

# もしものときの安心シート



## ● 緊急時は「ここ」に連絡してください

連絡先 ①	氏名 (ふりがな) / 続柄 / TEL
	自宅住所
連絡先 ②	氏名 (ふりがな) / 続柄 / TEL
	自宅住所

## ● 助けを呼ぶときの連絡先



救急車  
・  
消防車

119

「この住所は、  
〒( - )  
( )です」  
「電話番号は、( - - )です」



警察

110

## ● わたし (ふりがな) に について

血液型	アレルギー 有( )・無
生年月日	持病
かかりつけの病院名は	飲んでいる薬は

## ● わたし (ふりがな) に について

血液型	アレルギー 有( )・無
生年月日	持病
かかりつけの病院名は	飲んでいる薬は

## ● 災害時のわたしの避難先です

① (住所)	② (住所)
--------	--------

## ● わたし ( ) の勤務先

① (住所)	② (住所)
--------	--------

タクシー

24時間電話医療相談

メモ

災害伝言  
ダイヤル **171**