

# わたしの防災手帳

札幌版

手帳

手帳づくりの資料

備蓄チェックリスト



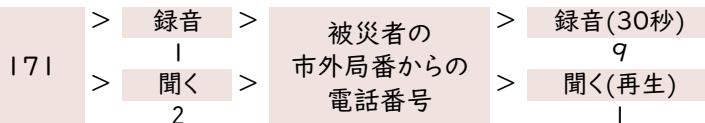
(一社)北海道建築士会札幌支部 女性委員会

③ 山 折

## 災害用情報

資料①

## \*災害用伝言ダイヤル(固定電話・携帯電話何れも可)



## \*災害用伝言板(携帯電話各社)

震度6弱以上の地震など、大きな災害が発生した時に各社の公式サイトのトップ画面に災害用伝言板の案内が表示されます

緊急通報	警察署：110(緊急) #9110(相談) 消防署：119(緊急) #7119(相談)
ラジオ	【AM局】HBC(1287)／STV(1440)／NHK第1(567) NHK第2(747)【FM局】NORTHWAVE(82.5) AIR-G'(80.4)／NHKFM(85.2)／コミュニティFM( )

② 谷 折

## わたしの避難場所

資料②

避難場所①	<input type="checkbox"/> 地震 <input type="checkbox"/> 洪水 <input type="checkbox"/> 土砂 <input type="checkbox"/> 火災 <input type="checkbox"/> ( )
避難場所②	<input type="checkbox"/> 地震 <input type="checkbox"/> 洪水 <input type="checkbox"/> 土砂 <input type="checkbox"/> 火災 <input type="checkbox"/> ( )

## \*避難前のチェックポイント

- [電気] ブレーカーを落とす
- [ガス] 元栓を締める
- [水道] 元栓を締める(冬期は水抜き)
- [家] 窓もしっかり戸締り
- [玄関] 貼紙する『全員無事です(○○にいます)』

④ 山 折

## 住まいに被害があったとき

資料③

まずは写真などで被害の状況を残しておくこと!  
り災証明や保険の適用の際に有効となります

## \*片付けるその前に

- [ブレーカーを上げる]コンセントは全て抜いてから
- [ガス開栓]ガス機器の外れや変形・匂いなどないか
- [水道開栓]水栓は全て閉まっているか

## \*地震被災後の建築物の判定

- 被災建築物応急危険度判定
- 被災度区分判定
- 罹災(りさい)証明
- 民間保険会社の判定

## わたしのこと

ふりがな  
氏名血液型  
型(Rh )

生年月日

年 月 日

性別

住所

電話

メールアドレス

運転免許証番号

車両番号

マイナ保険証・資格確認書・介護保険・身体障害者手帳等の情報

持病やアレルギー・服薬中の薬など

かかりつけ医

## 緊急連絡先

誰・どこ	関係	連絡先
誰・どこ	関係	連絡先

## メモ

資料⑤