

家庭で準備しておくもの

☆非常用持ち出し品

-

非常用持ち出し品チェックリスト

- ☐貴重品（現金、通帳など） ☐飲料水（携帯用飲料水）
☐非常食（乾パン、アルファ化米、缶詰など）
☐応急医薬品（絆創膏、傷薬、鎮痛剤、解熱剤など） ☐衣類（上着、下着、履物、タオルなど）
☐携帯トイレ ☐懐中電灯 ☐ラジオ
☐生活用品（歯ブラシ、歯磨き粉、ライター、ナイフ、ビニール袋、軍手、予備電池など）
☐家庭の事情にあわせて準備するもの（ほ乳瓶、おむつ、生理用品、予備メガネ、持病薬など）
☐季節に合わせた備え（暑い時期の熱中症対策、寒い時期の防寒対策）

☆非常用備蓄品

- [illegible]

非常用備蓄品チェックリスト

- ☐非常食品（レトルト食品、ドライフーズ、栄養補助食品、菓子類など）
☐飲料水・生活用水（1人1日3リットル×7日分を目安） ☐給水用品（ポリ容器、バケツなど）
☐卓上コンロ・カセットボンベ ☐固形燃料（まきなど） ☐携帯トイレ ☐生活用品（食品ラップ、ビニールシート、トイレトペーパーなど）
☐家庭の事情にあわせて準備するもの（ほ乳瓶、おむつ、生理用品、持病薬、ペット用品など）