

持ち出し品リスト

非常持ち出し袋に入れるもの

- | | |
|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 書類関係のコピー
(保険証・免許証・診察券・お薬手帳・通帳・証書類) | <input type="checkbox"/> 衛生用品
(マスク・ウェットティッシュ・タオル
・石けん・歯ブラシ・生理用品) |
| <input type="checkbox"/> 現金 (小銭も多めに) | <input type="checkbox"/> 予備の電池・携帯電話の充電器 |
| <input type="checkbox"/> 家・車の合鍵 | <input type="checkbox"/> その他
(はさみ・ビニール袋・カイロ) |
| <input type="checkbox"/> 筆記用具 (油性ペン・ノート) | |
| <input type="checkbox"/> 懐中電灯 | |
| <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ | |
| <input type="checkbox"/> 笛 | |
| <input type="checkbox"/> ヘルメット・帽子 | |
| <input type="checkbox"/> 軍手・マスク | |
| <input type="checkbox"/> 飲料水・非常食
(そのまま食べられるモノ) | |
| <input type="checkbox"/> トイレ用品 (携帯用トイレ) | |
| <input type="checkbox"/> 救急用品
(傷バンド・消毒ガーゼ) | |
| <input type="checkbox"/> 衣類 (着替え・下着・簡易雨具) | |
| <input type="checkbox"/> メガネ・常備薬 | |

車の中に常備するもの

- | | |
|---------------------------------|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 大型懐中電灯 | <input type="checkbox"/> 救出道具 |
| <input type="checkbox"/> 小型消火器 | <input type="checkbox"/> 地図 |
| <input type="checkbox"/> 簡易食器 | <input type="checkbox"/> ハザードマップ |
| <input type="checkbox"/> 寝袋・シート | |

いつも携帯していただきたいもの

- | | |
|----------------------------------|------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 緊急連絡先一覧 | <input type="checkbox"/> 家の鍵 |
| <input type="checkbox"/> 携帯電話 | <input type="checkbox"/> 笛 |
| <input type="checkbox"/> 家族の写真 | |

それぞれに必要なものを用意しましょう



高齢者

- 介護手帳 入れ歯・ケース 杖 老眼鏡 etc.



乳幼児

- おむつ おしりふき 粉ミルク
哺乳瓶(使い捨て) おもちゃ 爪切り etc.



ペット

- エサと水 ソフトケージ 常備薬 (ペット用)
新聞紙 ポリ袋 etc.

備蓄品リスト

甘い物、しよっぱいもの...
飽きが来ない
ように
まんべんなく



飲食料品 最低でも3日分! できれば7日分用意しましょう

水...1日分3リットル×家族の人数分

非常食...

調理が必要なもの

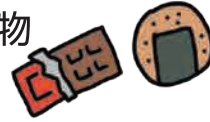
- ・インスタントラーメン
- ・無洗米
- ・個別包装の餅

お湯が必要なもの

- ・カップラーメン
- ・粉末スープ

調理が不要なもの

- ・缶詰(缶切り不要タイプ)
- ・乾パン、ビスケット
- ・好物



好きな食べ物を
食べると
元気がでくる!

明かり・電池など

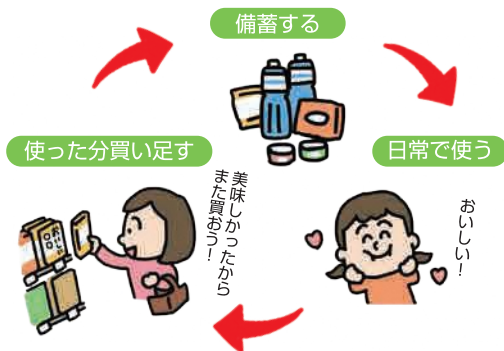
- 懐中電灯
- ろうそく
(マッチ・ライター)
- カセットコンロ・ボンベ
- 携帯電話などの充電器
- 乾電池...必要数の2倍
用意

身近な小物

- ラップ
- ウェットティッシュ
- ビニールシート
- ハサミ・カッター
- ガムテープ
- 着替え
- 新聞紙
- トイレットペーパー
- 段ボール(5~6箱)
- ポリタンク(給水用)
- ゴミ袋
- 台車・カート
- ビニール袋

ローリング・ストック法とは

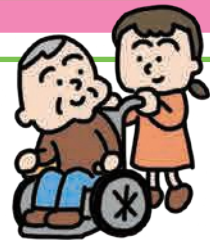
物資を特別に備えるのではなく、日頃から食べているものや使っているものを少し多めに購入し、食べた分を補充しながら日常的に備蓄すること。消費期限切れなどの無駄のない備えが出来ます。



避難行動要支援者登録制度

災害時に自力で避難することが困難な方(要配慮者)を支援します。

※要配慮者とは、高齢者・障がい者・妊産婦・乳幼児などを指します。



——— 高齢者・障がい者の方は問い合わせ先を設けています。 ———

高齢者の方の問い合わせ先

➔ 介護高齢課高齢対策係(0257-21-2228)

障がい者の方の問い合わせ先

➔ 福祉課障害福祉係(0257-21-2234)