

『いのち』をつなぐ非常持出袋

非常持出品

チェックした日: 年 月 日

避難する時に持ち出す最小限の必需品。

リュックに詰めておき、寝室・車の中・玄関など持ち出しやすい場所に置きます。

☐ 非常食 (乾パン・缶詰など)



☐ 飲料水

☐ 携帯ラジオ (電池は外しておく・予備電池)



☐ 懐中電灯 (予備電池・電球)



☐ ろうそく

☐ 現金・貴重品 (通帳・印鑑など)

☐ 救急医療品・常備薬

☐ ポディシート

☐ 健康保険証のコピー

☐ 住民票のコピー

紙製の証明や証明書、印鑑などはファスナー付ビニールケースに入れておくと防水にもなります。

☐ ビニール袋

☐ 衣類 (防寒具含む)

☐ 軍手・ヘルメット (防災ずきん)



☐ ライター・マッチ

☐ ナイフ・缶切り

☐ 携帯電話の非常用電源

☐ ティッシュ・タオル



非常備蓄品

チェックした日: 年 月 日

災害復旧までの数日間を生活するためのものです。

少なくとも3日は自力で生活できるだけの量を準備してください。

☐ 食品 (レトルト食品・アルファ米など)

☐ 食品 (チョコレート・アメ)



☐ 食品 (調味料・スープなど)

☐ 水 (1人あたり1日3リットル)

☐ 洗面用具 (ドライシャンプー・石鹸)

☐ 毛布・寝袋

☐ 燃料 (カセットコンロ・ガスボンベ)



オール電化住宅の必需品。ガスが供給されなくなった時に役立ちます

☐ ガムテープ・油性マジック

避難先や、メッセージを書いて玄関等に貼れます

☐ ラップ・アルミホイル

お皿や食器に敷くと洗わずに済みます

☐ 簡易食器 (割りばし・紙コップ・紙皿)



☐ ウエットティッシュ・トイレットペーパー

☐ 使い捨てカイロ・マスク・新聞紙



☐ 工具 (ロープ・スコップ)

☐ 鍋・やかん

☐ 簡易トイレ

☆笛・ホイッスル・ライト付きキーホルダー☆

声の出しにくい状況から、救助してもらう時に使います

MEMO