

さいが いじ つく かた か ほうほう
災害時ヘルプカード作り方(書く方法)①

1	わたしのこと Personal Information
カタカナ	
名前 TAKEO TAROU Full Name	
住所 ●●町●●番地 Address	
○○アパート◎号室	
Tel ○○○-○○○-○○○○	
性別 ○○○	けつえきがた 血液型 A B O AB Gender Rh+ Rh-
こくせき 国籍 ○○○ Nationality	
たんじょうび 誕生日 ○○○ ねん 年 ○○○ がつ 月 ○○○ にち 日 Date of Birth YYYY MM DD	

2	わたしのこと Personal Information
母国語 ○○○○ 語 Native Language	
日本語 Your Japanese Level	
聞く □できる <input checked="" type="checkbox"/> 少しできる □できない Listening	
話す □できる <input checked="" type="checkbox"/> 少しできる □できない Speaking	
読む □できる □少しできる <input checked="" type="checkbox"/> できない Reading	
その他 英語(えいご) Other Languages	
在留カード No. ○○○○ Residence Card No.	
パスポート No. ○○○○ Passport No.	
健康保険証番号 No. ○○○○ Health Insurance No.	

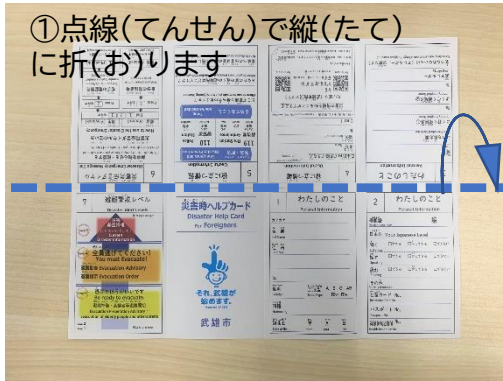
3	わたしのこと Personal Information
びょうき 病気 ○○○○ Illness	
いつも飲む薬 ○○○○ Daily Prescribed Medicine	
よく行く病院名① ○○○○ Primary Hospital Name	
Tel ○○○-○○○-○○○○	
よく行く病院名② ○○○○ Primary Hospital Name	
Tel	
薬アレルギー ○○○○ Drug Allergy	
食べられないもの(アレルギー、宗教など) Something you cannot eat(Allergy, Religious reason...) ○○○○	

4	役に立つ情報 Useful Information
日本国内で連絡できる人 Emergency Contact (in Japan)	
名前 武雄 次郎 Name	
関係 会社の人 Relationship	
Tel ○○○-○○○-○○○○	
E-mail ○○○@○○○	
*例: 夫, 妻, 子ども, 勤め先 * Example: Husband, Wife, Child, Work Place	
災害の情報を知ることができます たけぼう(武雄市防災アプリ)	
iPhone	Android
【その他のアプリ】 Safety tips 15の言葉から選ぶことができます。(2020.6月現在) Cable One あなたの避難所がどこかわかります(日本語のみ)	

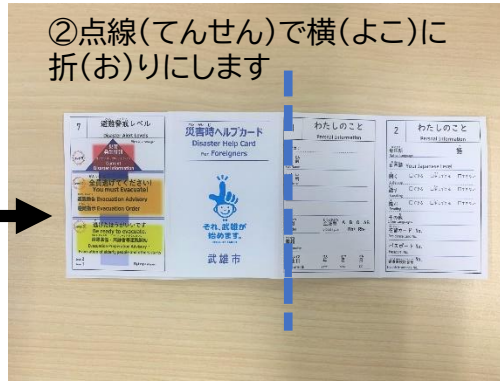
5	役に立つ情報 Useful Information
緊急・防災 Emergency and Disaster Prevention	
119 Fire Station 消防署 Ambulance	110 Police Station 警察署
びょうき けが 火事 Illness Injury Fire	じけん じこ 事故 Incident Accident
きめておくこと You've decided	
どこで家族と待ち合わせますか? Where do you meet with your family?(During Disaster) ○○○○	
あなたの家の近くの避難所はどこですか? Where is your nearest Evacuation Shelter from your place? ○○○○	
家族への伝言は家のどこに残しますか? Where do you leave a message for your family at home? ○○○○	

さいがいがいじ つく かた お ほうほう
災害時ヘルプカード作り方(折る方法)②

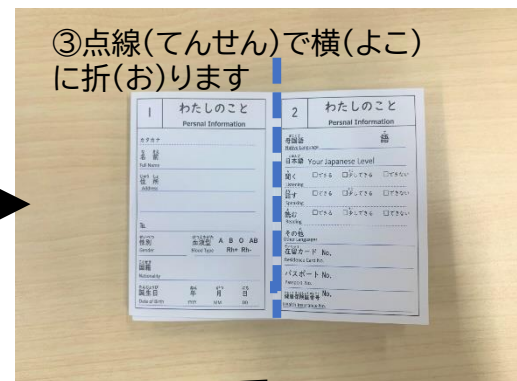
①点線(てんせん)で縦(たて)に折(お)ります



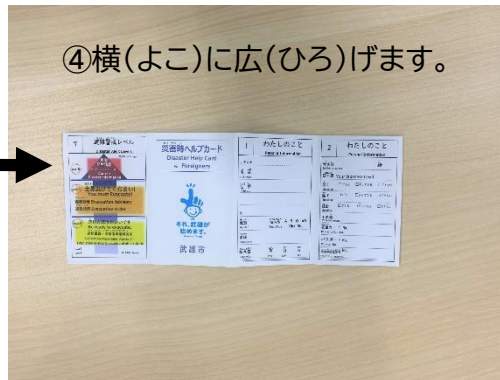
②点線(てんせん)で横(よこ)に折(お)りにします



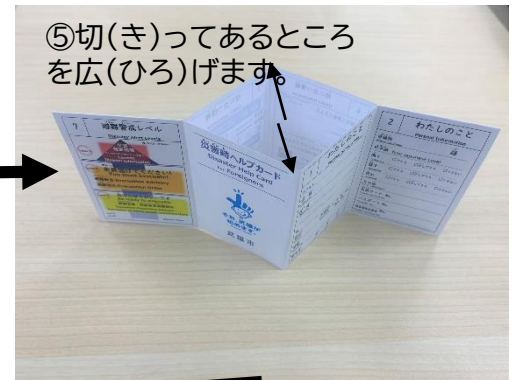
③点線(てんせん)で横(よこ)に折(お)ります



④横(よこ)に広(ひろ)げます。



⑤切(き)ってあるところを広(ひろ)げます。



⑥表紙(おもて)とP7を外(そと)にして、折(お)ります

