

名前やニックネームを入れてください

の

安心手帳

写真やイラストを貼ったり描いたりしてください。

突然の地震 ① 気づく

- ・ゴ〜という音がある！【地鳴り】
- ・ゆれている！【初期微動P波】
- ・このチャイム音！【緊急地震速報】

◆その時、落ち着く方法は？

落ち着く方法を書いてください。

突然の地震 ② 守る

・地震が起きたら3ステップ

- ① 低くなる テーブルより低く
- ② 身体を守る テーブルの下に行く
- ③ じっとする テーブルにつかまる

◆具体的にできる行動・方法は？

具体的にできる行動・方法を書いてください。

突然の地震 ③ 避難

- ・もっと大きな地震がくるかも…
- ・近くで火事がおきるかも…

◆安全な場所はどこ？

安全な場所を書いてください。

◆安全な場所はどこ？

安全な場所を書いてください。

突然の事件や事故

- ・交通事故！不審者！

◆どこに連絡？ |

- ・誰かが怪我をして倒れている。

◆どこに連絡？ |

あなたの支援が必要です
ヘルプマーク

支援者・指導者及び
発見者の方へ
ありがとうございます。
中を見てください。

① 苦手なこと ② 好きなこと

✪ 体温調節

✪ 排泄

✪ 飲食好き・嫌い

✪ 服薬・アレルギー

想定：自衛隊員に抱えられて避難

◆言葉かけ

◆身体接触（距離、触れ方）

◆パニック等の混乱時

※第三者に分かりやすく伝える練習をしておきましょう。

1人でいた時の支援

♥ 呼びかけ方

♥ ニックネーム

♥ 話しかけ方

♥ 落ち着かせる方法

♥ 待っている方法

♥ 移動する方法

本人の情報

氏名

生年月日 年 月 日生

血液型 A・B・O・AB型 (RH + -)

保護者名

連絡先

住所

学校名

連絡先

かかりつけ医

連絡先

障害・病名

避難所での支援

子どもは不安を感じ
パニックになるかもしれません。
(例：突然大声をあげる、泣く、自傷行為等)
無理やり押さえ込んだり、怒鳴らないで
ゆっくりと「大丈夫だよ」と
やさしく声をかけてください。

詳しい情報を警察へお知らせください。

(110番)「場所はどこですか？」

(通報者)「迷ってる人がいます」

(110番)「事故ですか？事件ですか？」

発見者の方へ
保護者・介助者等に連絡がつかない場合は
警察110番へ 連絡をお願いします



例：路線バス 運転手さんの指示で、車内にとどまる。

例を見本に命を守る行動を書いてください。




通学で(スクールバス・公共の交通機関・徒歩・自転車)

子どもが行きそうな場所や危ない行動

例：水辺が好きで水を見ると飛び込むとする

落ち着いて、一人で抱えず、
以下のことをやっていきましょう！

- ◆警察への捜索願いを！
- ◆学校・PTA・福祉事業所に
連絡し、協力を！
- ◆駅やコンビニ等へも連絡し、協力を！
- ◆防災無線の活用(地域性あり)
- ◆捜索情報を公開する際には、
個人情報に十分注意を！

子どもが行きそうな場所や危ない行動

もしも「行方不明になったら」

例：迎えに行くまで、担当者の指示に従って待つ。

例を見本に命を守る行動を書いてください。

実習先(会社・事業所など)では



例：大規模災害時は、〇に二次避難をしている。

例を見本に命を守る行動を書いてください。

福祉事業所(放課後等デイなど)では



※ヒヤリハット：重大な事故は起こらないものの、
事故になってもおかしくない事例の事です。

「行方不明になる前に」チェックリスト
もしもの時のために、これだけは家庭でやっておきたい！

チェック項目	項目
✓	衣服や持ち物に 名前を記入していますか？
✓	その日の服装を記憶する習慣や、 記録する習慣はされていますか？
✓	本人の行動範囲や、行ったことが ある場所の記録をしていますか？
✓	本人の最近の写真・名前・連絡先を 記入したものを作成していますか？ (学校：行方不明捜索カード等)
✓	ヒヤリハット(※)事例は？ その後の対策は？

事例・対策を書いてください。

例：揺れを感じたら、クッションや座布団を頭に置いて、
テーブルの下に！

例：教室ではヘルメットをかぶり、机の下にもぐる。先生の話聞く。
廊下では、セーフティゾーンでしゃがんで、ダンゴミの姿勢。

例を見本に命を守る行動を書いてください。

学校で




みんなで守ろう
子どもの命
防犯
行方不明





どこにいても
命を守る行動を!
防災
地震




