

わが家の防災メモ

家族の連絡先

名前	生年月日	連絡先	電話番号	血液型	既往症

わが家の避難場所

わが家の避難場所			
----------	--	--	--

緊急連絡先

区分	氏名	電話番号	メモ
親戚・知人など			
自治会長			
消防団			

避難時携行品チェックリスト

非常持ち出し品	チェック欄	緊急生活用品	チェック欄
懐中電灯(電池)、携帯電話・充電器など		キャンプ用ナベセット	
ロウソク、マッチ、ライター		下着、靴下、身軽な服、運動靴	
携帯ラジオ(電池)		ヘルメット(防災ずきん)	
飲料水運搬用ビニールバケツ		毛布、寝袋、バスタオル	
缶入りカンパン、缶入り飲料水など		石けん、シャンプー	
固形燃料、携帯コンロなど		トイレットペーパー	
食器セット		簡易トイレ	
缶切り、栓抜き、ナイフ		防塵マスク	
軍手、タオル		紙おむつ、おもちゃ	
ビニール袋(大・中・小)		ほ乳瓶、粉ミルク、離乳食	
常備薬、応急セット、ティッシュ		生理用品	
ロープ、レジャーシート		メモ	
印鑑、預金通帳、権利証書など			
健康保険証・運転免許証など			
住所録、現金(小銭も)			