

▼家庭联系地址

姓名	联系地址（地址与电话）	备注 (血型与注意事项)

▼紧急电话

	名 称	电 话	备 注
政府机关			
警 察 署			
警察岗亭			
消 防 署			
供电单位			
煤气公司			
水 道 局			
电话公司			

▼避难场所

避难场所	
避难路线	
家人须知	



希望你们召开家庭防震会制定一个防灾方案。

我家的防灾准备检查表

自然灾害，尤其是地震，何时何地会发生，难以预测。平时做好物质与精神准备是非常重要的。

下一页有个检查表供你们检查必需品之用，以期做到有备无患。

我们希望你们全家人通过检查增强防灾意识。



埼玉县警察吉祥物
玻玻



饮食物与衣着



贵重物品



应急避险用品



便于避难的生活用品

埼玉县警察总部

警察总部主页 [Http://www.police.pref.saitama.jp/kenkei/](http://www.police.pref.saitama.jp/kenkei/)

饮 食 物 与 衣 着				贵 重 物 品			
饮用水 (每人日需 3 升)		口粮(3 天份)		印章		现金(必备零钱)	
软袋包装食品		罐装食品		身份证明		存折、证券等	
衣服		内衣		便于避难的生活用品			
奶粉、奶瓶		雨具		火柴、打火机		便携式收音机	
纸尿布		毛巾、毛毯		手电筒、蜡烛		备用电池	
应 急 避 险 用 品				湿卫生纸		笔记用品	
应急医用物品		必备药品		塑料袋		塑料布	
白线手套、口罩		鞋、袜子		封箱胶带		卡式炉	
头盔、防灾头巾、安全帽				睡袋		玩具	

贵重物品一旦带到屋外，必须随身携带，不应离身！

