

緊急カード

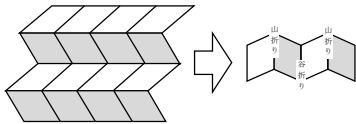
～いざという時の備え～



新座市

総務部 危機管理課

☎048-477-2502



家族との連絡方法①

災害用伝言ダイヤル171

【録音（伝言の登録）】

- ① 171をダイヤル（ガイダンス）
- ② 1をダイヤル（ガイダンス）
- ③ 被災地の方の電話番号を、市外局番からダイヤル（ガイダンス）
- ④ 1#をダイヤル（ガイダンス）
- ⑤ 録音（30秒以内）

※災害時は、被災地に電話が集中し、繋がりにくくなります。

非常持ち出し品（例）

- 現金、印鑑、通帳、保険証
- 飲料水、非常食、簡易トイレ
- タオル、下着、着替え
- 懐中電灯、携帯ラジオ
- 電池、充電器
- 医薬品、常備薬
- ティッシュ、ゴミ袋
- トイレットペーパー
- ウェットティッシュ
- 軍手、ロープ、ライター
- 卓上コンロ、固形燃料
- ラップ、紙皿

※赤ちゃんがいる場合、粉ミルクや哺乳瓶、紙おむつ等、個々で必要なものを用意しましょう。

日の出・日の入り時刻

さいたま市（平成30年）		
	日の出	日の入
夏至 6/21	4:25	19:01
冬至 12/22	6:48	16:32

※国立天文台ホームページ抜粋

Memo

.....

.....

.....

.....

.....

地震が発生したら①

- 【屋内にいるとき】
- ① 本棚やタンス、食器棚から離れ、丈夫な机の下に入る。
 - ② 揺れがおさまったらコンロの火を消し、ドアや窓を開ける。
 - ③ あわてて外へ飛び出さない。落下物や窓ガラスの破片に気をつける。
 - ④ 避難する場合、家のブレーカーを落とす。

※日頃から最低3日分の水・食料・生活必需品の備蓄（非常持ち出し品）の他、家の耐震化や家具の転倒防止を心がけましょう。

家族との連絡方法②

災害用伝言ダイヤル171

【再生（伝言を聞く）】

- ① 171をダイヤル（ガイダンス）
- ② 2をダイヤル（ガイダンス）
- ③ 被災地の方の電話番号を、市外局番からダイヤル（ガイダンス）
- ④ 1#をダイヤル→再生

※公衆電話（テレホンカード不可のため10円玉）やPHSは比較的、繋がりがやすい電話です。

新座市からの情報収集

- 防災行政無線
0120-862-399に電話すると、過去の放送内容を確認することができる。
- エリアメール
市域の方の携帯電話へ一斉メールするもの。一部、対応していない機種あり。
- Lアラート
市がテレビ事業者等と連携し、テレビ画面等から確認できる情報。
- 市ホームページ
<http://www.city.niiza.lg.jp>
- 市公式ツイッター

私の情報

（ふりがな）
名前

生年月日 年 月 日 男・女

住所
新座市

勤務先等

緊急連絡先（親戚等）☎
①
②
③

地震が発生したら②

- 【屋外にいるとき】
- ① 落下物や窓ガラスに注意し、カバンや着衣で頭部を保護する。
 - ② ブロック塀や門柱、電柱に近づかない。

- 【車を運転中のとき】
- ① 急ブレーキを避け、道路の左側に駐車し、エンジンを切る。
 - ② カーラジオで情報収集する。
 - ③ 車を置いて避難する場合、キーをつけたままにし、ロックもしない。車検証や貴重品を持ち出す。

家族との連絡方法③

- NTT 東日本
災害用ブロードバンド伝言板 web171
- docomo iモード災害用伝言板
- au 災害用伝言板
- Softbank 災害用伝言板
- Y!mobile 災害用伝言板
- 安否情報まとめて検索「J-anpi」

※防災首都圏ネット（九都県市首脳会議ホームページ）(<http://www.9tokenshi-bousai.jp/comehome/comehome.html>)に使用方法等がリンクされています。

新座市からの避難情報

市が、大雨時の洪水や土砂災害の際に、事前避難を促すもの。夜間や道路冠水等、避難することが危険な場合、頑丈で高い建物の、崖の反対側に避難する。

- ① 避難準備・高齢者等避難開始
- ② 避難勧告
- ③ 避難指示（緊急）

大雨時の情報収集①

- 気象庁ホームページ
注意報・警報、高解像度降水ナウキャスト、土砂災害警戒情報等

私の病院の情報

治療中の病気

服用している薬剤

通院している病院・担当医

アレルギー
食物：
薬剤：

その他伝えたいこと

血液型

地震が発生したら③

- 【エレベーターにいたとき】
- ① 各階のボタンをすべて押し、停止した階で降りる。
 - ② 停電などで閉じ込められた場合、非常ボタンを押し続け、非常電話で救助を求める。

【地下街にいたとき】

- ① あわてずに係員の誘導に従う。
- ② 壁伝いに歩いて、最も近い出口から地上に出る。

揺れがおさまったら

安全確保の後、家族や近隣の人を救助する。

帰宅困難者となったら

- ① 一時滞り施設や避難場所
一斉に徒歩帰宅すると道路を埋め尽くし、救助や消火の車両通行に支障をきたすため、災害が落ち着くまで待機する。
- ② 災害が落ち着いたら
徒歩帰宅する場合、災害時帰宅支援ステーション等を活用し、明るいうちに自宅到着できるようにする。毎時2.5kmで歩くと10kmは4時間を要する。



←目印コンビニ等
帰宅支援
ステーション

大雨時の情報収集②

- 埼玉県防災情報メール
事前登録した方に、気象警報や地震情報、避難情報等をメールでお知らせするもの (<http://saitamapref.bosai.info/bosaimail/index.html>)。

- 川の水位
国交省ホームページ「川の防災情報」(<http://www.river.go.jp/kawabou/ipTopGaikyo.do>)
埼玉県ホームページ「埼玉県川の防災情報」(<http://suibo.saitama-river.info/saitamaDC/servlet/Gamen30Servlet>)

家族避難場所・連絡先

避難場所（地震①）：
☎：
避難場所（ ）：
☎：
避難場所（ ）：
☎：

※事前に家族で話し合っておきましょう。
※洪水や土砂災害時に避難が必要かどうか、新座市洪水・土砂災害ハザードマップ (<http://www.city.niiza.lg.jp/soshiki/17/dosyasaigaizanntei.html>) で確認しておきましょう。