

# 防災メモ

※個人情報になりますので、保管に注意しましょう

## 家族・親戚の連絡先

氏名	関係	TEL	MAIL
氏名	関係	TEL	MAIL
氏名	関係	TEL	MAIL
氏名	関係	TEL	MAIL
氏名	関係	TEL	MAIL
氏名	関係	TEL	MAIL

※災害時に携帯電話を紛失することを想定して、電話番号・メールアドレスは必ず明記しましょう

## 災害後の連絡先

### ■ 避難所の確認先

市区町村役所	TEL	介護施設等	TEL
地域包括センター	TEL		

※要介護の方がいる場合は、別の避難所が設置されることもありますので確認しておきましょう

### ■ ライフラインの復旧

電気	TEL	水道	TEL
ガス	TEL	電話	TEL
プロバイダ	TEL	携帯電話会社	TEL

## かかりつけの病院

病院名	担当医	TEL
病院名	担当医	TEL
病院名	担当医	TEL
病院名	担当医	TEL
治療中の病気	常備薬	

## 一時避難所

## 最終避難所

## 自宅から一時避難所への地図