

# 家庭で準備するもの



非常用品は、状況に合わせて2種類を用意します。  
家族の人数、構成に合わせて余裕を持った準備を心がけましょう。

すぐに持ち出せる

## 非常持出品

できれば、家族全員に1つずつリュックサックを用意します。  
とっさに持ち出せるよう、目につくところに備えておきましょう。

- |   |                                    |  |
|---|------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> 貴重品・現金         | <input type="checkbox"/> タオル       | <input type="checkbox"/> ティッシュペーパー・ウェットティッシュ |
| <input type="checkbox"/> 免許証・健康保険証・権利証書 | <input type="checkbox"/> 懐中電灯・予備電池 | <input type="checkbox"/> 下着・着替え              |
| <input type="checkbox"/> 携帯電話・充電器       | <input type="checkbox"/> ホイッスル     | <input type="checkbox"/> ビニール袋               |
| <input type="checkbox"/> 飲料水            | <input type="checkbox"/> 小型ナイフ     | <input type="checkbox"/> 筆記用具(油性ペン)          |
| <input type="checkbox"/> 非常食            | <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ     | <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ             |
| <input type="checkbox"/> ヘルメット・防災ずきん    | <input type="checkbox"/> マッチ・ライター  | <input type="checkbox"/> スリッパ                |
| <input type="checkbox"/> 軍手             | <input type="checkbox"/> 予備のメガネ    | <input type="checkbox"/> 医薬品                 |
| <input type="checkbox"/> マスク            | <input type="checkbox"/> 雨具・雨合羽    | <input type="checkbox"/> 除菌スプレー・感染症対策用品      |

自宅または避難先での避難生活に備える

## 非常備蓄品

救援物資が届くまで自活できるよう、食糧品、  
消耗品は一人3日以上、できれば1週間分を用意しましょう。

- |  |                                       |  |
|--|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> 缶詰・レトルト食品     | <input type="checkbox"/> 毛布・寝袋・タオルケット | <input type="checkbox"/> 歯みがきセット         |
| <input type="checkbox"/> お菓子類          | <input type="checkbox"/> マット・シート      | <input type="checkbox"/> 洗面用具・石けん        |
| <input type="checkbox"/> インスタント食品・スープ類 | <input type="checkbox"/> トイレットペーパー    | <input type="checkbox"/> 卓上コンロ・予備のガスボンベ  |
| <input type="checkbox"/> わりばし、紙のコップ・皿  | <input type="checkbox"/> 折りたたみ式ポリタンク  | <input type="checkbox"/> キッチン用ラップ・アルミホイル |
| <input type="checkbox"/> 飲料水           | <input type="checkbox"/> 簡易トイレ        | <input type="checkbox"/> ゴミ袋             |
| <input type="checkbox"/> 下着・衣類(ジャージなど) | <input type="checkbox"/> 鍋・やかん        | <input type="checkbox"/> 裁縫セット・工具類       |
|  |                                       | <input type="checkbox"/> 生理用品・介護用品など     |



## 乳幼児のいる家庭 (3日~1週間分を目安に)

- |  |  |  |
|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> ベビーフード        | <input type="checkbox"/> おやつ             | <input type="checkbox"/> 母子手帳          |
| <input type="checkbox"/> ほ乳びん          | <input type="checkbox"/> おむつ(圧縮袋に入れておく)  | <input type="checkbox"/> おもちゃ(音が出ないもの) |
| <input type="checkbox"/> スティックタイプの粉ミルク | <input type="checkbox"/> おしりふき・ウェットティッシュ |  |



## ペットのいる家庭 (3日~1週間分を目安に)

- |   |   |                                     |
|---|---|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> フード、飲料水、食器     | <input type="checkbox"/> バスタオル、くし、ブラシ、ガムテープ | <input type="checkbox"/> 動物の写真、健康メモ |
| <input type="checkbox"/> 排泄用品、猫砂、ペットシート | <input type="checkbox"/> キャリーバッグ、簡易ケージ      | <input type="checkbox"/> 引き綱、首輪、迷子札 |