

2019年9月3日 実践P研修記録

【三つ折りの家族用防災パンフを作り、両面印刷する】

- 前回の復習後、印刷をする。
(三つ折りのパンフレットは表裏に印刷する。)
- 印刷時の注意→設定した段組の境界線が印刷されないように消しておく。
- 印刷画面で、「両面印刷 (短辺を綴じます)」を選ぶ。

【両面印刷に非対応のプリンターでは1ページ目を印刷してから手動で用紙を裏返してセットし直す。】

命 災害伝言ダイヤル (171) の使い方

伝言を残すとき

- ① 「171」にダイヤル
- ② 「1」を押して伝言の録音を選ぶ
- ③ 自宅の電話番号を市外局番から入力
- ④ 「1」を押して伝言の録音を選ぶ
- ⑤ メッセージを話す
- ⑥ 「9」を押して終了する

伝言を聞くとき

- ① 「171」にダイヤル
- ② 「2」を押して伝言の再生を選ぶ
- ③ 自宅の電話番号を市外局番から入力
- ④ 「1」を押して伝言の再生を選ぶ
- ⑤ 伝言が再生されたら電話を切る

命 避難場所と家族の案日確認

- 避難所：〇〇中学校
避難場所は、自宅が倒壊・消失するなどして、自宅での生活が困難になったときに避難生活を送る場所。
- 家族で決めた集合場所：〇〇中学校
自宅に戻れない場合は、〇〇中学校の避難所に集合すること。
- 家族で決めた連絡方法：災害伝言ダイヤル (171)
スマートフォンの回線が混雑して使えない場合は、災害伝言ダイヤルに安否と現在の場所を録音して残すこと。
- 家族の情報
父 (宝塚 太郎) 090-XXXX-XXXX
母 (宝塚 花子) 090-XXXX-XXXX
長女 (山本 すみれ) 080-XXXX-XXXX
長女補 (山本 一郎) 080-XXXX-XXXX
長男 (宝塚 次郎) 080-XXXX-XXXX

2019年度



我が家の
地震対策
ポケットブック

表面

裏面

非常時の持ち出し品リスト

情報機器	<input type="checkbox"/> ラジオ
	<input type="checkbox"/> スマートフォンの充電器
	<input type="checkbox"/> 予備の電池
	<input type="checkbox"/> 非常食・水
	<input type="checkbox"/> 飲料水
	<input type="checkbox"/> レトルト食品
	<input type="checkbox"/> 缶詰
貴重品	<input type="checkbox"/> 現金
	<input type="checkbox"/> 印鑑
	<input type="checkbox"/> 預金通帳
	<input type="checkbox"/> 保険証
	<input type="checkbox"/> 免許証
	<input type="checkbox"/> 車の鍵
	<input type="checkbox"/> 自宅の鍵
医薬品	<input type="checkbox"/> 常備薬
	<input type="checkbox"/> 買掛薬
	<input type="checkbox"/> ばんそうこう
	<input type="checkbox"/> マスク
その他	<input type="checkbox"/> 懐中電灯
	<input type="checkbox"/> ヘルメット
	<input type="checkbox"/> 軍手
	<input type="checkbox"/> タオル
	<input type="checkbox"/> ろうそく・ライター
	<input type="checkbox"/> ウェットティッシュ

命 非常時の持ち出しリスト

Point 1

- ・大きな揺れを感じたら
- ・身の安全を守る

Point 2

- ・火を使っていた場合は
- ・揺れが収まってから
- ・消火する

Point 3

- ・窓や戸を開けて
- ・避難出口を確認する

Point 4

- ・屋外で地震にあったら
- ・ブロック塀やガラス、看板に近付かない

Point 5

- ・ラジオなどで
- ・正しい情報を入手する

Point 6

- ・近隣の安否を確認し
- ・救出や救援に協力する

Point 7

- ・電気やガスの元栓を切り
- ・避難所に避難する

地震がおきたときの心構え