帯ラジオ・携帯電話・充電器
- 貴重品(現金・印鑑・預金通帳等のコピー)
- 免許証・健康保険証 など
- 持病の薬・常備薬・ばんそうこう
- タオル・ティッシュペーパー
- ヘルメット(防災ずきん)
- 軍手
- 衣類(上着・下着)
- ナイフ・缶切り
- 洗面用具・ビニール袋
- 生理用品 など



家庭における備蓄品のチェック

被災後、自足できるよう準備するもの。

- 水(1人あたり1日3リットル)
- 食品(缶詰・レトルト食品など)
- 卓上コンロ・カセットボンベ
- 簡易食器(割箸・紙皿・紙コップ)
- 毛布・タオルケット・寝袋
- ろうそく・ライター
- ラップ・アルミホイル
- マスク・使い捨てカイロ
- ティッシュペーパー・
トイレトペーパーなど



7日分以上



●他に必要なものを記入しましょう。

避難カード

家族で情報を確認・共有しておきましょう。

	連絡先	電話番号	連絡先	電話番号
緊急 連絡先				
家族 データ	氏名	電話(連絡先・学校)	血液型	アレルギー
				備考(常備薬など)
親戚・ 知人 連絡先	氏名	電話番号	住所	備考(家族との関係など)
集合 場所	場所	住所	備考(連絡先、避難経路など)	
避難 場所	場所	住所	備考(連絡先、避難経路など)	

災害用伝言ダイヤル(171)

！ 避難を家族に伝える方法を知っておこう

ママ、避難所についたよ。



会社の近くの安全な場所に避難してるよ。



災害用伝言ダイヤルの使い方

171 にダイヤル

▼ガイダンスが流れます▼

録音は 1 再生は 2

▼ガイダンスが流れます▼

被災地の方の電話番号を市外局番から入力



無事で良かった。ママもすぐ向かうから!

遠方の家族など

災害発生時、電話が繋がりにくい状況になった場合に声の伝言板として利用できます。

毎月1日と15日、1/1~3、1/15~21、8/30~9/5に体験利用ができます。家族や親戚、友人と一度体験してみましょう。