～ いつもそばに　もしもの時も ～

# 防災おまもりカード

**まずは自分の身を守る**

⬇

**周囲の状況を確認する**

⬇

**安否連絡**

年　　組　　番

**名前**

切る ———— 山折り -·-·-·-·- 谷折り ----------

①

## 私の避難場所

避難場所、集合場所、待ち合わせ時間を詳しく決めておこう。

| |
|---|
| 避難場所・集合場所<br>(例：○○小学校南門の前) |
| 待ち合わせ時間<br>(例:午前９時と午後５時に 10 分間待つ) |

②

## 緊急連絡先

| |
|---|
| ☎ |
| 名前 |
| ☎ |
| 名前 |
| ☎ |
| 名前 |
| ☎ |
| 名前 |

比較的つながりやすい遠隔地の親類や知人宅を中継地として家族で共有しよう。

| |
|---|
| ☎ |
| 名前 |

③

## 災害用伝言ダイヤル

災害時にメッセを録音したり聞いたりできる。事前に決めた番号を記入しておこう。

**1 7 1** をダイヤルする。

↓ガイダンスが流れます。

録音の場合 **1** 暗証番号を利用 **3** 用する録音は

再生の場合 **2** 暗証番号を利用 **4** 用する録音は

↓ガイダンスが流れます。

**0** ー　　ー

ブッシュ回線の場合は **1**

ダイヤル回線の場合はダイヤル不要

↓ガイダンスが流れます。

伝言の録音をする。（30 秒以内）

伝言の録音内容を確認する。

④

## Web171 災害用伝言板

災害発生時に家族、知人などの安否を確認するインターネット上の伝言板。

■登録

①「Web171」へアクセス

https://www.web171.jp/

②利用者登録

③伝言の登録

伝言登録する電話番号を入力（ハイフンなし）

**0**

伝言登録

■確認

①「Web171」へアクセス

https://www.web171.jp/

②伝言の確認

確認したい電話番号を入力（ハイフンなし）

**0**

伝言を確認

⑤

## メッセージ・メモ

自分に向けてのメッセージ、家族や大切な人からのメッセージ、家族や大切な人へのメッセージ、その他自分に必要なメモ　など

⑥

## 私の７つ道具

防災おまもりポーチに入れる、自分にとって必要なアイテムを考えよう。

- □ マスク
- □ ライト、懐中電灯
- □ 応急手当用品、薬（常用薬・常備薬）
- □ アメやチョコなどちょっとした食べ物
- □ ポリ袋
- □ ハンカチ（大きめのものがよい）
- □ ティッシュ、ウエットティッシュ
- □ 汗ふきシート
- □ 使い捨てカイロや冷感タオル
- □ ふえ・防犯ブザーなど音の出るもの
- □ ゴム手袋
- □ 筆記用具・メモ帳
- □ モバイルバッテリー
- □ 現金（10 円玉、100 円玉）
- □ 家族や大切な人の写真
- □ 防災おまもりカード
- □ その他

※チャック付きポリ袋などに入れておくと防水にもなります。

⑦

## 地震が起きた時

- ●揺れている間はとにかく自分の身を守ることを第一に考える。
- ●机やテーブルの下に入る。
- ●転倒しないよう姿勢を低くする。
- ●衣類・持ち物などで頭を覆い、落下物から身を守る。（カバンなどを頭から 5cm ほど浮かせて持てば衝撃を和らげられる）
- ●ブロック塀、門扉等には近寄らない。自動販売機の転倒にも注意する。
- ●電線、信号機、室外機など頭上のものに気を付ける。
- ●看板や割れたガラスの落下に注意。
- ●施設内では柱につかまる。
- ●周囲の状況（余震、建物被害、火災の有無、津波の有無等）を観察する。
- ●揺れが収まったら、窓やドアを開けて非常脱出口を確認する。
- ●あわてて外に飛び出さない。
- ●落ち着いて火の始末する。

⑧