

わたしの避難計画

区名		部	組
住所		T・S・H	年 月 日生 歳
氏名		電話	
		携帯	

1 避難所

☐	自力で避難できる	避難方法は徒歩です。
☐	自力で避難できない	避難方法は ⇒ 例) 車いす利用など です。

2 私の区内一時避難場所（集合場所）は

 です。

3 わたしの長野市指定避難場所は

 です。

4 避難を手伝ってくれる人は

	氏 名	電 話	携 帯	備 考
①				
②				
③				

* 支援者やその連絡先が昼間・夜間で異なる場合は判るようにしておきましょう。

5 生命に関わるような非常持出品は（特別な薬や医療器具など）

☐	ありません	品名や保管場所などを書いておきましょう
☐	あります ⇒⇒⇒	

6 避難する際に、支援者に特に気を付けてほしいこと（例：右足不自由・視覚障害・服薬名など）

7 その他

備考

在宅介護支援機関	所在地	電話番号	ケアマネージャー氏名

民生児童委員

* いただいた個人情報は、ご本人の同意なしに第三者に開示することはありません。

但し、災害発生時など法令により開示を求められた場合を除きます。