



# 緊急連絡メモ



名前	
生年月日	大正・昭和・平成・令和 年 月 日
血液型	型
住所	
自宅電話	
携帯電話	

## 家族及び親族等の緊急連絡先

名前	連絡先・メモ

救急車	119
消防車	119
警察署	110
神戸駐在所	38-1110
災害用伝言ダイヤル	171
ガス( )	-
電気(中部電力)	21-3215
水道(伊賀市上下水道部)	24-0001
防災危機対策局	22-9640
拠点避難所(神戸小学校)	38-1004
神戸地区市民センター	38-1300
区長( )	
自主防災会長( )	-
民生委員( )	-
浅野整形外科内科	36-2550

## 119番通報マニュアル

消防署 「火事ですか?救急車ですか?」  
 あなた 「火事です。」  
 消防署 「場所(住所)はどこですか?」  
 あなた 「伊賀市 番地です。」  
 「目標は 近くです。」  
 消防署 「何が燃えていますか?」  
 あなた 「台所が燃えています。」あるいは  
 「心臓が苦しいと訴えています。」  
 消防署 「あなたのご住所・お名前・今お使いの電話番号を教えてください。」  
 あなた 「伊賀市 番地」  
 「電話は - 番です。」  
 消防署 「ただ今、△△時△△分です。消防車(救急車)出動します。サイレンが聞こえましたら、誘導をお願いします。」

## 我が家の避難場所

.....  
 .....  
 .....

☆必ず記入しておきましょう

## 建物の中で地震が起きたら

### ●まず身の安全を確保する

- ・家具の転倒や落下に気をつける。
- ・丈夫なテーブルや机の下で身を守る。



### ●台所などで火を使っていたら

- ・火がなくても落ち着いて初期消火を行う。
- ・大きく揺れているときに火を消そうとすると大やけどをする場合があるので注意!



## 消火器の使い方

消火器で消せるのは、天井や壁に広がらない規模までです。

- ① 安全栓を引き抜く
- ② ホースをはずし火元に向ける
- ③ レバーを強くにぎる



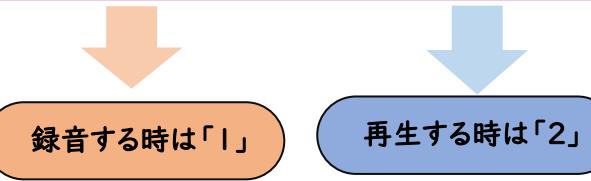
## 非常持ち出し品

日頃から非常時に備え、持ち出し品を用意しておきましょう。

<b>食料品</b>  かんづめ・乾パン・ビスケット・水粉ミルク・インスタントラーメン	<b>衣類</b>  下着・靴下・タオル・手袋 雨具・生理用品・保温シート
<b>安全具・救急品</b>  救急セット ヘルメット (三角巾・包帯・消毒液・常用薬)	<b>避難用具</b>  懐中電灯・携帯ラジオ・乾電池・ライター・ろうそく・ナイフ・ビニール袋・ロープ・軍手・スリッパ
<b>貴重品</b>  現金・通帳・印鑑・健康保険証・連絡先カード・薬リスト	

## 災害用「伝言ダイヤルのご利用方法

「171」をダイヤル(ガイダンスが流れます)



被災地の自宅の電話番号、または、連絡をとりたい被災地の方の電話番号を市外局番から入力(ガイダンスが流れます)

