

# 非常時に役に立つもの

災害時に備えて準備しておくものは、家族構成を考えて必要数をそろえ、保管しておきましょう。また、非常持出品は、リュックサックなどの非常持出袋に入れて保管し、それ以外の備蓄品とは分けておきましょう。

## 最低限準備しておくべきもの(非常持出品)

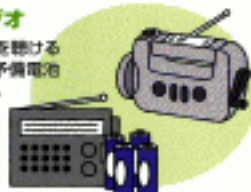
### ●懐中電灯

できれば1人に1つ用意を。予備電池・電球もあわせて準備。



### ●携帯ラジオ

AM・FM両方を聴けるものを用意。予備電池も多めに準備。



### ●救急医薬品

消毒薬、包帯、絆創膏、かぜ薬、解熱剤、胃腸薬など。常備薬があれば、必ず準備。



### ●非常食及び飲料水

調理の不要な缶詰、乾パンなど。3日分を用意。水はペットボトルで準備を。



### ●現金・貴重品

現金には、公衆電話の活用を考慮して、10円硬貨も入れておくこと。貴重品は、現金簿帳、健康保険証、免許証のコピーや印鑑など。



### ●ヘルメット・着替・タオル・着替え(上着・下着)

一人ひとりに準備。着替えの衣類は、長袖・長ズボンを用意。



### ●その他

ライター・マッチ、ろうそく、ナイフ、缶切り、ビニール袋、ティッシュ、ウェットティッシュ、ビニールシート、生理用品など。乳幼児やお年寄りがある家庭は、ほ乳瓶、粉ミルク、紙おむつなども忘れずに。



## 被災後の生活のために準備しておきたいもの(災害用備蓄品)

### ●食料

缶詰、レトルト食品、カップ麺、栄養補助食品など。非常食3日分を含め、7日分を目安に確保しておく。



### ●水

1人1日当たり3リットルを目安に、3日分の備蓄を。ペットボトル、ポリタンクへの汲み水のほか、風呂桶への貯水を習慣づけることも大切。



### ●カセットコンロなど

予備ボンベも忘れずに。野外バーベキュー用品(木炭・炭形燃料もあわせて備蓄)も便利。



### ●消火・救助用品

消火器、のこぎり、スコップ、バール、車のジャックなど。



### ●その他(阪神・淡路大震災で役に立ったもの)

- ・ホイッスル
- ・予備の鉄鍋・補聴器
- ・ビニールシート
- ・ビニールラップ
- ・新聞紙
- ・携帯トイレ
- ・使い捨てカイロ
- ・載置セット
- ・ガムテープ
- ・地図
- ・さらし
- ・筆記用具(マジックなど)など

※大規模災害の発生直後は、ライフラインの損壊等により、救援物資がすぐには届かないことも考えられます。発災から最低3日分の非常食及び飲料水を準備しておく必要があります。