

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 171
登録するときも聞くとときも、
電話番号を聞かれたら
とボタンを押すよ

⑧
⑦
⑥

④ おうちの人に知らせよう

いまいる場所をかくにん
名前
電話番号
電話をかける
①から順番にかけていくよ！
出なかったり、つながらなかったり
したら、次の人にかかけよう。
電話を持っていないときや
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！

①
②
③
④

③ 安全な場所に行こう

地震のとき
頭と首の後ろ
を守るよ

ひどい風や
雷のとき
安全な場所に行こう

①
②
③
④

② 危ない場所からはなれよう

海からはなれた
高いところへ逃げよう
山の近くにいるよ
がけや川から
はなれよう
たてものがすくそばにあるよ
かべやまどから
はなれて歩こう
エレベーターの中にいるよ
数字のボタンを
全部おすよ！
止まったところより

きる
おる

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。

こまったときに
見る本

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
を守るよ

ひどい風や
雷のとき
安全な場所に行こう

② 危ない場所からはなれよう

海からはなれた
高いところへ逃げよう
山の近くにいるよ
がけや川から
はなれよう
たてものがすくそばにあるよ
かべやまどから
はなれて歩こう
エレベーターの中にいるよ
数字のボタンを
全部おすよ！
止まったところより

いつもしも
子どもママリアル助言

https://itumosimo.jp/

より

