

準備できていますか？

避難袋



非常用持出品チェックシート

玄関など持ち出しやすい場所におき、定期的に中身の整理や見直しをしましょう。

●生活用品

- 厚手の手袋 (軍手)
- ブランケット (アルミシート)
- 紙皿・コップ
- スプーン・フォーク (使い捨て)
- ライター・マッチ (点火棒)
- カッター・はさみ
- 携帯用トイレ
- アルコール消毒液
- マスク
- 体温計
- ポリ袋・ゴミ袋 45L
- ラップ
- アルミホイル
- テッシュペーパー
- トイレットペーパー
- タオル
- 布製ガムテープ
- ビニール手袋
- 歯みがきセット
- 耳栓
- 筆記用具 (マジック・メモ用紙)

●貴重品類

- 現金 (小銭)
- 通帳の番号 (控え)
- 保険証の番号 (控え)
- 免許証の番号 (控え)
- 印鑑

●避難用具

- 懐中電灯
- 携帯ラジオ
- 予備の乾電池
- ヘルメット・防災頭巾

●非常食品など

- 飲料水
- 無洗米
- レトルト食品
- 乾麺 即席麺
- 乾パン
- 缶詰
- 果物の缶詰
- お菓子

●その他

- 携帯用カイロ
- 給水パック
- ロープ
- ホイッスル
- サングラス

●救急用具

- 救急箱 (爪きり・綿棒など)
- 処方箋の控え
- 持病の薬

●衣料品

- 下着・靴下
- 長袖・長ズボン
- 雨具

●女性

- 生理用品
- 基礎化粧品

●乳幼児

- 粉ミルク (液体ミルク)
- 哺乳瓶
- 離乳食
- お尻拭き
- おむつ

●高齢者

- 入れ歯洗浄剤
- 眼鏡

