

大切な人の連絡先

名前 _____ メール _____ 携帯番号 _____

名前 _____ メール _____ 携帯番号 _____

名前 _____ メール _____ 携帯番号 _____

名前 _____ メール _____ 携帯番号 _____

非常用持出品チェックリスト

準備ができたらチェックを入れよう！

品目	品目	品目
飲料水500ml (6本)	ポリ袋 (10枚)	現金 (小銭)
入りの乾パン (2個)	機中電灯 (2個)	布製カトラリー (1個)
ライター (2個)	携帯ラジオ (1個)	十徳ナイフ (1個)
手袋 (2組)	車手・手袋 (2組)	生用品
救急袋 (1枚)	ロープ5m以上 (1本)	シヤースーツ (1枚)
※印のものを入れておく	※毛抜き (1本)	※消毒液 (1本)
※脱脂綿 (適当量)	※滅菌ガーゼ (2枚)	簡易トイレ (2枚以上)
タオル (4枚以上)	※絆創膏 (10枚以上)	トイレットペーパー
※三角巾 (2枚)	(1ロール)	ウエットティッシュ
※マスク (2枚)	(2個)	※常備薬・持病薬など

出典：大阪市危機管理課、市民防災マニュアルP.20

防災気象情報と私の避難計画

1 避難する・何を準備
2 避難場所を再確認
3 避難場所を再確認
4 避難場所を再確認

1 避難する・何を準備
2 避難場所を再確認
3 避難場所を再確認
4 避難場所を再確認

1 避難する・何を準備
2 避難場所を再確認
3 避難場所を再確認
4 避難場所を再確認

1 避難する・何を準備
2 避難場所を再確認
3 避難場所を再確認
4 避難場所を再確認

災害用伝言ダイヤルの登録番号

1 災害用伝言ダイヤルの使い方
2 発信
3 再生
4 再再生

1 災害用伝言ダイヤルの使い方
2 発信
3 再生
4 再再生

1 災害用伝言ダイヤルの使い方
2 発信
3 再生
4 再再生

1 災害用伝言ダイヤルの使い方
2 発信
3 再生
4 再再生

避難場所・避難所

■ 地震（津波なし）
家族が集まる一時避難場所

家族が集まる避難所

■ 地震（津波あり）
津波避難ビル

家族が集まる避難所

■ 河川氾濫
家族が集まる避難所

◆ 連絡方法

避難後には家族や大切な人に無事避難したことを伝えよう

この用紙が欲しい時はこちらからダウンロードしてください→

大阪市立大学ウェブサイト

いつも携帯！防災ブック

私の連絡先・メモ

記入日 _____ 年 _____ 月 _____ 日

名前 _____

住所 _____

携帯番号 _____

メール _____

血液型 _____ 型

メモ _____

作成：大阪市立大学生生活科学部生田研究室

地震直後の行動

1 緊急地震速報が流れたら...!
2 その場で身を守る行動をとる
3 周囲に危険がないか確認する
4 情報を集める
5 無事です
6 自宅へ？ 避難所へ？

1 緊急地震速報が流れたら...!
2 その場で身を守る行動をとる
3 周囲に危険がないか確認する
4 情報を集める
5 無事です
6 自宅へ？ 避難所へ？

1 緊急地震速報が流れたら...!
2 その場で身を守る行動をとる
3 周囲に危険がないか確認する
4 情報を集める
5 無事です
6 自宅へ？ 避難所へ？

1 緊急地震速報が流れたら...!
2 その場で身を守る行動をとる
3 周囲に危険がないか確認する
4 情報を集める
5 無事です
6 自宅へ？ 避難所へ？

情報を集める

平時より使い慣れておこう！

■ おおさか防災ネット
台風・地震・津波などの災害発生時に、まずご覧ください。気象注警報・被害・避難情報ライブラインなど幅広い防災情報を掲載しています。

■ 大阪市防災アプリ※
浸水想定図、避難場所、避難ビルなどの情報ははじめ、災害状況や避難時の注意点、避難するかどうかの判断に役立つ情報などが入手できます。

※アプリは無料でダウンロードできます。

出典：大阪市ウェブサイト、防災ポータルサイト（私たちの防災）
<https://www.city.osaka.lg.jp/kikikanrishitsu/page/0000104403.html#10>