

防災用品チェックリスト

No.1

◆災害非常持出品 (災害時すぐに持ち出すもの)

※非常用持出袋などに入れ、玄関など持ち出しやすい場所に置いておきましょう。

非常食 (水)	衣類・生活日用品
<input type="checkbox"/> 飲料水 ※1人あたり1日3ℓ (交換日 年 月 日)	<input type="checkbox"/> 上着・下着・靴下などの着替え
<input type="checkbox"/> 非常食 (乾パン、缶詰など) ※火を使わずに食べられるものを。 (交換日 年 月 日)	<input type="checkbox"/> 避難に適した靴
<input type="checkbox"/> ナイフ、缶切り、栓抜き	<input type="checkbox"/> ティッシュペーパー、ウェットティッシュ (多めに準備。)
<input type="checkbox"/> 簡易食器 [割り箸、紙皿、紙コップ、スプーン]	<input type="checkbox"/> ヘルメット・防災ずきん
貴重品	<input type="checkbox"/> タオル
<input type="checkbox"/> 健康保険証・運転免許証	<input type="checkbox"/> マスク
<input type="checkbox"/> 貴重品 (通帳、印鑑、権利証書など)	<input type="checkbox"/> ライター (マッチ)
<input type="checkbox"/> 現金 (10円玉等も)	<input type="checkbox"/> 雨具、防寒具
救急・安全	<input type="checkbox"/> ビニールシート
<input type="checkbox"/> 常備薬	<input type="checkbox"/> 生理用品
<input type="checkbox"/> 医薬品 [傷薬、ばんそうこう、解熱剤、 かぜ薬、胃腸薬、目薬など]	<input type="checkbox"/> 自家用車のキー、自転車のキー
照明器具	その他
<input type="checkbox"/> ろうそく	<input type="checkbox"/> 家族の写真
<input type="checkbox"/> 懐中電灯と予備の電池・電球	<input type="checkbox"/> 携帯ラジオと予備の電池
	<input type="checkbox"/> 携帯電話、充電器 (電池式)
	<input type="checkbox"/> 笛
	<input type="checkbox"/> 緊急連絡簿 [携帯電話を使えない場合などに備え、 必要な連絡先を書き出しておく。]

◆非常用備蓄品 (復旧まで3日間程度必要なもの)

※災害後、取りに行けるよう倉庫や車のトランクに入れておくと便利です。

食料・飲料水

- 乾パン・クラッカー・ドライフーズ
- 缶詰
- レトルト食品、アルファ米
- インスタントラーメン
(交換日 年 月 日)
- 飲料水 ※一人あたり1日3ℓ
(交換日 年 月 日)
- 菓子類 (チョコレート、あめなど)

燃料

- 卓上カセットコンロ
- 固形燃料
- 予備のガスボンベ



その他生活日用品

- 衣類、防寒着、雨具、帽子
- 洗面用具 (歯ブラシ、石けんなど)
- ティッシュペーパー
- トイレットペーパー
- 使い捨てカイロ、熱冷却シート
- シャンプー (水のいらぬもの)
- 軍手・手袋
- 布ガムテープ
- ロープ、ビニール紐
- ラップ、アルミホイル
- ビニール袋、ポリ袋
- 毛布、タオルケット、寝袋
- 予備のメガネ、補聴器
- なべ、やかん
- 簡易トイレ
- 新聞紙
- スリッパ
- バケツ、貯水用ポリタンク、ボトル
- 工具類 (のこぎり、バール、スコップなど)
- カメラ (被害状況の記録の為など)

防災用品チェックリスト

No.3

◆乳幼児がいる家庭では

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 粉ミルク（3日分） | <input type="checkbox"/> 着替え（3日分） |
| <input type="checkbox"/> ほ乳びん | <input type="checkbox"/> バスタオル |
| <input type="checkbox"/> 飲料水（ミルク用） | <input type="checkbox"/> ガーゼ・ハンカチ |
| <input type="checkbox"/> 洗淨綿 | <input type="checkbox"/> ベビー毛布 |
| <input type="checkbox"/> ほ乳びん洗淨たわし、消毒薬など | <input type="checkbox"/> ビニール袋 |
| <input type="checkbox"/> 離乳食 ※すぐ食べられる瓶タイプが便利。
（缶詰、レトルト、ドライフーズなど） | <input type="checkbox"/> 石けん |
| <input type="checkbox"/> 離乳食用スプーン | <input type="checkbox"/> 抱っこ（おんぶ）ひも、ベビースリング |
| <input type="checkbox"/> おやつ | <input type="checkbox"/> ベビー用の靴 |
| <input type="checkbox"/> 紙おむつ（3日分） | <input type="checkbox"/> おもちゃ |
| <input type="checkbox"/> 携帯用おしりふき（ウェットティッシュ） | <input type="checkbox"/> 母子健康手帳 |
| | <input type="checkbox"/> 健康保険証 |

◆妊婦がいる家庭では

- 脱脂綿、ガーゼ
- さらし、T字帯
- タオル類
- 洗淨綿、母乳パッド
- 新生児用品
- 母子健康手帳

◆要介護者のいる家庭では

- 補助具の予備
- 常備薬
- おむつなど身の回り品
- 障害者手帳、介護保険証
- 着替え

◆ペットのチェック

- ペットフード
- ハーネス
- タオル
- 折りたたみ式などのケージ

年に1度は、
家族みんなで
確認しましょう！

