

●非常時に備え用意しておくもの

以下のリストを参考に、家族構成を考えて用意しましょう。



1 非常時持出品

避難するときには持ち出すものです。持出品は最小限とし、両手が使えるようリュックサックなどに入れておきましょう。

日用品

- マッチ
- ライター
- ろうそく
- 洗面用具
- タオル
- ティッシュペーパー
- ウェットティッシュ
- ビニール袋
- 缶切り
- ナイフ
- はし
- 使い捨て食器
- 使い捨てカイロ
- 携帯電話
- スマートフォン
- 充電器
- ゴミ袋
- ヘルメット
- 雨具
- 紙コップ
- ハンカチ
- ビニールシート
- 防災ガイドブック



救急薬品

- 絆創膏・ガーゼ
- 傷薬
- 包帯
- 鎮痛剤
- 胃腸薬
- かぜ薬
- 常備薬
- 体温計
- 生理用品



貴重品

- 現金
(公衆電話利用も考慮し10円硬貨も用意)
- 印鑑
- 健康保険証
- 預金通帳
- 免許証
- 母子手帳
- お薬手帳
- マイナンバーカード



非常食・飲料水

- 乾パン
- 缶詰
- ビスケット
- チョコレート
- ミネラルウォーター



衣類

- 下着
- 上着
- 靴下
- 手袋



こんなものも必要です

- 赤ちゃん・高齢者がいる
乳児用ミルク、おむつなど



照明器具、携帯ラジオ

- 懐中電灯
- 携帯ラジオ
- 予備電池
- ランタン



上記のほか、感染症予防のためのマスク・除菌スプレー・除菌シートなどを持参しましょう

2 非常時備蓄品

被災後の生活をささえるものです。救援体制が整うまでの数日間(最低3日間)自活できるようにしましょう。

食料品

- アルファ米
- レトルトパック食品
- カップ麺
- 缶詰
など



飲料水

- 飲料水
(1人1日当たり
3リットルが目安)
- 貯水したタンク



燃料

- 卓上コンロ
(予備のガスボンベ)
- 固形燃料

