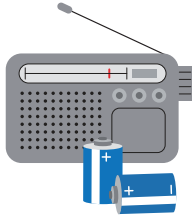


非常時持ち出し品の準備&チェック

非常時持ち出し品(例)

いざというときすぐに持ち出せるように、日ごろから準備・点検しておきましょう。事前に準備出来ているか、チェック☑しましょう。

携帯ラジオ



- ラジオ
- 電池(多めに用意)

救急医療品



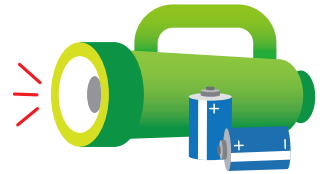
- 常備薬
- 絆創膏
- 傷薬
- 包帯
- 風邪薬
- 胃腸薬
- 鎮痛剤

貴重品



- 現金
- 預金通帳
- 印鑑
- 免許証
- 健康保険証
- 権利証書

懐中電灯



- 懐中電灯
(できれば一人にひとつ)
- 電池(多めに用意)

非常食品等

火を通さなくて食べられるもの、食器など

- 非常用食品
- 缶切り
- 紙皿
- 紙コップ
- 水筒
- 缶詰
- ミネラルウォーター
- 栓抜き



その他

- 衣類(下着・上着など)
- 生理用品
- 粉ミルク
- ウェットティッシュ
- ヘルメット
- ラップフィルム
(止血や食器にかぶせて使う)
- 防災マップ(本書)
- ロープ
- ろうそく
- 軍手
- 応急手当て用品
- 離乳食
- ティッシュ
- ホイッスル
- ハサミ
- 筆記用具・メモ帳
- 家族の連絡先
- 安否確認方法
- タオル
- 紙おむつ
- カップ
- ライター
- 携帯電話
- 携帯電話の充電器
- ゴミ袋
- ビニールシート

非常時用備蓄品(例)

災害復旧までの数日間(最低3日)を生活できるようにチェック☑しましょう。

飲料水



- 飲料水としてペットボトルや缶入りのミネラルウォーター(1人1日3リットルを目安に)
- 貯水した防災タンクなど

非常食品



- お米
(缶詰・レトルト・アルファ米も便利)
- 缶詰・レトルト食品
- 梅干し・調味料など
- ドライフーズ・チョコレート・アメ(菓子類など)

燃料



- 卓上コンロ
- ガスボンベ
- 固形燃料

その他



- 生活用水(風呂・洗濯機などに貯水)
- 毛布・寝袋・洗面用具・ドライシャンプーなど
- 調理器具(なべ・やかんなど)
- バケツ・各種アウトドア用品など

定期点検!

いざというときに支障がないように、食品類の賞味期限や持ち出し品の不備を定期的に点検しましょう。

非常時持ち出し品は定期的に点検を!

避難生活が長引くときに便利なもの

携帯トイレ、使い捨てカイロ、裁縫セット、ガムテープ、地図、さらし、スコップなど。



阪神・淡路大震災で役に立ったもの

ポリタンク、ホイッスル、予備の眼鏡・補聴器、新聞紙、補助用具としてスコップ、バールやハンマー、のこぎり、車のジャッキなど。

非常時持ち出し品は、使用するとき支障のないように、定期的に点検しておきましょう。とくに食品や飲料水の賞味期限はまめにチェックし、賞味期限がせまったものから順に入れ替えておきましょう。