

御守りカード

見つけてくださって
ありがとうございます
自宅に動物がいます
保護をお願いします

① 身の安全

モノが落ちてこない場所へ

② 火の始末

揺れが収まったら火元の確認
初期消火

③ 出口確保

ドアや窓をあける

④ 情報収集

焦らず正確な情報を

⑤ 帰宅判断

⑥ 避難



建物の下敷きになってる人を見つけたら
丸太や車のジャッキなどを使って救出しましょう。

火が天井に届くと
初期消火の限界。

とどまることも勇気

わたしの情報

自宅	☎
住所	
職場	☎
血液型 ()	持病
服用薬	
かかりつけ医	☎

外出時

あわてて移動をしない
夜間、長時間の移動をしない (1日10kmは限界)
正確な情報をもとに行動

災害時徒歩帰宅者支援ステーション

ガソリンスタンド
コンビニ

自宅と職場の間の経路で確認



車はエンジンを切って、カギはかけたままで移動

緊急連絡先

名前	電話番号

一次集合場所

住民防災組織の情報拠点

避難場所

地域内では身の安全が確保できないときに避難

避難所

自宅に戻れないときの一時的な生活の場所

動物の情報

名前	種類	毛色	性格・特徴

情報収集

複数の信頼できる情報源をもと

Twitter
 内閣府防災@CAO_BOUSAI
 気象庁防災情報@JMA_bousai
 NHK生活・防災 (@nhk_seikatsu)
 国土交通省 (@MLIT_JAPAN)
 総務省消防庁 (@FDMA_JAPAN)

防災行政無線
0120-280-131

ラジオ
 ・臨時災害放送 (FM)
 ・コミュニティ放送 (FM)
 ・NHKラジオ (FM・AM)

地域の自治体
 ・避難マニュアル
 ・避難所マップ
 ・ハザードマップ

かかりつけ動物病院

名前	☎
住所	
持病・投薬・アレルギーなどのメモ	

災害用伝言ダイヤル

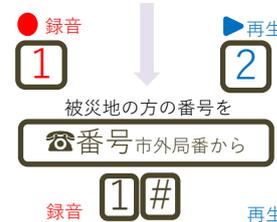
公衆電話から
無料でかけられます

171

ガイダンスを聞いて

災害用伝言掲示板

web 171



スマホで登録した伝言を
伝言ダイヤルで聞くこともできる

各携帯電話会社の伝言掲示板とも連動
している