

わが家の緊急連絡カード

— 停電・断水・地震のとき、これ1枚で慌てない。えんぴつで書けば書き直せます —

家族の情報

名前(ふりがな)		血液型・生年月日	
名前(ふりがな)		血液型・生年月日	
持病・アレルギー			
飲んでいる薬			

緊急連絡先(親戚・子ども・近所の方)

名前・間柄		電話番号	
名前・間柄		電話番号	

※遠くの親戚を1人入れておくと安心。大きな災害では、被災地の外の方がかえって電話がつながりやすくなります。

かかりつけ・ペット

かかりつけ医		電話番号	
かかりつけ薬局		電話番号	
ペットの名前・種類		動物病院	

避難する場所(家族で決めておく)

第一避難場所		第二避難場所	
はぐれた時の集合場所			

☎ 災害用伝言ダイヤル「171」の使い方

1. 「171」に電話をかける
2. 録音するなら「1」 / 聞くなら「2」を押す
3. 自宅や相手の電話番号を市外局番から押す
4. 案内にしたがって録音・再生(30秒以内)

📡 ライフラインの連絡先

電力会社: _____
ガス会社: _____
水道(市区町村): _____