

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		