

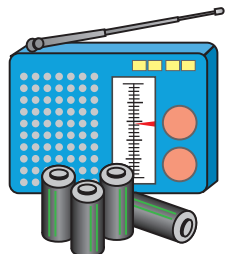
非常時持出品の準備&チェック

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。

非常時持出品(例)

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



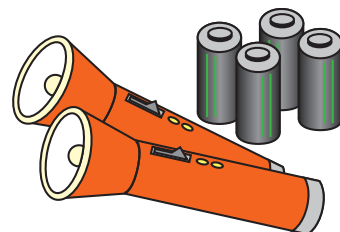
- ☐ 持病薬
- ☐ 絆創膏
- ☐ 傷薬
- ☐ 包帯
- ☐ 風邪薬
- ☐ 胃腸薬
- ☐ 鎮痛剤

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(出来れば一人にひとつ)
- ☐ 電池(多めに用意)

非常食品



火を通さなくて食べられるもの、食器など

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

その他

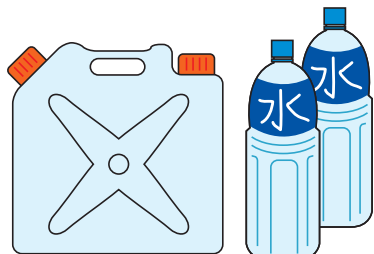


- ☐ 衣類(下着・上着など)
- ☐ 生理用品
- ☐ 離乳食
- ☐ ウェットティッシュ
- ☐ ヘルメット
- ☐ ラップフィルム
- ☐ 防寒具(時季による)
- ☐ タオル
- ☐ 粉ミルク
- ☐ 紙おむつ
- ☐ 雨具
- ☐ ライター
- ☐ 防災マップ(本書)

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



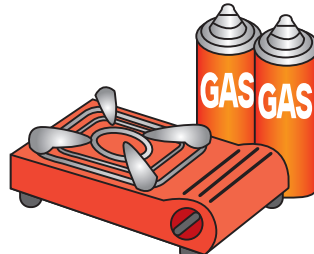
- ☐ 飲料水としてペットボトルや缶入りのミネラルウォーター(1人1日3リットルを目安に)
- ☐ 貯水したポリタンクなど

非常食品



- ☐ お米(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

非常時持出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、筆記用具(マジックなど)、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、ビニールシート、新聞紙、補助用具としてロープ、スコップ、バールやハンマー、のこぎり、車のジャッキなど。

非常時持出品は、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。