

わが家の防災メモ

わが家の避難所

避難所

家族の連絡先

いざという時に備えて、家族の名前や連絡先などを書き込んでおきましょう。

家族の名前	生年月日	血液型	既往症	会社・学校または携帯電話番号
	年 月 日	型 Rh(+・-)		
	年 月 日	型 Rh(+・-)		
	年 月 日	型 Rh(+・-)		
	年 月 日	型 Rh(+・-)		
	年 月 日	型 Rh(+・-)		

非常持出し品・チェックリスト

万一の際に備えて、家庭では次のようなものを準備し、定期的にチェックをしておきましょう。

非常持出し品(例)

防災ラジオ・携帯ラジオ



- 防災ラジオ・携帯ラジオ
 - 電池(多めに用意)
- ※防災ラジオは、日ごろから充電しておいてください。

救急医療品



- 常備薬
- 傷薬
- 風邪薬
- 鎮痛剤
- 絆創膏
- 包帯
- 胃腸薬

貴重品



- 現金
- 印鑑
- 健康保険証
- 預貯金通帳
- 免許証
- 権利証書

懐中電灯



- 懐中電灯(LED)
- ※できれば一人にひとつ
- 電池(多めに用意)

非常食品



- カンパン
 - 非常用食品
 - ミネラルウォーター
 - 缶切り
 - 紙皿
 - 缶詰
 - 水筒
 - 栓抜き
 - 紙コップ
- ※火を通さずに食べられるもの、洗わずに済む食器など

その他



- 衣類(下着・上着など)
- 生理用品
- 粉ミルク
- ヘルメット
- ラップフィルム(止血や食器にかぶせて使う)
- スマートフォン・携帯電話の充電器
- 地図・本ハザードマップ
- タオル
- ウェットティッシュ
- 紙おむつ
- 離乳食
- カップ
- ライター

非常用備蓄品(例)

飲料水



- 飲料水としてペットボトルや缶入りのミネラルウォーター(一人1日3リットルを目安に)
- 貯水した防災タンクなど

非常食品



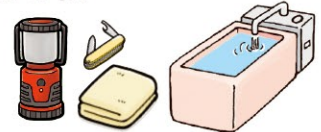
- お米(缶詰・レトルト・アルファ米も便利)
- 缶詰・レトルト食品
- 梅干し・調味料など
- ドライフーズ・チョコレート・アメ(菓子類など)

燃料



- 卓上コンロ
- ガスボンベ
- 固形燃料

その他



- 生活用水(風呂・洗濯機などに貯水)
- 毛布・寝袋・洗面用具・ドライシャンプーなど
- 調理器具(なべ・やかんなど)
- バケツ・各種アウトドア用品など

災害用伝言サービス

災害用伝言ダイヤル [171]

大規模な災害が発生し、安否確認等の電話により一般電話回線が混雑し、電話がかかりにくくなった場合でも、伝言の録音・再生により被災地内の家族や親戚・知人等と連絡を可能にするNTTボイスメールサービスです。「171」にダイヤルし、音声ガイダンスに従い伝言の録音や再生を行います。なお、災害用伝言ダイヤルの提供開始はNTTが決定し、テレビやラジオでお知らせします。

録音 171 → 1 → 0166 - [] [] [] [] [] [] → **伝言の録音**

再生 171 → 2 → 0166 - [] [] [] [] [] [] → **伝言の再生**

案内放送が流れます
(案内放送に従ってお進みください)

市外局番 (東神楽町) 被災地の方の自宅などの電話番号

※詳しい内容はNTTのホームページで確認してください。

ホームページ

<https://www.ntt-east.co.jp/saigai/>

※携帯電話の災害用伝言サービスは、各携帯電話会社のホームページで確認しておきましょう。