非常持ち出し品（非常袋）の事前準備をしましょう

すぐに避難できるように、最低限必要なものをかさばらないように早めに用意しておきましょう。

非常持ち出し品チェックリスト

貴重品

- □現金
- □通帳・印鑑
- □健康保険証コピー
- □免許証コピー
- □住民票コピー
- □重要書類コピー
- □緊急連絡簿

救急セット

- □ばんそうこう
- □消毒薬
- □ガーゼ・脱脂綿
- □包帯・三角巾
- □マスク
- □体温計
- □ピンセット・毛抜き
- □はさみ
- □風邪薬
- □胃腸薬
- □鎮痛剤
- □傷薬
- □常備薬（　　）

非常食

- □飲料水
- □乾パン
- □カップラーメン
- □缶詰
- □チョコレート・あめ玉
- □レトルト食品

非常用備蓄品は、災害復旧までの数日間（最低３日分）を生活できるように準備しておくものです。

備品

- □懐中電灯
- □ローソク
- □ライター・マッチ
- □ナイフ
- □滑り止め軍手
- □ロープ
- □携帯ラジオ
- □携帯電話用持運充電器
- □乾電池
- □レジャーシート
- □携帯用簡易トイレ

衣類

- □下着
- □上着
- □靴下
- □ハンカチ・タオル
- □ヘルメット・防災頭巾
- □紙おむつ・粉ミルク・ほ乳ビン
- □ビニールレインコート
- □防寒具

雑貨

- □ティッシュ・ウェットティッシュ
- □生理用品
- □ゴミ袋・ビニール袋
- □ラップフィルム
  （止血や汚れた食器にかぶせて使う）
- □クイックコンロ・燃料
- □缶切り・栓抜
- □紙皿、紙コップ、箸
- □予備のメガネ
- □使い捨てカイロ