

# 非常持出品・備蓄

## 非常持出品

すぐに持ち出せるように、リュックなどにまとめておきましょう！

### 常備薬・救急セット

包帯、ガーゼ、バンソウコウ、傷薬、消毒薬、胃腸薬、はさみなど軽いケガや病気に応急処置ができるもの。



### 非常用食料

米(アルファ米など)、乾パン、インスタントラーメン、クラッカー、缶詰、飲料水など。



### 応急生活用品

貴重品(現金など)、タオル、ちり紙、洗面用具、メガネ、下着、上着類、軍手、雨具、ビニール袋、ナイフ、ロープ、ラジオ、ろうそくなども準備。



## 備蓄品

災害復旧までの数日間(最低3日)分準備するもの

### 非常食品・飲料水

備蓄の量としては、3日分の水や食料が目安です。



### カセットコンロ

お湯を沸かす道具として、燃料も忘れずに。



### その他生活用品

洗面用具、ろうそく、新聞、なべ、バケツ、毛布など。



### 高齢者や体の不自由な方がいる家庭

### 介護・看護用品・おむつ

看護用品、紙おむつやティッシュペーパーなど。



### 赤ちゃんがいる家庭

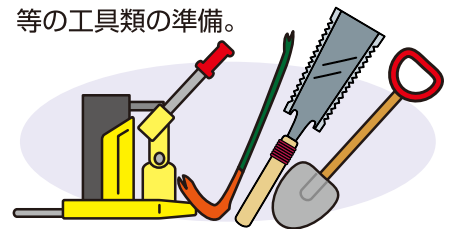
### 粉ミルク・ほ乳瓶・おむつ

ミネラルウォーターを忘れずにご用意ください。お子さんの状況によっては離乳食も準備。



### 工具類など

バール、のこぎり、ジャッキやスコップ等の工具類の準備。



準備できたものは、  
チェック☑しましょう！