

緊急連絡カード

住所			
TEL			
氏名	(男・女)		
生年月日	年	月	日
血液型	RH + -		
保護者	氏名		
	連絡先		
	TEL		
勤務先 (学校名)			
TEL			

(⑦谷折り)

防災マップの折り方



(⑤山折り)

家族の情報と連絡先

①家からの避難所

()
住所()
電話()

②緊急連絡先

名前()
関係()
住所()
電話()
FAX()
メールアドレス()

応急手当の仕方

倒れている人がいた時

●心肺蘇生(救急車が到着まで)

- 1 周囲の安全確認
- 2 傷病者の意識の確認
- 3 大声で助けを呼ぶ
- 4 119番通報、及びAEDの調達
- 5 呼吸確認
- 6 胸骨圧迫30回
- 7 人工呼吸2回(できれば)
- 8 ⑥、⑦を繰り返し行う

●AED

- 1 電源を入れる
- 2 パッドを貼る
- 3 機械が心電図解析
- 4 放電ボタンを押す
※傷病者に触れないこと!

電話が使用できない時

災害用伝言ダイヤル171

NTT西日本(一般電話:音声)
「171」をダイヤルしガイダンス
にしたがって伝言を
登録・再生できます。171

伝言録音

171 + 1 + 電話番号
(市外局番から)

伝言再生

171 + 2 + 電話番号
(市外局番から)

津波発生時

- 南海トラフ巨大地震(マグニチュード9.0程度)が発生後、約2時間で福島区に津波が到達すると予想されます。確実な情報を知るためテレビやラジオを必ず準備しましょう。
- 津波避難の指示が発令されれば、すみやかに近くにある3階以上(津波避難施設)の安全な建物に避難しましょう。

上福島地域 防災ポケット ガイド

-Pocket Guide-

保存版



風水害時

- 強風が予想される時には、ベランダや物干しざお、植木など飛ばされやすいものは、片づけましょう。
- 急な増水の危険があるときは、ビルなどの地階は、浸水するおそれがありますので、注意しましょう。
- 歩行可能な水深は男性70cm、女性50cmまで。
(子どもや高齢者は上記以下でも歩行困難です)
※台風やゲリラ豪雨等の時は外出を控えましょう。

いざという時のために 心構えと対策を 考えておきましょう!!

災害が発生した時こそ、 あわてず、さわがず、 冷静に行動しましょう!!



(⑥谷折り)

おおさか防災ネット

おおさか防災ネットの防災情報メール配信サービスでは、市民の皆様の防災対策にお役立ていただくため、気象・地震・津波情報、災害時の避難勧告・指示などの防災情報について、メールで配信するものです。

①空メールの送信

- <ouroku@osaka-bousai.net>に空メールを送信してください。
- QRコードを携帯電話で読み込んでメールを送信することも可能

②おおさか防災ネットへの接続

- おおさか防災ネットから、登録用URLが記載されたメールが返信されます。
- メール本文にある[登録]のすぐしたにある登録用URLに接続し、登録設定をしてください。

非常持ち出し品 基本品目

男性 約15 kg目安 女性 約10 kg目安



非常持ち出し袋、乾パン、飲料水、懐中電灯、ローソク、ライター、携帯ラジオ、十徳ナイフ、軍手・手袋、ロープ5m、救急袋、毛毯、消毒液、脱脂綿、ガーゼ(滅菌)、ばんそうこう、包帯、三角巾、マスク、常備薬・持病薬、レジャーシート、サバイバルブランケット、簡易トイレ、タオル、ポリ袋、トイレットペーパー、ウェットティッシュ、現金(公共電話用の小銭)、ガムテープ(布製)1個、油性マジック(太)1本、筆記用具1セット、生理用品

(③山折り)

災害時に便利な連絡先等

- 福島区役所
☎6464-9734 (平日)
☎6464-9982 (夜間・休日)
- 災害時避難所(上福島小学校)
☎6451-1544
- 警察署(事件・事故) ☎110 ●消防署(火災・救急) ☎119
- 下水道(海老江管路管理センター)
☎6462-3919 (平日)
☎6947-7981 (夜間・休日)
- 水道(北部水道工務センター) ●道路(野田工務所)
☎6391-6301 ☎6466-2157
- 停電 関西電力 ☎0800-777-3081
- ガス漏れ専用通報(大阪ガス)
☎0120-0-19424
- ごみ(西北環境事業センター)
☎6477-1621
- 電話(NTT) ☎0120-444113 ●天気予報 ☎177
- ラジオ(NHK 第一)
AM666 キロヘルツ(kHz)

(④谷折り)

緊急連絡表(連合役員)

町会名	町会長	連絡先
6丁目北	中村 元彦	6451-5121
6丁目南	矢山 英夫	6451-0981
7丁目北	藤川 幸久	6451-3403
7丁目南	植田 哲行	6458-3527
8丁目西	渡部 基義	6452-4028
8丁目北	(連合町会長) 安田 征雄	6458-3805
8丁目南	高濱 利雄	6451-9265
西梅田	草谷 一夫	6452-5640

持ち出し品チェック

- | | |
|--|--|
| ☐ 非常持ち出し袋 1個 | ☐ 簡易トイレ 2枚〜 |
| ☐ 缶入り乾パン(110g) 2個 | ☐ タオル 4枚〜 |
| ☐ 飲料水(1人1日3ℓ) 6本 | ☐ ポリ袋 10枚 |
| ☐ 懐中電灯 2個 | ☐ トイレットペーパー 1ロール |
| ☐ ローソク 2本 | ☐ ウェットティッシュ 2個 |
| ☐ ライター 2個 | ☐ ティッシュ 2個 |
| ☐ 携帯ラジオ 1台 | ☐ 現金 約50枚
(公共電話用の小銭) |
| ☐ 十徳ナイフ 1本 | ☐ ガムテープ(布製) 1個 |
| ☐ 軍手・手袋 2組 | ☐ 油性マジック(太) 1本 |
| ☐ ロープ 5m〜 1本 | ☐ 筆記用具 1セット |
| ☐ レジャーシート 1枚 | ☐ 生理用品 |
| ☐ サバイバルブランケット 2枚 | |
-
- | | |
|---------------------------------------|--|
| ☐ 救急袋 1枚 | ☐ 包帯※ 2巻 |
| ☐ 毛毯※ 1本 | ☐ 三角巾※ 2枚 |
| ☐ 消毒液※ 1本 | ☐ マスク※ 2枚 |
| ☐ 脱脂綿※ 適量 | ☐ 常備薬・持病薬など※ 適量 |
| ☐ ガーゼ(滅菌)※ 2枚 | |
| ☐ ばんそうこう※ 10枚〜 | |
- ※は救急袋の中に入れておく。

いざという時の応急措置

ねんざ時

R(REST)安静
I(ICE)冷やす
C(COMPRESSON)圧迫
E(ELEVATION)挙上

骨折時

- 1 冷やす
- 2 心臓より上に挙げて安静
- 3 添え木になるものをあて、包帯や布で固定
- 4 肩・肘・腕は三角巾で支える

火災発生時

- まわりの人に大声で火事を知らせる。
- 安全を確保し、119番をする。
- 初期消火で消火を試みる。



地震発生時

- 身を守れ
- 落ち着け
- 火元の確認
- 大声で知らせる
- 靴をはく
- バケツ、リレーだ
- 消火器を使え
- 自主防災組織の情報を確認
- 余震に注意
- デマに惑わされない
- 車でにげるな

いざ避難!
地域の皆さんと協力を!



令和3年3月作成