防災グッズチェックリスト

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1防災グッズを点検しましょう! | | | | | | | |
| これだけは絶対必要 |  | 飲料水 | | | 1日1人3リットル×3日分が必要。とりあえず、防災バッグには2リットルボトル1〜2本を入れておき、非常備蓄品として保管場所に人数分を用意。 | | |
|  | 非常食 | | | 缶詰やレトルト食品、乾パン・ビスケットなどを3日分用意する。 | | |
|  | 携帯ラジオ | | | 正確な情報を入手し、うわさやデマに惑わされないようにする。 | | |
| 枕元においておくもの |  | はきもの | | | ガラスの破片等を避けるため、運動靴、スリッパなどを近くにおく。 | | |
|  | 懐中電灯 | | | 電気のライフラインが遮断された時、夜に頼りになる。 | | |
|  | ホイッスル | | | 万一逃げられなくなった時に、居場所を知らせる。 | | |
|  | その他 | | | スコップ、バール、ロープ、バケツ等。 | | |
| 2寝室から玄関までの間においておきましょう! | | | | | | | |
| 非常持ち出し品 |  | ビスケットや乾パンなどの軽い食品 | | | |  | |
|  | 名前や血液型などを書いたメモ | | | | 名前・緊急連絡先・血液型等 | |
|  | 貴重品 | | | | 自動車や自転車の鍵も持ち出すと便利 | |
|  | 常備薬・医薬品・救急セット | | | | 外傷治療薬、常備薬等熱冷却シート | |
|  | 懐中電灯・ラジオなどの予備電池 | | | | 事前に電池の種類を確認することが大事 | |
|  | 衣類・軍手・タオル | | | | 下着 | |
|  | ティッシュペーパー | | | |  | |
|  | 雨具、防寒具、携帯カイロ | | | |  | |
|  | マッチ、ライター | | | |  | |
|  | ゴミ袋、ポリ袋 | | | | 防寒にも便利。段ボールにゴミ袋をしいたら、即席ポリタンクにもなる。 | |
|  | 生理用品 | | | |  | |
|  | 新聞紙 | | | | 使い道がたくさんある | |
| 3非常備蓄品 | | | | | | | |
| 非常備蓄品 |  | 非常持ち出し品以外の食料品 | | | | 飲料水、缶詰、スープ、味噌汁、レトルト食品など重いものやのど飴やチョコレート、調味料等。 | |
|  | トイレットペーパー | | | |  | |
|  | ウエットティッシュ | | | |  | |
|  | 毛布、寝袋、石鹸、歯磨きセット | | | | まくらも | |
| 4避難生活にあると安心できるもの(第二次持ち出し品) | | | | | | | |
| 万が一の避難所生活も想定にいれて、ひとまとめにしてすぐ持ち出せるよう準備しておきましょう。 | | |  | 簡易ガスコンロ | | | 予備ボンベ |
|  | ポリ容器 | | | 水汲み用 |
|  | 簡易食器 | | | 割りばしや紙皿 |
|  | 非常用トイレ、耳栓、ハンガー | | |  |
|  | 予備のメガネ | | | 予備補聴器や入れ歯 |
|  | 多機能ナイフ・はさみ | | | 裁縫セット |
|  | メモ・油性ペン、ガムテープ | | |  |
|  | 除菌スプレー、マスク | | |  |
|  | ラップ、ホイル、カート、キャリー | | |  |