

# 非常用持ち出し品の準備、できていますか？

自宅が被災したときは、安全な場所に避難し避難生活を送ることになります。非常時に持ち出すものを、あらかじめリュックサック等に詰めておき、いつでもすぐに持ち出せるようにしましょう。

## 非常用持ち出し品チェックリスト

水(飲料水)

食品

(米(アルファ米など)、レトルト食品、乾パンなど:最低3日分)

缶詰



防災用ヘルメット・防災ずきん

衣類・下着

レインウェア

スリッパ

懐中電灯

携帯ラジオ

携帯電話

予備電池・携帯等の充電器

マッチ・ライター・ろうそく

救急用品

(ばんそうこう、包帯、消毒液など)

使い捨てカイロ

ブランケット

軍手

洗面用具・歯ブラシ・歯磨き粉

タオル

ペン・ノート

マスク



手指消毒用アルコール

石鹸・ハンドソープ

ウェットティッシュ

体温計

貴重品



(通帳、現金、マイナンバーカード、運転免許証、保険証)

持病の薬



その他

---

---

