

地震からいのちを守る知恵  
防災マニュアル  
Emergency Manual  
Book



家族みんなをよく読んで  
万一の際にあわてないようにしましょう。

グラツときたら、いつでもどこでも。

# ダンゴ虫ポーズ

- 1** キケンなものからすぐ離れる。  
※家具、転倒物、落下物



- 2** クッションやカバンなどで頭を守る。



- 3** ダンゴ虫ポーズをとる。



こんなかんじだよ！

# 火をつかっているときに、 地震が起きたら。



○ テーブルの下へ。



✕ 火を消す。



やけどのキケンがあるので火元の確認は、揺れがおさまってから。  
都市ガスは、震度5相当以上の揺れを感知すると  
ガスメーター(マイコンメーター)が自動的にガスを遮断します。

## 家のなかのキケンな場所を チェックしよう。



出入り口近くに  
家具や本棚を置かない。  
たおれた家具で  
ドアが開かない!  
逃げ道をふさがれることに!

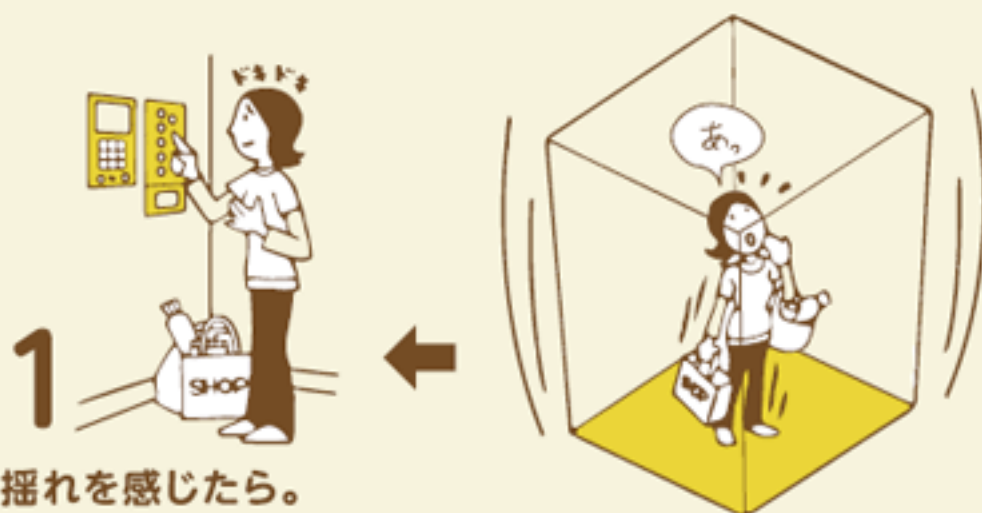


窓は、ガラスの  
飛散を防ぐフィルムを  
貼るなど、対策を。  
レースの  
カーテンも有効。



TVや電子レンジなど、  
重いものは低い所へ。

# エレベーターに乗っているとき、 地震にあったら。



揺れを感じたら。  
ぜんぶの階のボタンを押す。



止まってしまったら。  
非常用呼び出しボタンや  
インターホンで助けを呼ぶ。



インターホンが  
つながらなかったら。  
ケータイ電話でエレベーターに  
表示してある緊急連絡先か  
119番に電話する。

# 街で地震にあったら。

ビルから離れる。  
割れた窓ガラスが  
落ちてくるのでキケン!



ダンゴ虫ポーズをとる。



新しい  
ビルなら  
建物の中へ。

# AEDの使い方

心臓が止まった人の心臓を動かします。

- 1** AEDの電源を入れる。  
音声メッセージが  
流れる。



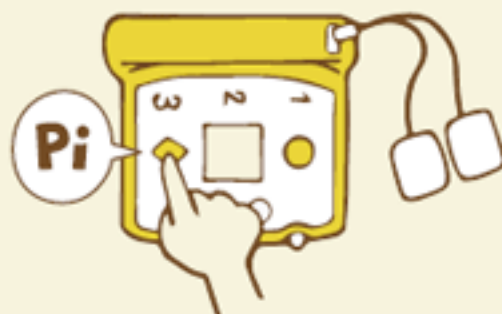
- 2** パッドに描かれた  
イラストを見て  
胸に2つのパッドを貼る。



- 3** 音声メッセージに従い、  
離れて体に触れない  
ようにする。



- 4** 音声メッセージに従い、  
赤いボタンを押すと  
電気ショックが作動する。



# 消火器の使い方



**1** 黄色の安全ピンを  
引き抜く。



**2** ホースの先を持って  
火元に向ける。



**3** レバーを強くにぎり  
放射する。




**4** 火の根元をねらい、  
手前からほうきで  
はくようにして消火する。



# 災害時の 連絡ガイド

# Book 171



Emergency Guide

## 各種災害用伝言サービスの特徴

### 171をダイヤル



登録可能  
電話番号

被災地域の市外局番  
から始まる電話番号

伝言保存期間

48時間

登録件数

1～10件

録音時間

30秒以内/件

### 携帯電話 各社公式メニューから



登録可能  
電話番号

携帯の電話番号

伝言保存期間

サービス終了時まで

登録件数

10件※1

登録文字数

100文字以内/件

※1.但しソフトバンクは80件。いずれも登録件数を超えるメッセージは古いものから順次上書きされます。

### web171で検索



登録可能  
電話番号

全ての電話番号

伝言保存期間

最大6ヵ月※1

登録件数

最大20件※2

登録文字数

100文字以内/件

※1.伝言をお預かりしてからの最大保存期間になります。

※2.20件をこえる場合は、古い伝言から削除され、新しい伝言が保存されます。

※毎月1日・15日に体験利用できます。あらかじめ使い方を確認しておく、  
いざという時安心です。

※この冊子に記載されている情報は、2013年8月時点のものとなります。



## 災害用伝言ダイヤル 171の使い方

1 7 1

171をダイヤルする。<sup>※1</sup>  
公衆電話や携帯電話からも利用可能。



伝言を録音  
するとき

1

録音

自分の  
電話番号

伝言を再生  
するとき

2

再生

相手の  
電話番号

(市外局番)000-0000

ガイダンスにしたがい  
メッセージを録音、再生する。

※1. 携帯電話については、各通信事業者にご確認ください。  
災害の発生状況により伝言登録可能地域が制限されている場合は携帯電話からの  
伝言登録はできず、メッセージの再生のみとなります。



## 携帯電話災害用 伝言サービスの使い方

### 災害用 伝言 サービス

携帯各社の公式メニューから  
「災害用伝言サービス」にアクセス。



伝言を登録するときは

**登録**

登録は、被災状況と  
コメントを入力。  
「登録」ボタンで完了。

コメント……

**登録**

伝言を確認するときは

**確認**

確認は、相手の  
携帯番号を入力すると  
伝言を閲覧できる。

000-0000-0000



## 災害用ブロードバンド伝言板 web171の使い方

web171

検索



インターネットから「web171」へアクセス。



伝言を登録するときも確認するときも、  
電話番号(固定電話・携帯電話どちらもOK!)を入力。

(市外局番)000-0000

登録は  
メッセージを入力して

伝言を登録



確認は  
「伝言を確認」で閲覧

伝言を確認



伝言に対して返信もできる。メッセージと必要事項を  
記載したら、「伝言を登録」をクリックする。

## 家族で離ればなれになった時の 避難場所を決めておこう

緊急時の  
避難(集合)場所

.....  
地域の  
避難場所

.....  
広域  
避難場所

---

## 家族の連絡を取り次いでくれる 親戚や知人を決めておこう

名前

.....  
電話番号  
携帯番号

.....  
メールアドレス

---

## 家族や安否確認をとりたい人の 連絡先

名前

.....

電話番号

.....

携帯番号

.....

メールアドレス

.....

名前

.....

電話番号

.....

携帯番号

.....

メールアドレス

.....

## 防災関係機関連絡先

各自記入欄です

地域防災(市役所など)電話番号

.....

.....

水道

.....

電気

.....

ガス

.....

電話

.....

フジケンファミリア

総合受付 **0564-72-2270**

夜間休日ダイヤル **0564-55-9987**

---



## 119番通報のしかた

1 1 9

119をダイヤルする。



火事ですか、救急ですか？

と聞かれるのでこたえる。

住所、建物の名称、目印となる場所は？

場所や状況を聞かれるのでこたえる。

あなたの名前・電話番号は？

自分の名前と電話番号を伝える。