



備えておこう！「非常持ち出し品」と「非常備蓄品」



すぐに持ち出す「非常持ち出し品」チェックリスト

必要最低限のものをまとめ、すぐ取り出せるところに保管しておきましょう。
各家庭の構成や状況に合わせた準備を定期的に見直しをしましょう。

チェック	品名	チェック	品名
<input type="checkbox"/>	非常食	<input type="checkbox"/>	ライター(マッチ)
<input type="checkbox"/>	飲料水	<input type="checkbox"/>	ナイフ、缶切り、栓抜き
<input type="checkbox"/>	携帯ラジオ	<input type="checkbox"/>	ティッシュ
<input type="checkbox"/>	懐中電灯・ランタン	<input type="checkbox"/>	タオル
<input type="checkbox"/>	ヘルメット・防災ずきん	<input type="checkbox"/>	ビニール袋
<input type="checkbox"/>	救急医薬品 	<input type="checkbox"/>	上着・下着
<input type="checkbox"/>	常備薬	<input type="checkbox"/>	軍手・靴下
<input type="checkbox"/>	貴重品(預貯金通帳、印鑑など)	<input type="checkbox"/>	充電器・乾電池
<input type="checkbox"/>	現金	<input type="checkbox"/>	筆記用具
<input type="checkbox"/>	健康保険証のコピー	<input type="checkbox"/>	スリッパ・くつ
<input type="checkbox"/>	住民票のコピー	<input type="checkbox"/>	レインコート 
<input type="checkbox"/>	ホイッスル	<input type="checkbox"/>	

そのほかに、普段から持ち歩くもの、車に置いておくもの、
会社に置いておくものなども準備しておきましょう。



家族構成などに合わせた準備を！

高齢者・障がい者がいる

着がえ・おむつ・障がい者手帳
常備薬・感染症対策・補助具の
予備・おかゆ等やわらかい非常食

妊婦・乳幼児がいる

粉ミルク・離乳食・おんぶひも
おむつ・おしりふき・バスタオル
母子手帳・衛生用品は多めに。

子どもがいる

救急セット・雨具・簡易トイレ
家族の顔写真・名札など
菓子類などの甘味・おもちゃ

ペットがいる

キャリーケース・予備の首輪やリード
療法食・常備薬・ペットフード
鑑札・健康の記録・迷子対策

復旧までに必要な「非常備蓄品」チェックリスト

災害の援助が行き届くまでの生活用品を少なくとも7日分以上備えましょう。
食料品・水は機期限前に消費・買い足しをする「ローリング・ストック」を。

チェック	品名
<input type="checkbox"/>	水(1人あたり1日3ℓ)
<input type="checkbox"/>	食品(缶詰、レトルト食品、ドライフーズなど) 
<input type="checkbox"/>	食品(調味料、スープ、みそ汁など)
<input type="checkbox"/>	食品(チョコレート、あめなど)
<input type="checkbox"/>	燃料(卓上コンロ、ガスボンベ) 
<input type="checkbox"/>	毛布、タオルケット、寝袋など
<input type="checkbox"/>	洗面用品
<input type="checkbox"/>	鍋、やかん、簡易食器(わりばし、紙皿、紙コップ)
<input type="checkbox"/>	ラップ、アルミホイルなど
<input type="checkbox"/>	ウェットティッシュ、トイレトペーパーなど
<input type="checkbox"/>	マスク、使い捨てカイロなど
<input type="checkbox"/>	簡易トイレ 
<input type="checkbox"/>	女性用品
<input type="checkbox"/>	補聴器など
<input type="checkbox"/>	工具類