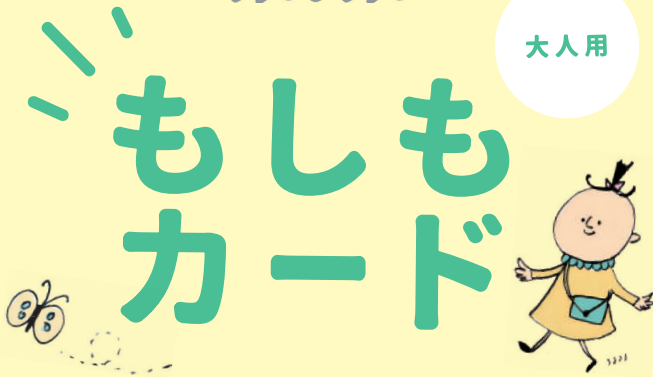


KURE:BAN  
mom

大人用



避難の約束

- 自宅にいる時は、自宅2階か学校に避難。
- 平日日中は、ママが最初に近くの上の子を迎えに行ってから、下の子を迎えに行く。
- 電話とLINEで家族に状況を伝える。

point 1

家族で誰が子どもを迎えに行くのか、こういった時はどうする?など、シミュレーションしながら話してみてね!

名前: くれの まま (○)型

住所: 呉市○○町1-1

TEL: 090-0000-0000 (母) instagram: @×××

配慮してほしいこと (アレルギー・くすり)

アレルギーなし。  
現在妊娠中。  
幼稚園と小学校の子ども2人います。

point 2

子どもが通っている場所や職場、すぐに連絡をとる必要がありそうなところの連絡先リストを作っておこう!もし携帯が使えない時でも安心ですよ。

連絡先リスト

- (○○幼稚園) TEL: 0823-25-0000
- (○○小学校) TEL: 0823-25-0000
- (自分の職場) TEL: 0823-25-0000
- (夫の携帯) TEL: 090-0000-0000
- (夫の職場) 0823-25-0000
- (保険会社) 0823-25-0000

もしもの時に、どうするか、また車やお家の保険、ライフラインの連絡先など、まずどこに連絡するのか整理しながら書いてみてね!

保険証の番号や保険証券の写しなどを一緒に入れておくなど、カスタマイズしてみてください。  
お財布や車のダッシュボードの中など、よく使う物に入れておくといざという時ぱっと出せますよ!