

災害は突然やってきます。いざという時慌てないように、普段から各家庭で非常時に持出しするものを話し合っておきましょう。

☆参考にしてください

## 非常持出し品チェックリスト



【一次持出し品】 避難するとき最初に持ち出せるよう準備しておくものです。

分類	物品名	チェック	分類	物品名	チェック
貴重品類	預金通帳		食料等	乾パン	
	カード類			缶詰	
	健康保険証			ミネラルウォーター	
	免許証			組食器・缶切り	
	証書類		衣類	下着類	
	印鑑			防寒着	
	家や車の鍵			雨ガッパ	
	携帯電話			タオル・ハンカチ	
避難用具	携帯ラジオ		生活用品	万能ナイフ	
	懐中電灯・ろうそく			マッチ・ライター	
	予備電池・充電器			滑り止め付軍手	
	ヘルメット			ビニールシート	
救急用具	消毒液			ヒモ・ガムテープ	
	傷薬			ティッシュ	
	湿布薬			裁縫道具	
	三角巾・包帯・脱脂綿			洗面道具	
	ばんそうこう		その他	生理用品	
	風邪薬・胃腸薬			赤ちゃん用品	
	常備薬			筆記用具	

【二次持出し品】 災害復旧までの数日間を自足できるよう準備しておくものです。

家族1人当たり3日分をめどに用意しましょう。

- 飲料水 大人1人当たり一日3Lが必要最低量。家族全員分のペットボトル等をストックしておきましょう。
- 食料品 そのままで、または簡単な調理で食べられる物。缶詰、レトルト食品、カップ麺、アルファ米など。調味料も忘れずに用意しましょう。
- 燃料・その他 短期間なら卓上コンロや固形燃料で十分ですが、冬季は暖房用の燃料が必要です。その他、ビニール袋、新聞紙、キッチン用ラップなどがあると便利です。