

個人的

あると安心するものや、こだわりのあるものなど、  
生活の中でないと困るものを記入して、準備しましょう！



<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



ぼうさい  
防災バッグの置き場所は  
( ) です

支援者と一緒に考えるときの参考に…

●手袋 ●ヘルメット ●ラジオ ●時計 ●懐中電灯  
●ホッカイロ ●利用している福祉用品、機器等

●地震が起きたら…

★自身の身を守りましょう

助けを求める人に連絡しましょう→指示に従って行動

わたしの動き

●大雨、台風が起きたら…

助けを求める人に連絡しましょう→指示に従って行動

わたしの動き

ひなん  
避難するときは  
ぼうさい  
防災バッグを持ち  
かなら  
必ず靴を  
は  
履きましょう



## 障がいのある方に向けた

わたしの 防災  
ハンドブック



名前 (ふりがな)

【災害が起きた時に逃げるところ】※大雨・台風の時は外出を避けましょう

家にいる時に地震・津波が起きた時  
( ) に逃げる

家にいる時に大雨・台風が起きた時  
( ) に逃げる

( ) にいる時に  
地震・津波が起きた時  
( ) に逃げる

( ) にいる時に  
地震・津波が起きた時  
( ) に逃げる

【災害が起きた時に助けを求める人の名前・連絡先】

① 名前 なまえ 関係( ) かんけい 電話番号 でんわばんごう

② 名前 なまえ 関係( ) かんけい 電話番号 でんわばんごう

③ 名前 なまえ 関係( ) かんけい 電話番号 でんわばんごう

# ★避難先で受付をするとき、受付の人に見せましょう



## 知つていてほしいこと

(例)騒がしい場所や人の視線が苦手で、パニックになる等



## やってほしいこと、配慮してほしいこと

(例)大人数の部屋ではないところや、防災テントを使用したい等



通つている施設は  
( 福祉用具の )  
使用しています



## ◎地震や大雨、台風の当日に防災バッグに入れるもの

ひつよう まる  
必要なものに○をする



## ◎災害が起きる前に防災バッグに入れておくもの

★準備したものは、□にチェックしてね！

たす もと ひと いっしょ さくせい じゅんび  
助けを求める人などと一緒に、このパンフレットの作成や準備をしましょう



<input type="checkbox"/> こぜに (さいふなどにいれる) 500 えんだま 枚	<input type="checkbox"/> マイナンバーカードの コピー ※なくさないように	<input type="checkbox"/> おくすり手帳 のコピー	<input type="checkbox"/> ひつよう まる 必要なものに○をする ヘルプマーク・カード
<input type="checkbox"/> 100 えんだま 枚	<input type="checkbox"/> 10 えんだま 枚	<input type="checkbox"/> タオル、ボディシート 除菌ティッシュ	<input type="checkbox"/> ひつよう まる 必要なものに○をする ドライシャンプー、 コップ、歯磨きセット
<input type="checkbox"/> ごろものが 衣替えするときに 入れ替えましょう 服・下着・くつ下 ( 日分 )	<input type="checkbox"/> ビニール袋	<input type="checkbox"/> 水 みず ミリリットル 本	<input type="checkbox"/> こまめに じゅうでん 充電しま しょう 充電器、 モバイルバッテリー 高温の場所に放置しない
<input type="checkbox"/> 非常用 トイレ 携帯トイレ	<input type="checkbox"/> アルミシート ( 寒さを防ぎます )	<input type="checkbox"/> ティッシュ、 トイレットペーパー	<input type="checkbox"/> きげんなが 期限長めのものを いれて期限が切れる 前に食べ入れましょう ごはん ラーメン カンパン の 食べ物
<input type="checkbox"/> カッパ	<input type="checkbox"/> 箫(助けを呼ぶため)	<input type="checkbox"/> 消毒 ばんそうこう ショウドク 絆創膏、消毒など	<input type="checkbox"/> マスク

★防災バッグの準備をする前に危険を感じたら、そのまま逃げましょう

命を守ることが1番です！