



災害・急病時のそなえあれこれ



1人で暮らしているけど、災害が起きた時に気付いてもらえるのかなあ…。

災害時に
そなえたい



夜や休日、体調が悪くなったらどうしよう…。

今行ける
病院を
知りたい



1人でいるとき、急に具合が悪くなったらどうしよう…。

緊急時、
誰かに
連絡したい

地域とのつながりや見守りについて、事前に知っておくことが大事なんだね。



災害時のそなえ



○あおば災害ネット（希望申込/登録制）

ひとりで避難することが**困難**な方の情報を地域で**共有**します
災害発生時に可能な範囲で避難誘導や安否確認に役立てます
地域の**民生委員**または区役所までお問い合わせください



○青葉区民防災必携

青葉区の防災情報をまとめました！
ホームページでも確認できます



青葉区HP
防災・災害

【日頃からの見守り】

○青葉ふれあい見守り事業 →P.20

私のことを
知っておいて
ほしい



【コラム】 ～地域防災拠点～
区内の拠点はこちらです。



青葉区HP
地域防災
拠点一覧

【コラム】 ～民生委員とは～
地域の身近な福祉ボランティアです。
福祉に関する心配ごとを伺い、関係機関を紹介するなどのお手伝いをします。

救急時のそなえ 急な病気やけがで迷ったら…

○夜間や休日の急な病気で病院を受診したい

<内科・小児科> 【夜間】北部夜間急病センター（都筑区）TEL 045-911-0088
【休日】青葉区休日急患診療所 TEL 045-973-2707
< 歯 科 > 横浜市歯科保健医療センター（中区）TEL 045-201-7737



○**緊急時**、速やかに**通報**ができる機器（あんしん電話）の設置
ひとり暮らしの高齢者の方などを対象とし、事前に登録した人や消防（司令）センターに通報される緊急通報機器を貸与します
青葉区高齢・障害支援課 TEL 045-978-2449 FAX 045-978-2427



○夜間や休日に精神科救急に関する相談をしたい

精神科救急医療情報窓口 TEL 045-261-7070
平日17:00～翌8:30、土・日・祝日・年末年始 8:30～翌8:30

私の緊急連絡先
弟 青葉太郎
青葉区在住
045-000-0000

【コラム】 ～救急時・災害時のススメ～

保険証や診察券、お薬手帳など、すぐに持ち出せるようにしておきましょう。
緊急連絡先も大事です！あらかじめ決めておきましょう。

緊急時

仕事①

仕事②

住まい

お金

メンタルヘルス

シニア

地域

終活

生活困難