

さくせいび  
作成日ねん がつ にち  
年 月 日

かぞくけいぞくけいかく

# 家族継続計画

Family Continuity Plan (FCP シート)



FCP シートダウンロード


**JCI**  
 Japan

がつ にち ぼうさい ひ かぞく はな あ まいとし つく  
 9月1日防災の日に家族で話し合いながら毎年作ってみよう

 家族の  
情報

1	歳
2	歳
3	歳
4	歳
5	歳

 集合  
場所
じしん  
地震のときおおあめ  
大雨のときがっこう  
学校で決まっている場所
 準備  
するもの

- |                                    |       |
|------------------------------------|-------|
| <input type="checkbox"/> 飲料水 3日分   | ( 本 ) |
| <input type="checkbox"/> 非常食 3日分   | ( 食 ) |
| <input type="checkbox"/> 軍手        | ( 個 ) |
| <input type="checkbox"/> ウエットティッシュ | ( 個 ) |
| <input type="checkbox"/> 下着 3日分    | ( 枚 ) |

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 貴重品 (現金・身分証コピー)     |  |
| <input type="checkbox"/> 緊急用品 (常備薬・救急セット)    |  |
| <input type="checkbox"/> 懐中電灯・ヘッドライト         |  |
| <input type="checkbox"/> 予備電池・モバイルバッテリー      |  |
| <input type="checkbox"/> ライター・ろうそく (火をつけるもの) |  |

## マイタイムライン (みんなの役割)

警報発生

避難指示

避難後

レジリエンス (日常生活へ向けて)

みんなで決めた家族の合言葉

[ 地震 ] 警戒レベル 4 (震度5弱) 危険な場所から全員避難

 はつどうじょうけん  
**FCP の発動条件**

[ 水害・土砂災害 ] 警戒レベル4 危険な場所から避難 (高齢者がいる場合は警戒レベル 3 で避難)

わす  
※忘れずに書いてね！

作成日

年 月 日



かぞくけいぞくけいかく

# 家族継続計画

Family Continuity Plan (FCP シート)

FCP シートダウンロード



JCI Japan

がつ にち ぼうさい ひ かぞく はな あ まいとし つく  
9月1日防災の日に家族で話し合いながら毎年作ってみよう

家族の  
情報

1	山田 太郎	40 歳
2	山田 花子	38 歳
3	山田 一郎	10 歳
4	山田 二郎	歳
5		歳

集合  
場所

じしん  
地震のとき

○○公園

おおあめ  
大雨のとき

○○公民館

がっこう  
学校で決まっている場所

小学校の体育館

準備  
するもの

- 飲料水 3日分 ( 10本 )
- 非常食 3日分 ( 食 )
- 軍手 ( 個 )
- ウエットティッシュ ( 個 )
- 下着 3日分 ( 枚 )

- 貴重品 ( 現金・身分証コピーや )
- 緊急用品 ( 常備薬・救急セット )
- 懐中電灯・ヘッドライト
- 予備電池・モバイルバッテリー
- ライター・ろうそく ( 火をつけるもの )

- 家族で別途必要なものを記載します。
- 家族で別途必要なものを記載します。
- 
- 
- 

## マイタイムライン（みんなの役割）

### 警報発生

避難経路の確認

備蓄品の確認

おかあさんのお手伝い

### 避難指示

近所への声掛け

こどもから目を離さない

親のいうことを聞く

### 避難後

災害状況の確認

親戚へ連絡

親から離れない

### レジリエンス（日常生活へ向けて）

復興計画を建てる

子どものメンタルケア

親に甘える

みんなで決めた家族の合言葉

慌てずに落ち着いて行動しよう

### FCP の発動条件

[ 地震 ] 警戒レベル 4 ( 震度 5 弱 ) 危険な場所から全員避難

[ 水害・土砂災害 ] 警戒レベル 4 危険な場所から避難

( 高齢者がいる場合は警戒レベル 3 で避難 )