▼家族等の連絡先

名	前	連絡先(住所や電話番号)	その他 (血液型や大切なこと)

▼緊急の連絡先

	名	称	電話番号	そ	の	他
市区町村						
警察署						
交番·駐在所						
消防署						
電気						
ガス						
水 道						
電話						

▼避難場所など

避難場所	
避難する経路	
家族みんなで 知っておくこと	

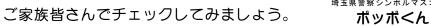


普段から家族みんな で話し合っておきま しょう。

わが家の安心チェックシート

地震などの自然災害は、いつ、どこで発生するかわかりません。日頃の「心」、「物」の準備が大切です。

ページを開くとチェック表があります。ご自 宅にある物をチェックして、必要と思われる物 をそろえておきましょう。







食料や衣類



貴重品



安全のために必要なもの



あると便利なもの

埼玉県警察本部

県警ホームページ Http://www.police.pref.saitama.jp/kenkei/

食料や	で類など	貴	重品
水 (1人1日30が目安)	食 べ 物 (3日分の準備)	印鑑	現 金(小銭も)
レトルト食品	缶 詰	身分証明書類	現金通帳など
衣 類	下着	あると	便利なもの
粉ミルク・ほ乳瓶	雨具	マッチやライター	携帯ラジオ
紙おむつ	タオルや毛布	懐中電灯、ろうそく	予備の電池
安全のため	めに必要なもの	ウェットティッシュ	筆記用具、メモ帳
救急医療品	常 備 薬 (予備も)	ビニール袋	ビニールシート
軍手、マスク	靴、靴下	ガムテープ	卓上コンロ
ヘルメットや防災	どずきん、帽子	寝 袋	おもちゃ

持ち出した貴重品は、必ず身に付け、手離さないようにしましょう。

