

# かく にん 確 認 カ ー ド

※市役所への提出は不要です

さいがい お とぎ ひなんしよ せいかつ そな じぶん じょうほう てだす  
災害が起きた時や、避難所での生活に備えて、自分の情報や手助けしてもらいたい  
ことなどを前もって書いておきましょう。「確認カード」を持っていることを、信頼で  
きる身近な協力者などにお知らせしておきましょう。

## 【私の情報】

し めい 氏 名		せいねんがっぴ 生年月日	たいしやう しょうわ へいせい れいわ 大正・昭和・平成・令和
じゆう しょ 住 所	〒		じちかいめい 自治会名
れんらくさき 連絡先	でんわばんごう 電話番号		けいたいでんわ 携帯電話

## 【避難する場所】

いちじひなんばしょ ①一時避難場所	
していひなんしよ ②指定避難所	

※①地震などの際に一時的に避難する、地域で決められた場所

②避難が長くなりそうな時に、身を寄せるための場所（市が指定しています。）

## 【避難所などで手助けしてもらいたいこと】

わたし [A]お体の状態など 私は、
.....
[B]手助けしてもらいたいこと
・
・

※避難所の管理者などに、必ず伝えるようにしましょう。

## 記入例

### 【A】お体の状態などを記入します

- 耳が不自由です。 ●足が不自由です。 ●目が不自由です。
- 難しい言葉が理解できません。 など

### 【B】手助けしてもらいたいことを記入します。

- 手話が筆談でお願いします。 ●私の前か横にきて話しかけてください。
- 移動するときには誘導してください。 ●周りの状況や掲示を説明してください。
- 簡単な言葉で説明してください。 ●体に触られることが苦手です。
- 大きな声で話しかけられるのが苦手です。 など

【家族などの連絡先】

氏名		関係	
連絡先	電話番号	携帯電話	

氏名		関係	
連絡先	電話番号	携帯電話	

【関わりのある人・施設・団体などの連絡先】

団体名		関係	
住所	〒		
連絡先	電話番号	携帯電話	

【病気や特別に使っている器具】

かかりつけの病院		連絡先	
いつも飲んでいる薬			
持病やアレルギー			
使っている器具・医療器具	器具・医療器具名	メーカー名：	連絡先：

【持出品チェックリスト】 ※自分で準備しておくものを追加で記入してください

非常食	<input type="checkbox"/>	・	※ <input type="checkbox"/>
飲料水	<input type="checkbox"/>	・	※ <input type="checkbox"/>
お薬手帳	<input type="checkbox"/>	・	※ <input type="checkbox"/>
常備薬（処方箋）	<input type="checkbox"/>	・	※ <input type="checkbox"/>
健康保険証のコピー	<input type="checkbox"/>	・	※ <input type="checkbox"/>

準備しているものには口に、チェック☑を入れておきましょう。