

家族の情報を書こう

もしも、災害時に家族とはぐれてしまったら…スマホが使えない状況下や小さなお子さんも情報が書き留めてあるだけでも家族と連絡がとれる手助けとなります。

家の住所

名前	生年月日	血液型	連絡先・学校・勤務先/アレルギー・持病など

遠方にいる親族の連絡先

被災地内では連絡が取りにくい場合も、被災地外に住む親せきや友人とは連絡がとれる場合があります。そんな時には、とりあえず自分の安否や居場所を伝言しておくこともできます。

名前	連絡先

発行:本巣市ホープ防災リーダーズ(本巣市教育委員会社会教育課) 令和8年3月

家族の共通電話番号 ()

家族でどの電話番号にメッセージを残すか話し合っておくといいです

メッセージを聞く

メッセージをのこす

電話番号をおす

録音するときに 1 をおす

聞くときに 2 をおす

1 1 1 に電話する

災害用伝言ダイヤルは、地震などの大規模災害時に、電話回線が混雑してつながりにくい状況になった時に利用できます。自分のメッセージを録音したり、家族のメッセージを聞くことができます。

災害用伝言ダイヤルをおおう

もしも、に備えよう!

家族の防災カード

このカードは、本巣市で防災活動を行う中高生の防災リーダーたちが、災害時に備えて各家庭で話し合っておいてほしい内容をまとめたものです。家族で非常時について話し合い、記録しておくこと、また一人暮らしの人も緊急連絡先の人や近所の人と確認しておくことを勧めています。ぜひご利用ください。

このカードを防災リュックの中に入れておこう

避難ルートに危険はない?



遠方の家族とも情報を共有しよう

カードの追加ダウンロードはこちらから



家 防災カード

記入した日 年 月 日



ホープ防災リーダーズの活動情報発信中



ホープ防災リーダーズの活動情報発信中

仲間と共に成長して!

自行動し



地域の皆さんと防災について考えたい!

地域の行事などにぜひお呼びください!

02 伝える

東北研修では、東日本大震災遺構の見学や東北の人々との関わりから「命の尊さ」「防災の大切さ」を学びました。大切な人の命を守るためには備えが必要ということを心に刻みました。この経験を本巣市の防災啓発活動に活かしたい。伝えることを大切に活動をしています。

01 学ぶ

この地で起きた濃尾震災130年を機に、本巣市教育委員会のもと発足した中高生防災リーダーの仲間です。防災士中高生を中心に防災について学び、経験したことを地域に発信し、地域の防災力向上のため様々な啓発活動を行っています。

ホープ防災リーダーズ

わたしたちは、

ぼうさい かぞくかいぎ 防災家族会議

をして書き留めよう

ざいたくひなん 在宅避難?
しんたく いれないうちの状況の時は?

しやうたいばんしよ 指定避難所はどこ?

家族の集合場所を決めよう

●地震の時

[]

●大雨・台風の時

[]

●メモ

[]

※ハザードマップで危険区域の確認を!! ハザードマップの情報は本業市HPから

ばしよ いどう とき てがみ のこ 場所を移動する時はメモや手紙を残そう



げんかんのうへ 玄関先やテーブルの上など
よく目につく場所に置いておこう

〇月〇日 〇時〇分
△△△に避難します。
□□□□といっしょにいます。
◇◇◇より

ざいたくひなん ひなんじよ しんぞくたくひなん 在宅避難? 避難所? 親族宅避難?

災害時、自宅で安全確保ができないと判断した場合、自宅以外のところへ避難することになります。過去には避難所に人が押し寄せ避難所があふれてしまったこともあり必ずしも避難所に入れるとも限りません。事前に災害時のことを親族や友人と相談し避難先の選択肢を増やしておくのも大切です。



もちだし用防災リュックの中身をチェック

- 飲料水
- 非常食
- ヘルメット
- LED ヘッドライト・ランタン
- 簡易トイレ
- 手袋・軍手/スリッパ・運動靴
- 携帯ラジオ+イヤホン
- モバイルバッテリー
- 洗面用品・歯ブラシ・口腔ケア用品
- マスク・常備薬
- タオル・ウェットティッシュ
- ポリ袋・食品用ラップ
- 身分証明書(マイナンバーカードのコピーなど)
- 筆記用具・マジック・メモ帳
- カイロ・保温アルミシート

水害の場合、避難している間に服や靴はびしょ濡れになります。タオルや体を温める物を持っていかないと体が冷え切り体調をくずす恐れがあります。足元は必ず底が厚めの運動靴で避難してください。長靴は中に水が入り重たくなる可能性があります。



他にも、個人によって持ち出す物は違います。自分には何が必要か考えてみてください。例えば...
メガネ・コンタクトレンズ
着替え
通帳・証書類のコピー
印鑑
(女性なら)生理用品
(要介護者なら)介護用品・入れ歯・補聴器
(乳幼児なら)粉ミルク・紙おむつ・抱っこひも
ブランケット・おもちゃ・母子手帳 など

なんかい じしん ねんいなく はっせい かくりつ 南海トラフ地震が30年以内に発生する確率は 80%程度!!

南海トラフ地震はマグニチュード8から9クラスの地震が西日本全域に及ぶ超広域災害になると言われています。その他にも日本には約2,000もの活断層があります。いつ、どこで、大きな地震が起きてもおかしくない状況です。命を守るためにぜひ家族で防災に取り組んでください。

ほんとう ひつよう びちくひん 本当に必要な備蓄品をそろえておく

<p>いんりょうすい 飲料水 <input type="checkbox"/></p> <p>1日1人あたり3リットルを目安に3日分用意!! 飲むだけでなく洗ったり清潔を保つためにも必要です。</p>	<p>ひじょうしょく 非常食 <input type="checkbox"/></p> <p>アルファ米、乾麺、乾パンなど3日分用意!! 台所まわりや冷蔵庫の中身がなくなったら非常食の出番です。電気やガス・水道などのライフラインが止まった状態を想定して用意しておくといいです。</p>	<p>けいたい 携帯トイレ <input type="checkbox"/></p> <p>1人あたり1日5回。人数分を最低3日分は用意!! (できれば1週間分) 電気・水道が止まってしまった場合は、トイレも使えません。携帯トイレを多めに備えておくことが本当に大切です。</p>
<p>カセットコンボンベ <input type="checkbox"/></p> <p>災害時でも調理して温かい物を食べたり飲んだりできます。</p>	<p>ラップ <input type="checkbox"/></p> <p>断水時には食器を洗うことができません。そんな時に役に立つのがラップです。ラップを敷いて食器を使えば洗えなくても衛生的です。 紙コップなどを多めに用意しておいてもいいですね。</p>	<p>ランタン <input type="checkbox"/></p> <p>照明器具は懐中電灯だけでなく周囲を照らせるランタンを備えておくとう便利です。ロウソクは火事の危険性があるのでおすすめできません。</p>

さいがい そな ぼうさいじょうほう 災害に備えるための防災情報



「ハザードマップ」「避難所一覧」

本業市のホームページでは、ハザードマップを始めとする防災に関する情報を発信しています。自分の家が危険区域内にないか災害時の行動について家族で確かめてみてください。



さいがいはっせい かくしゅじょうほう 災害発生時の各種情報

- 「防災行政無線」**
緊急情報をいち早く届けます。情報の発信方法は3つあります。
◆屋外スピーカー
◆個別受信機(申請すれば市から各家庭に無償で貸し出しできます)
◆もとメール

必要とする情報をスマートフォンや携帯電話で、アプリやLINE、メールで配信するサービス「もとメール」を提供しています。利用料は無料で、どなたでも登録することができます。(通信費用は登録者負担となります。)ぜひ、「防災」カテゴリのご登録をお願いします。
- 「緊急速報メール」**
本業市域内の携帯電話へメールを配信する仕組みです。受信するための事前申し込みは必要ありません。NTTドコモ、ソフトバンクモバイル、KDDIが提供する緊急速報メールです。
- テレビやラジオによる「緊急地震速報」**
地震発生直後に気象庁から自動でテレビやラジオに速報が配信される情報システムです。
- 「キキクル」**
気象庁のウェブサイトまたはアプリから「危険度分布」が確認できるサービスです。「土砂」「浸水」「洪水」の各地域の警戒レベルごとにタイムリーに色分けされており避難行動の目安になります。

