

◆非常用バッグの準備は出来ていますか？

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。非常時に持ち出すべきものをあらかじめリュックサックに詰めておき、いつでもすぐに持ち出せるように準備しておきましょう。以下のチェックリストで備えるべき物をチェックしてみてください。

災害時の備えチェックリスト

非常時持ち出し袋（避難の際に持ち出すもの）

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 水 | <input type="checkbox"/> 軍手 |
| <input type="checkbox"/> 食品（米・レトルト・ビスケット等3日分） | <input type="checkbox"/> 洗面道具 |
| <input type="checkbox"/> 防災用ヘルメット・防災ずきん | <input type="checkbox"/> 歯ブラシ・歯磨き粉 |
| <input type="checkbox"/> 衣類・下着 | <input type="checkbox"/> タオル |
| <input type="checkbox"/> レインウェア | <input type="checkbox"/> ペン・ノート |
| <input type="checkbox"/> 紐なしのズック靴 | <input type="checkbox"/> マッチ・ろうそく |
| <input type="checkbox"/> 懐中電灯（手動充電がお勧め） | <input type="checkbox"/> 救急用品（絆創膏・包帯・消毒液など） |
| <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ（手動充電がお勧め） | <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ |
| <input type="checkbox"/> 予備電池・携帯充電器 | <input type="checkbox"/> ブランケット |

感染症対策に（◎_◎;）

- | | |
|--------------------------------------|------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> マスク・体温計 | <input type="checkbox"/> 石鹸・ハンドソープ |
| <input type="checkbox"/> 手指用消毒用アルコール | <input type="checkbox"/> ウエットティッシュ |

忘れずに（◎o◎）！

- 貴重品（通帳・免許証・病院の診察券・パスポート・マイナンバーカードなど）

お子様がいるご家庭

- | | |
|----------------------------------|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> ミルク | <input type="checkbox"/> 子供用オムツ |
| <input type="checkbox"/> 使い捨て哺乳瓶 | <input type="checkbox"/> お尻ふき |
| <input type="checkbox"/> 離乳食 | <input type="checkbox"/> 携帯用お尻洗浄機 |
| <input type="checkbox"/> 携帯カトラリー | <input type="checkbox"/> ネックライト |

女性の備え

- | | |
|--------------------------------------|------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 生理用品 | <input type="checkbox"/> サニタリーショーツ |
| <input type="checkbox"/> 防犯ブザー/ホイッスル | <input type="checkbox"/> おりものシート |
| <input type="checkbox"/> 中身の見えないゴミ袋 | |

高齢者がいる家庭の備え

- | | |
|---------------------------------------|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 大人用紙パンツ | <input type="checkbox"/> 入れ歯 |
| <input type="checkbox"/> デリケートゾーンの洗浄剤 | <input type="checkbox"/> 杖 |
| <input type="checkbox"/> 入れ歯用洗剤 | <input type="checkbox"/> 持病の薬 |
| <input type="checkbox"/> 補聴器 | <input type="checkbox"/> 男性用吸水パッド |