

**SOSカード 0** 耳が聞こえないので、お願いします  
私の用件を指でさして、あなたにお知らせします。

<b>手話の</b> 出来る方は、 いませんか？	<b>今の放送は</b> 何と言って いますか？	<b>避難場所へ</b> 案内して下さい
<b>電話を</b> かけて下さい	<b>耳が</b> 聞こえません	<b>書いて</b> もらえますか？
<b>警察へ</b> 110番 して下さい	<b>急病です！</b> 119番 して下さい	<b>火事です！</b> 119番 して下さい

SOSカード 1 へすすむ

**SOSカード 1** いたいところはココです

からだのこのへんが

いたい！

いたくない    いたい    すごくいたい

SOSカード 2 へすすむ

**SOSカード 2** 今までの病気はコレです  
私は、( ? ) 年前に ( ) という病気をしました。

<b>あたま</b> 脳いっけつ、脳こうそく、くもまく下出血	<b>かお</b> てんかん、ひきつけ	<b>うで</b> 骨折、出血
<b>むね</b> 狭心症、心臓こうそく、高血圧、肺がん、ぜんそく	<b>おなか</b> 食中毒、アレルギー、胃潰瘍、骨がん、胎盤、妊娠 ? 月	<b>せなか</b> ヘルニア、骨折
<b>こし</b> ぎっくり腰、ヘルニア	<b>あし</b> 骨折、出血	

1 3 5 10 年前の病気

《避難場所・協力者・個人情報関係》  
・最寄りの避難所 / 避難場所

**避難所：**  
**避難場所：**

・協力者情報

**協力者氏名：**  
**協力者連絡先**  
(自宅)： ( )  
(携帯)： ( )  
(メールアドレス)

◎  
緊急時の協力者への連絡 (可・否)  
・日中の連絡の可否 (可・否)  
・夜間の連絡の可否 (可・否)

**協力者の手話通訳 (可・否)**

本カードに記載された個人情報を、緊急時等において医療機関、救急隊員、その他第三者へ情報提供することに同意します。

・所持者本人氏名： \_\_\_\_\_ 印  
・緊急連絡者氏名： \_\_\_\_\_ 印  
(血縁者等医療機関に来られる方)  
・協力者氏名： \_\_\_\_\_ 印

《私の情報①》

・氏名 / 性別

(ふりがな) **氏名：** \_\_\_\_\_ 男・女

・住所

**住所：** 青梅市 (マンション名等)

・生年月日

**明・大・昭・平** 年 月 日生

・連絡先等 (自宅・携帯) (電話・FAX)

**電話番号 ( ) - ( )**  
**メールアドレス** \_\_\_\_\_ @ \_\_\_\_\_

・身体障害者手帳の内容

**手帳番号：** \_\_\_\_\_ 第 \_\_\_\_\_ 号 (級)  
**障害名：** \_\_\_\_\_

・緊急連絡先 (血縁者等医療機関に来られる方)

(ふりがな) \_\_\_\_\_ (本人との続柄)  
**連絡者名：** \_\_\_\_\_ ( )  
**電話番号：** ( ) - ( )  
**メールアドレス：** \_\_\_\_\_ @ \_\_\_\_\_  
**住所：** \_\_\_\_\_  
緊急時、手術等の同意の可否 (可・否)

《私の情報②》

・血液型

**A型・B型・O型・AB型 (Rh: +, -)**

・かかりつけの医療機関等

**病名：** \_\_\_\_\_  
**服薬中の薬：** \_\_\_\_\_  
**医療機関名：** \_\_\_\_\_  
**電話番号：** ( ) - ( )  
**担当医師名：** \_\_\_\_\_ 医師 ( ) 科

**病名：** \_\_\_\_\_  
**服薬中の薬：** \_\_\_\_\_  
**医療機関名：** \_\_\_\_\_  
**電話番号：** ( ) - ( )  
**担当医師名：** \_\_\_\_\_ 医師 ( ) 科

**病名：** \_\_\_\_\_  
**服薬中の薬：** \_\_\_\_\_  
**医療機関名：** \_\_\_\_\_  
**電話番号：** ( ) - ( )  
**担当医師名：** \_\_\_\_\_ 医師 ( ) 科

《災害時に役立つリンク集①》

- 災害用伝言版
- \* NTT DoCoMo  
<http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi>
  - \* aubyKDDI  
<http://dengon.ezweb.ne.jp/>
  - \* ソフトバンク  
<http://dengon.softbank.ne.jp/>
  - \* ウィルコム  
<http://dengon.clubh.ne.jp/>
  - \* eモバイル  
<http://dengon.emnet.ne.jp/>
- 行政
- \* 内閣府 防災情報のページ  
<http://www.bousai.go.jp/>
  - \* 国土交通省 防災情報提供センター  
<http://www.mlit.go.jp/saigai/bosaijoho/>
  - \* 青梅市ホームページ  
<http://www.city.ome.tokyo.jp/>
  - \* 青梅市メール配信サービス  
事前の登録が必要です。以下のアドレスに空メールを送信してください。  
[ome@psmail.jp](mailto:ome@psmail.jp)

《災害時に役立つリンク集②》

- 聴覚障害者団体
- \* (財)全日本ろうあ連盟  
<http://www.jfd.or.jp/> (PC版)  
<http://jfd.or.jp/k/index.html> (携帯版)
  - \* (社)東京都聴覚障害者連盟  
<http://www.deaf.to/>
- 公共交通機関
- \* JR東日本列車運行情報サービス (PC版)  
<http://traininfo.jreast.co.jp/train-info/kanto.aspx>
  - \* 鉄道運行情報 (携帯版)  
<http://www.jikokuhyo.co.jp/>
  - \* 都バス運行情報 (携帯版)  
<http://tobus.jp/>
  - \* 西武バス運行情報 (携帯版)  
(西武バスロケーションシステム)  
<http://loca.seibus.co.jp/>



地区名	防災拠点	避難場所名称	避難所併設	対象地区名
青梅地区	青梅市民センター	都立青梅総合高校	●	勝沼1・3丁目、西分町
		市立第四小学校	●	勝沼2丁目
		市立第一小学校	●	住江町、本町、仲町、上町
		永山公園グラウンド		
		天ヶ瀬体育館		天ヶ瀬町、滝ノ上町、大柳町
		天ヶ瀬運動広場		
		市立第一中学校	●	森下町、裏宿町
日向和田2丁目児童遊園		日向和田		
梅郷地区	梅郷市民センター	畑中保育園		畑中
		和町運動広場		和町
		梅郷市民センター		
		市立第五小学校	●	梅郷1・2・3・4・5丁目
		市立西中学校		梅郷6丁目
柚木町運動広場		柚木町		
柚木町西運動広場				

地区名	防災拠点	避難場所名称	避難所併設	対象地区名
長瀬地区	長瀬市民センター	駒木町運動広場		駒木町
		長瀬市民センター	●	長瀬
		市立第二小学校		
		市立第二中学校		千ヶ瀬町
		市立友田小学校	●	友田町

地区名	防災拠点	避難場所名称	避難所併設	対象地区名
河辺地区	河辺市民センター	河辺町南自治会館		河辺町1・2丁目
		総合体育館	●	河辺町3・4丁目
		市立河辺小学校	●	河辺町5丁目
		河辺市民センター	●	河辺町6丁目
		わかぐさ公園		河辺町7・8丁目
市立若草小学校	●	河辺町9丁目		
市立露台中学校	●	河辺町10丁目		

地区名	防災拠点	避難場所名称	避難所併設	対象地区名
東青梅地区	東青梅市民センター	都立青梅総合高校	●	東青梅1丁目
		市立第四小学校	●	東青梅2・6丁目、根ヶ布
		市立吹上小学校	●	緒園町1・2丁目
		東青梅市民センター	●	東青梅3・5丁目、緒園町3・4丁目
		市立露台中学校	●	東青梅4丁目
		総合体育館	●	

	避難所(避難場所を兼ねる)		防災倉庫		消防署出張所		救急医療センター
	避難場所		防災行政無線スピーカー		消防団詰所・器具置場		救急病院
	東京都緊急道路		市役所(災害対策本部)		警察署		ヘリコプター臨時着陸所
	給水拠点		市民センター(防災拠点)		交番・駐在所		AED