

非常食 インスタントラーメン・クラッカーなど、すぐに食べられるもの。アルファ米や缶詰など

●予えつわい



避難用品 軍手・ライター・ナイフ・ビニール袋・缶切り・ガスボンベ・生理用品・ウエットティッシュ・石けん・タオル・シャンプー・リンス・トイレットペーパー。

●予えつわい



乳幼児の家族で用意するもの

粉ミルク・おむつ・おむつ・離乳食・スプーン・ぞうちひも・ベビー毛布など。

●予えつわい



飲料水 1人あたり平均3リットルを目安に準備する。さらに、生活用水の確保も忘れずに。風呂の水は速やかに置いておくこと。ミネラルウォーターの保存期間は2年です。

●予えつわい



防災ずきん・帽子 (ヘルメット)

頭部を守るために、防災ずきんやヘルメットの着用は大切なことで、ぜひ用意したいものです。

●予えつわい



災害のいる家で用意するもの

防護靴・ガゼー・さし・T字帯・洗淨剤・母子手帳・ビニール風呂敷・毛布など。

●予えつわい



医薬品 消毒剤・体温計・目薬・ばんそうこう・包帯・ガゼー・マスク・とげ抜きなど。常備薬も用意しておくといい。

●予えつわい



衣類

衣類・下着・上着・靴下など。季節によっては防寒具や雨カッパ。

●予えつわい



介護困難のいる家で用意するもの

ナッシュペーパー・補助具の手術・常備薬など。

●予えつわい



貴重品 現金・現金通帳・健康保険証・免許証・印鑑・権利証書など。公衆電話用の10円硬貨も用意したい。

●予えつわい



日用品

避難生活が長く続く場合に、あると便利なもの。ポリタンク・カイロ・ロープ・地図・筆記用具・メガネ・救急セット・ホイッスル・ナッシュ・新聞紙など。

●予えつわい



非常時持ち出し品のポイント

- ①持ち運びしやすいように、10kg～15kgにまとめる。
- ②各自に一つのリュックを用意して、玄関先や車のトランクに入れておく。
- ③食料品や医薬品など、賞味期限や有効期限のあるものについては、定期的に点検をする。

