



このカードは、親子で災害に備えるために
子ども用として作りました

- 1人1枚、記入して常に持ち歩こう
- 1年に1回程度は見直そう



ひなんリュックのなかみ

- ①おやつ
- ②のみもの
- ③おもちゃ、えほん
- ④ホイッスル
- ⑤タオル
- ⑥ウェットティッシュ

※保護者の方へ
災害時に子どもとはぐれてしまうことを想定してこの一覧を
作りました
背負ったときの重さやその子ならではのものを一緒に考
えて、避難リュックを作しましょう

171

- ①とる
- ②「1・7・1」をおす
- ③「1」をおす
- ④でんわばんごうをおす
- ⑤ろくおんは「あ・い・た・い・よ」

あ あなたのなまえは？
い まいるばしょは？
た 〃 れといっしょか？
い たいところはあるか？
よ こく（つぎのれんらくはいつするか？）

※保護者の方へ
いざというときにのために日頃からお子さんに公衆電話の
かけ方を教えてあげてください

ひなんのときやっではだめ

お・か・し・も・ち

- ① お 「おさない」
- ② か 「かけない（はしらない）」
- ③ し 「しゃべらない」
- ④ も 「もどらない」
- ⑤ ち 「ちかづかない」

※保護者の方へ
普段から避難の練習（訓練）をしておくことが大切です

●子どもに関する情報	体の状態
	使用薬
	かかりつけ医
	保険証番号
	特記事項
	好きな遊び・歌
	泣き止まない時
	苦手なこと
	アレルギー
	好きな食べ物
	嫌いな食べ物

●個人情報（子ども）		
名前	ニックネーム	性別
生年月日	血液型	年齢
●家族の連絡先		
名前	関係	電話番号
●その他の連絡先		
名前	関係	電話番号

家族の写真を貼っておこう
不安になっている子どもへのメッセージ
（ ）
（ ）
より

このカードをご覧になった方へ保護者からの メッセージ
家族で決めた避難場所を書いておこう （最終集合場所）