

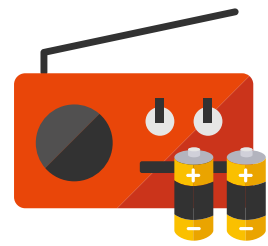
非常用持ち出し品・備蓄品の準備&チェック

いざというときすぐに持ち出せるように、日頃から準備・点検をしておきましょう。
日頃から準備できているか、チェックしましょう。

非常用持ち出し品(例)

それぞれのご家庭の状況に応じて必要なものを記入するなどして、活用してください。

携帯ラジオ



<input type="checkbox"/> ラジオ
<input type="checkbox"/> 電池(多めに用意)
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

救急医療品



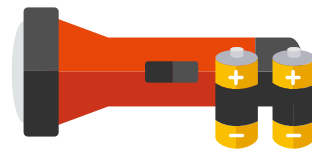
<input type="checkbox"/> 常備薬	<input type="checkbox"/> 絆創膏
<input type="checkbox"/> 傷薬	<input type="checkbox"/> 包帯
<input type="checkbox"/> 風邪薬	<input type="checkbox"/> 胃腸薬
<input type="checkbox"/> 鎮痛剤	<input type="checkbox"/> お薬手帳
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

貴重品



<input type="checkbox"/> 現金	<input type="checkbox"/> 預金通帳
<input type="checkbox"/> 印鑑	<input type="checkbox"/> 免許証
<input type="checkbox"/> 健康保険証	<input type="checkbox"/> 権利証書
<input type="checkbox"/> マイナンバーカード	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

懐中電灯



<input type="checkbox"/> 懐中電灯 (できれば一人にひとつ)
<input type="checkbox"/> 電池(多めに用意)
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

非常食品等



火を通さずに
食べられるもの、
食器など

<input type="checkbox"/> 非常用食品	<input type="checkbox"/> 缶詰
<input type="checkbox"/> 缶切り	<input type="checkbox"/> ミネラルウォーター
<input type="checkbox"/> 水筒	<input type="checkbox"/> 栓抜き
<input type="checkbox"/> 紙皿	<input type="checkbox"/> 紙コップ
<input type="checkbox"/> 割りばし	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

その他



<input type="checkbox"/> タオル	<input type="checkbox"/> ヘルメット	<input type="checkbox"/> 衣類(下着・上着など)
<input type="checkbox"/> 生理用品	<input type="checkbox"/> ライター	<input type="checkbox"/> ラップフィルム (止血や食器にかぶせて使う)
<input type="checkbox"/> 粉ミルク	<input type="checkbox"/> カップ	<input type="checkbox"/> 防災マップ(本書)
<input type="checkbox"/> 紙おむつ	<input type="checkbox"/> ウェットティッシュ	<input type="checkbox"/> 筆記用具 (マジックなど)
<input type="checkbox"/> 離乳食	<input type="checkbox"/> 携帯電話の充電器	<input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ
<input type="checkbox"/> 歯ブラシ	<input type="checkbox"/> ホイッスル	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 携帯トイレ	<input type="checkbox"/> 裁縫セット	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> ガムテープ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

感染症対策としての持ち出し品

災害が発生した場合の避難所では、密閉した空間の中での集団生活等により新型コロナウイルスをはじめ、インフルエンザや風邪等の感染症のリスクが高まる恐れがあります。少しでも感染リスクを軽減するために次のものを平時から準備しておきましょう。

<input type="checkbox"/> マスク	<input type="checkbox"/> 体温計
<input type="checkbox"/> 手洗い石けん	<input type="checkbox"/> アルコール消毒液
<input type="checkbox"/> ウェットティッシュ	<input type="checkbox"/> タオル
<input type="checkbox"/> スリッパ	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



非常用備蓄品(例)

災害復旧までの数日間(最低3日)を自活するための備蓄品

飲料水



<input type="checkbox"/> 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)
<input type="checkbox"/> 貯水した防災タンクなど
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

非常食品



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

燃料



<input type="checkbox"/> 卓上コンロ
<input type="checkbox"/> ガスボンベ
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

その他



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

定期
点検!

非常用持ち出し品・備蓄品は定期的に点検を!

使用するときに支障のないように、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。

