非常時持出品の準備&チェック

いざというときすぐに持ち出せるように、日ごろから準備・点検しておきましょう。

非常時持出品（例）

事前に準備出来ているか、チェック☑しましょう。

携帯ラジオ

- □ ラジオ
- □ 電池（多めに用意）

救急医療品

- □ 常備薬
- □ 絆創膏
- □ 傷薬
- □ 包帯
- □ 風邪薬
- □ 胃腸薬
- □ 鎮痛剤

貴重品

- □ 現金
- □ 預貯金通帳
- □ 印鑑
- □ 免許証
- □ 健康保険証
- □ 権利証書

懐中電灯

- □ 懐中電灯（出来れば一人にひとつ）
- □ 電池（多めに用意）

非常食品等

- □ カンパン
- □ 缶詰
- □ 非常用食品
- □ ミネラルウォーター
- □ 離乳食
- □ 粉ミルク

その他

- □ 衣類（下着・上着など）
- □ 生理用品
- □ 缶切り
- □ 紙皿
- □ 水筒
- □ ウェットティッシュ
- □ ヘルメット
- □ 防災マップ（本書）
- □ タオル
- □ 紙おむつ
- □ 栓抜き
- □ 紙コップ
- □ カッパ
- □ ライター
- □ ラップフィルム（止血や食器にかぶせて使う）

非常時用備蓄品（例）

災害復旧までの数日間（一週間）を生活できるようにチェック☑しましょう。

飲料水

- □ 飲料水としてペットボトルや缶入りのミネラルウォーター（1人1日3リットルを目安に）又は貯水した防災タンクなど

非常食品

- □ お米（缶詰・レトルト・アルファ米も便利）
- □ 缶詰・レトルト食品
- □ 梅干し・調味料など
- □ ドライフーズ・チョコレート・アメ（菓子類など）

燃　料

- □ 卓上コンロ
- □ ガスボンベ
- □ 固形燃料

その他

- □ 生活用水（風呂・洗濯機などに貯水）
- □ 毛布・寝袋・洗面用具・ドライシャンプーなど
- □ 調理器具（なべ・やかんなど）
- □ バケツ・各種アウトドア用品など

非常時持出品は定期的に点検を！

いざというときに支障がないように、食品類の賞味期限や持出用品の不備を定期的に点検しましょう。

避難生活が長引くときに便利なもの

携帯トイレ、使い捨てカイロ、裁縫セット、ガムテープ、地図、さらし、筆記用具（マジックなど）スコップなど。

阪神・淡路大震災で役に立ったもの

ポリタンク、ホイッスル、予備の眼鏡・補聴器、ビニールシート、新聞紙、補助用具としてロープ、スコップ、バールやハンマー、のこぎり、車のジャッキなど。

非常時持出品は、使用するときに支障のないように、定期的に点検しておきましょう。とくに食品や飲料水の賞味期限はまめにチェックし、賞味期限がせまったものから順に入れ替えておきましょう。

※避難される際は、このマップも持参し、避難されるルートを確認しながら安全なルートを移動し、市が指定した避難場所に避難してください。

メ　モ