

わが家の防災メモ

いざという時に備えて、
家族で確認しておきましょう



わが家の
避難施設

家族の
集合場所

※詳細に

家族の名前	生年月日	血液型	メモ (病症・病歴、携帯電話番号など)
	大・昭・平・令 年 月 日	型 Rh(+ / -)	
	大・昭・平・令 年 月 日	型 Rh(+ / -)	
	大・昭・平・令 年 月 日	型 Rh(+ / -)	
	大・昭・平・令 年 月 日	型 Rh(+ / -)	
	大・昭・平・令 年 月 日	型 Rh(+ / -)	

●緊急時連絡先

役場

No.	施設名	住所	電話番号
1	遊佐町役場 (代表)	遊佐字舞鶴211	72-3311 (代表)

消防

No.	施設名	住所	電話番号
1	酒田消防署 遊佐分署	吉出字境田6-1	72-4100

警察

No.	施設名	住所	電話番号
1	酒田警察署 遊佐交番	遊佐字舞鶴204	72-3322
2	酒田警察署 藤岡駐在所	豊岡字下和田33-1	72-2404
3	酒田警察署 西遊佐駐在所	藤崎字一ノ坪11-3	76-2303
4	酒田警察署 高瀬駐在所	北目字楯ノ内23	72-2343
5	酒田警察署 吹浦駐在所	吹浦字赤坂62	77-2510

非常備蓄品・持ち出し品の準備を

「非常備蓄品」とは、外部からの救援物資などが届くまでの数日間を自足できるように準備しておくものです。

最低3日以上、できれば1週間分程度は自分で対処できるよう準備をしておきましょう。この備蓄品とは別に、避難する際に必要最低限のものをすぐ持ち出せるように袋に入れて用意しておくのが「非常持ち出し品」です。

どちらも家族構成などを考えて、必要な分を準備しておくようにしましょう。

▶ 非常備蓄品チェックリスト

- 飲 食 料 品** | 米や簡単な調理で食べられるものを1人最低3日分、水は1人1日3リットル
- 食 器 ・ 箸 類** | 箸・スプーン・紙コップ・紙皿など、食品用ラップやアルミホイルは皿代わりに使えます。
- カセットコンロ** | 電気で点火するコンロは避け、予備のガス缶も用意しましょう。
- 生 活 用 水** | 断水に備え、ポリタンクや浴そうに水道水をためておきましょう。
- 衛 生 用 品** | ウェットティッシュ、ドライシャンプー、除菌用アルコールなど
- 照 明 用 具** | マッチ・ろうそく・ライター・ランタンなど持ち運びができ、すぐに点火できるもの



▶ 非常持ち出し品チェックリスト

- 貴 重 品** | 現金・預金通帳・キャッシュカード・印鑑・健康保険証・運転免許証など
- 避 難 用 具** | 懐中電灯・携帯ラジオなど、予備の電池も忘れずに用意しましょう。
- 救 急 用 具** | 絆創膏・包帯・消毒液・常備薬・持病薬、おくすり手帳も忘れずに
- 非 常 食** | 乾パンや缶詰など火を使わなくても食べられるもの、アレルギー対応食なども
- 飲 料 水** | 持ち運びできるペットボトル入りのもの
- 生 活 用 品** | 洗面道具・ティッシュ・携帯用トイレ・生理用品・万能ナイフ・ビニール袋・軍手・メガネなど
- 衣 料 品** | 下着・靴下・長袖・長ズボン・雨具など、季節によっては防寒具も用意しましょう。

両手が使える
リュックサック
が便利!!



赤ちゃんや高齢者のいる家庭は必要に応じてプラス+

- 粉ミルク・ほ乳びん
- ベビーフード・おやつ
- 紙おむつ・おしりふき
- 絵本・おもちゃ
- 簡易トイレ
- 大人用紙おむつ
- 介護用品
- 予備のメガネや補聴器 など