

# いつもしもの「おたすけミニブック」



くわしい作り方は「いつもしも」で見られるよ。  
QRコードをスマホやタブレットのカメラでチェック！  
カメラがないときは「いつもしも おたすけミニブック」で検索しよう。

この本は「いつもしも」から新しく作れるよ。  
QRコードをスマホやタブレットのカメラでチェック！  
カメラがないときは「いつもしも おたすけミニブック」で検索しよう。

⑤ 災害用伝言ダイヤル 1717  
登録するときに聞くと、電話番号を聞かれたらスマホをおすすめ

⑥  
⑦  
⑧

④ ③ ② ①

電話をかける

①から順番にかけていくよ！  
出なかつたり、つながらなかつたりしたら、次の人にかけよう。

電話を持っていないときは  
電話のかけ方がわからないときは  
大人におねがいしよう！

名前  
電話番号

★ いろいろ場所をかゝる

③ 安全な場所に行こう

どうしていいかわからないときは  
落ち着いてまわりの大人に聞いてね。

① 急いで自分を守ろう

地震のとき  
頭と首の後ろを守りよ

ひどい風や雷のとき  
せの高いものからはなれる  
川からはなれる  
屋根の下へ移動

② 危ない場所からはなれよう

数字のボタンを全部おすよ！

エレベーターの中にあるよ

かべやまどからはなれて歩こう

たてものがすゝそばにあるよ

がけや川からはなれよう

山の近くにいるよ

海からはなれたら高いところへ逃げよう

海の近くにいるよ

## ④ おうちのの人に知らせよう

## ③ 安全な場所に行こう

## ② 危ない場所からはなれよう

## 私のこと・緊急連絡先

ふりがな  
名前

この子について

続柄 ふりがな  
( ) 名前  
電話

続柄 ふりがな  
( ) 名前  
電話

※保護者より：上記に連絡がつかない時は④の連絡先をご参照ください。

が

# こまったときに 見る本

(作った日 / / )

- ★ すぐやる → ①へ  
急いで自分を守ろう
- ★ 動けるようになったら → ②へ  
危ない場所からはなれよう
- ★ 大人といっしょのとき → ③へ  
安全な場所に行こう
- ★ 安全な場所についたら → ④へ  
おうちのの人に知らせよう

## ① 急いで自分を守ろう

地震のとき  
頭と首の後ろを守りよ

→ おさまったら ②へ

ひどい風や雷のとき  
せの高いものからはなれる  
川からはなれる  
屋根の下へ移動

→ 当てはまらないときは ③へ

## ② 危ない場所からはなれよう

数字のボタンを全部おすよ！

エレベーターの中にあるよ

かべやまどからはなれて歩こう

たてものがすゝそばにあるよ

がけや川からはなれよう

山の近くにいるよ

海からはなれたら高いところへ逃げよう

海の近くにいるよ

きる  
おる

