

こま とき み
困った時に見よう！

ぼうさい 防災カード



さくらいふちゃん

か ひ
書いた日

とき そな
いざという時に備えて
も ある
持ち歩こう

ついか ひつよう
追加が必要なときは
ダウンロードしよう



ねん 年 がつ 月 にち 日

©2024 IKARI SHODOKU CO., Ltd. JAPAN

さいがいようでんごん つか 災害用伝言ダイヤルを使おう

じぶん ろくおん ひと
自分のメッセージを録音したり、おうちの人メッセー
ジが聞けたりするよ。

1 7 1 でんわ
に電話する

ろくおん **1** お
録音 を押す
するとき

さいせい **2** お
再生 を押す
するとき

でんわばんごう お
電話番号を押す

のこ
メッセージを残す

き
メッセージを聞く

こうしゅうでんわ つか かた 公衆電話の使い方

1 じゅわき **2** い **3** ばんごう お
受話器をとる 入れる 番号を押す



テレフォン
カード

こうしゅうでんわ ばしょ
公衆電話がある場所は

じぶん 自分のこと

なまえ
●名前(ふりがな) _____

せいねんがっぴ けつえきがた
●生年月日 ●血液型 _____

じゅうしょ
●住所 _____

がっこう
●学校 _____

びょうき
●病気 _____

●アレルギー _____

くすり
●薬 _____

い
●かかりつけ医 _____

た はいりよ
●その他、配慮してほしいこと

かぞく しん れんらくさき 家族や親せきの連絡先

つづきから なまえ れんらくさき
続柄 名前(ふりがな) 連絡先

() _____ _____

() _____ _____

() _____ _____

() _____ _____

とお しん ゆうじん れんらくさき か れんらく
遠くにいる親せきや友人などの連絡先を書いて、連絡の
ちゅうけいてん
中継点になってもらおう！

ひさいち かぞく
被災地にいる家族がそれ
ちゅうけいてん れんらく
ぞれ、中継点に連絡する
こと、お互いの状況が
たが じょうきよう
かくにん
確認できるよ。



い ばしょ
●よく行く場所 _____

い ばしょ れんらくさき
●よく行く場所の連絡先 _____

かぞく しゅうごうばしよ ひなんばしよ
家族の集合場所・避難場所

ひと はな あ ひなんばしよ き
 おうちの人と話し合っ**て**避難場所を決めよう！

- じしん 地震の時 _____
- つなみ 津波の時 _____
- おおあめ たいふう 大雨・台風の時 _____
- () _____
- () _____
- () _____

てがみ のこ
メモや手紙を残そう

はな とし てがみ のこ い
 おうちを離れる時は、メモや手紙を残しておく**と**、行き
 ちが ぼうし
 違い防止になるよ。

がつ にち ○月△日 じ □時
ひなん
 ○○に避難するね □□より



しゅうごうばしよ ひなんばしよ ちず
集合場所・避難場所までの地図

がっこう かえ みち か ちず
 ①学校からおうちまでの**帰**り道を書いたり、地図をはつ
 たりしよう。

しゅうごうばしよ ひなんばしよ ちず か
 ②集合場所・避難場所を地図に書こう。

ひと いっしょ ある しゅうごうばしよ ひなんばしよ
 ③おうちの人と一緒に歩いて、集合場所・避難場所までの
 い かた か
 行き方を書こう。

ひじょうよう も だ ぶくろ
非常用持ち出し袋

ひじょうようも だ ぶくろ ひなん とし ひつよう い
 「非常用持ち出し袋」とは避難する時に必要なものを入
 り ぶくろ 袋のこと。何を**入**れたらよいか、おうちの人と話し
 あ つか かた ぶくろ お ばしよ 合**っ**て、使い方や袋の置き場所を確認しよう！

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> <small>のみず た</small> 飲み水・食べもの | <input type="checkbox"/> ヘルメット・ホイッスル |
| <input type="checkbox"/> <small>けいたい かんい</small> 携帯トイレ（簡易トイレ） | <input type="checkbox"/> <small>きゅうきゅう</small> 救急セット |
| <input type="checkbox"/> トイレットペーパー | <input type="checkbox"/> <small>けいたい でんち</small> 携帯ラジオ・電池 |
| <input type="checkbox"/> ウェットティッシュ | <input type="checkbox"/> <small>かいちゅうでんとう でんち</small> 懐中電灯・電池 |
| <input type="checkbox"/> <small>しやうどくざい</small> アルコール消毒剤 | <input type="checkbox"/> <small>かね</small> お金 |
| <input type="checkbox"/> <small>たいおんけい</small> マスク・体温計 | <input type="checkbox"/> <small>ちやう ひつきようぐ</small> メモ帳・筆記用具 |
| <input type="checkbox"/> <small>は</small> 歯ブラシ・タオル | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> <small>ぶくろ</small> ビニール袋 | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> <small>ふく したぎ くつした</small> 服・下着・靴下 | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> スリッパ（上履き） | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> アルミブランケット | <input type="checkbox"/> |



ぶくろ お ばしよ
 袋の置き場所

こま とし たよ おとな
困った時に頼る大人

ひとり とし だれ たよ き
 一人**で**いる時に、誰を頼るか決めておこう！

- うち おうちにいる時
- そと 外にいる時
- なら 習い事の時
- ()

メッセージ

ひと か ひとり ふ
 おうちの人にメッセージを書いてもら**っ**てね。一人**で**不
 あん とき よ ゆうき
 安な時に読んで、勇気をもら**お**う！

_____ へ

_____ より