

じゅん び ひ じょうもちだしひん 準備しておきたい非常持出品

ひ じょうもちだしひん かぞくこうせい かんが ひつよう ぶん ようい ひなんじ と だ ば
非常持出品は家族構成を 考 えて必要な分だけ用意し、避難時にすぐに取り出せる場
しょ ほ かん さいがいほっせいじ さいしょ も だ ひ じょうもちだしひん さいがい ふつきゅう
所に保管しておきましょう。災害発生時に最初に持ち出す非常持出品と、災害から復旧
すうじつかん ささ ひ じょう びちくひん わ ようい
するまでの数日間を支える非常 備蓄品を分けて用意しておきましょう。

ひ じょうもちだしひん さいていげん 非常持出品 (最低限そろえておきたいもの)

かいちゅうでんとう ・懐中電灯

にん ようい よ び でんち でんきゅう わす
できれば1人にひとつ用意。予備の電池と電球も忘れずに。

けいたい ・携帯ラジオ

こ がた かる りょうほう き ようい よ び でんち おお ようい
小型で軽く、AM/FMの両方を聞けるものを用意。予備の電池は多めに用意を。

ひ じょうしょく みず ・非常食・水

かんづめ ひ とお た みず べんり にゅうよう
カンパンや缶詰など、火を通さずに食べれるものを。水はペットボトルが便利。乳幼
じ ばあい こな わす
児がいる場合には粉ミルクなども忘れずに。

きちょうひん ・貴重品

げんきん よ ちぎんつうちょう いんかん けんこう ほ けんしょう じゅうみんひょう
現金、預貯金通帳、印鑑、健康保険証、住民票のコピーなど。

きゅうきゅういやくひん ・救急医薬品

ぐすり げねつざい ぐすり いちょうやく めぐすり じょうびやく わす
キズ薬、ばんそうこう、解熱剤、かぜ薬、胃腸薬、目薬など。常備薬があれば忘
ようい
れず用意を。

・その他

ぼうさい うわぎ したぎ ぐんて かみ しょつき
ヘルメット (防災ずきん)、上着・下着、タオル、軍手、紙の食器、ライター (マッ
かん き せん ぬ せいりょうひん かみ にゅう
チ)、缶切り、栓抜き、ろうそく、ナイフ、ビニールシート、生理用品、紙おむつやほ乳
びんなど。

ひ じょう びちくひん さいがいじ そな 非常 備蓄品 (災害時に備えるために)

しょくりょうひん ・食料品

かんづめ しょくひん えいよう ほ じょしょくひん ちょう みりょう しょくりょう ひ じょう
缶詰やレトルト食品、ドライフーズや栄養補助食品、調味料など。食料は非常
しょく にちぶん ふく すうじつぶん さいていげん びちく
食3日分を含む数日分を最低限備蓄しておきましょう。

みず ・水

いんりょうすい おとな とりあ にち3りつとる めやす すく にちぶん ようい
飲料水は大人1人当たり、1日3 ℓ が目安。少なくとも3日分の用意を。

ねんりょう た
・燃料・その他

たくじょう こけいねんりょう よび ほか もうふ ねぶくる せんめんようぐ
卓上コンロや固形燃料、予備のガスボンベの他、毛布、寝袋、洗面用具、ラップ、
ロープ、バール・スコップ等工具、トイレットペーパーなど。

ようい ひつよう
こんな用意も必要です。

にゅうようじ かてい ようい
乳幼児のいる家庭で用意するもの

にゅう りにゅうしょく せんじょうめん
・ミルク、ほ乳びん、離乳食、スプーン、おむつ、洗淨綿、おんぶひも、バスタオル
またはベビー毛布、ガーゼまたはハンカチ、バケツ、ビニール袋、石けんなど。

にんぶ かてい ようい
妊婦のいる家庭で用意するもの

だっしめん じたい せんじょうめん しんせいじょうひん ふ
・脱脂綿、ガーゼ、サラン、T字帯、洗淨綿および新生児用品、ティッシュ、ビニール風
呂敷、母子手帳、新聞紙、石けんなど。

ようかいごしゃ かてい ようい
要介護者のいる家庭で用意するもの

きが しょうがいてちょう ほじょぐなど よび じょうびやく
・着替え、おむつ、ティッシュ、障害手帳。補助具等の予備、常備薬など。

じゅんび
準備をしておかないとどうなる？

だいさいがい はっせい ばあい すいどうしせつ しょう どうろ せんかい
・大災害が発生した場合、水道施設などが使用できなくなったり、道路の損壊などによ
り防災機関による救援活動がすぐできない可能性もあります。災害発生後の数日間は自
そく じゅんび
足できるよう準備をしておきましょう。