

## 緊急連絡カード

住所	大阪市福島区福島		
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		

## 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。

## 重要メモ

ここに重要なメモを記入してください。

## 災害時に便利な連絡先等

- 福島区役所  
☎6464-9986(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(北部水道工事センター) ●道路(海老江工営所)  
☎6391-6303 ☎6462-1437
- 電気事故(関西電力九条営業所)  
☎0800-777-8011
- ガス漏れ専用通報(大阪ガス)  
☎0120-019424
- 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)

## 非常持ち出し品 基本品目

男性 約15kg目安 女性 約10kg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、毛抜き、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、トイレトイレットペーパー、ウェットティッシュ、現金、ガムテープ、油性マジック、筆記用具、生理用品

## 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。

## 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!!



## 防災の相談は各町会長に!

町会名	町会長	連絡先
6丁目北	中村 元彦	6451-5121
6丁目南	(連合町会長) 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	安田 征雄	6458-3805
8丁目南	松本 徳蔵	6451-3638
西梅田	島田 俊弘	6452-5301

## 持ち出し品チェック

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 非常持ち出し袋 1個      | <input type="checkbox"/> サバイバルブランケット 2枚    |
| <input type="checkbox"/> 缶入り乾パン(110g) 2個 | <input type="checkbox"/> 簡易トイレ 2枚~         |
| <input type="checkbox"/> 飲料水(500ml) 6本   | <input type="checkbox"/> タオル 4枚~           |
| ◎1人1日3日目安                                | <input type="checkbox"/> ポリ袋 10枚           |
| <input type="checkbox"/> 懐中電灯 2個         | <input type="checkbox"/> トイレトイレットペーパー 1ロール |
| <input type="checkbox"/> ローソク 2本         | <input type="checkbox"/> ウェットティッシュ 2個      |
| <input type="checkbox"/> ライター 2個         | <input type="checkbox"/> 現金 約50枚(公衆電話用の小銭) |
| <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ 1台        | <input type="checkbox"/> ガムテープ(布製) 1個      |
| <input type="checkbox"/> 十徳ナイフ 1本        | <input type="checkbox"/> 油性マジック(太) 1本      |
| <input type="checkbox"/> 軍手・手袋 2組        | <input type="checkbox"/> 筆記用具 1セット         |
| <input type="checkbox"/> ロープ 5m~ 1本      | <input type="checkbox"/> 生理用品              |
| <input type="checkbox"/> レジャーシート 1枚      |  |
- 
- |                                       |   |
|---------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> 救急袋 1枚       | <input type="checkbox"/> 包帯※ 2巻         |
| <input type="checkbox"/> 毛抜き※ 1本      | <input type="checkbox"/> 三角巾※ 2枚        |
| <input type="checkbox"/> 消毒液※ 1本      | <input type="checkbox"/> マスク※ 2枚        |
| <input type="checkbox"/> 脱脂綿※ 適当量     | <input type="checkbox"/> 常備薬・持病薬など※ 適当量 |
| <input type="checkbox"/> ガーゼ(滅菌)※ 2枚  |   |
| <input type="checkbox"/> ギャゼ(滅菌)※ 2枚  |   |
| <input type="checkbox"/> 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