

## わが家の防災メモ

## 🏠 避難所

名称	住所	電話番号
避難所		( )
代替避難所		( )
家族の集合場所		( )
		( )
		( )

## 👨👩👦 家族の連絡先

氏名	勤務先・学校	住所	電話番号	その地域の避難所
			( )	
			( )	
			( )	
			( )	
			( )	

## 👨👩👦 非常時の連絡先（親戚・友人など）

氏名	住所	電話番号	家族との関係
		( )	
		( )	
		( )	
		( )	

## 非常持出品

- **貴重品** 身分証明書 健康保険証 印鑑 通帳 現金（小銭を含む）
- **医薬品類** 常備薬 おくすり手帳 ● **袋類** ゴミ袋、レジ袋 チャック付きビニール袋
- **小物道具類** 懐中電灯 ラジオ 電池 携帯電話、充電器 ● **水・食料など** 飲料水 非常食
- **その他** ティッシュ ウェットティッシュ マスク タオル 軍手 雨具、防寒着 スリッパ  
レジャーシート 下着・上着などの着替え 筆記用具 生理用品

※食料・飲料・生活必需品などの非常用備蓄品は最低3日分、できれば7日分の備蓄をしましょう。

できれば  
家族の  
7日分の  
備えを!

## 防災メモ 自宅の状況をハザードマップで確認しましょう。

- 自宅が「浸水が想定されている区域」にある…… はい いいえ  
(P.29の洪水時の避難判断チャートのチェック結果を記載しましょう)

「はい」の場合は、「浸水深」「浸水継続時間」を確認しましょう

浸水深  m 浸水継続時間  時間

- 自宅が「はん濫流の恐れがある区域」にある…… はい いいえ
- 自宅が「河岸侵食の恐れがある区域」にある…… はい いいえ
- 自宅が「土砂災害の恐れがある区域」にある…… はい いいえ  
(P.5からP.28で確認しましょう)

自宅から避難する時の情報  
(P.5からP.28で確認しましょう)

- あなたの最寄りの避難所は

です。

- 避難所への移動にかかる  
時間は  分です。

