

## ＜非常持ち出し袋の中身 準備リスト＞

※赤字は別途、小さいカバンに入れて、一次持ち出し用とする。大きいカバンに、赤字の足りない日数分とその他を入れる

		お父さん	お母さん	赤ちゃん	男の子	女の子	お年寄り
貴重品	現金(公衆電話用に小銭も)		○	-	-	-	-
	車の鍵		○	-	-	-	-
	家の鍵		○	-	-	-	-
	銀行口座番号		○	-	-	-	-
	生命保険契約者番号が分かるもの		○	-	-	-	-
	健康保険証	○	○	○	○	○	○
	身分確認証(免許証、パスポート、学生証)	○	○	-	○	○	○
	印鑑(認印、銀行印)		○	-	-	-	-
	母子健康手帳	-	-	○	-	-	-
	高齢者手帳	-	-	-	-	-	○
情報収集	スマートフォン	○	○	-	○	○	○
	充電器	○	○	-	○	○	○
	ラジオと電池		○	-	-	-	-
	家族の写真(紙媒体、人探し用)	○	○	○	○	○	○
	家族の連絡先、災害伝言板の共有	○	○	○	○	○	○
	筆記用具		○	-	-	-	-
食料	非常食	○	○	-	○	○	○
	飲料水	○	○	○	○	○	○
衛生関係	救急セット(ガーゼ、訪台、三角巾、綿棒、消毒)		○	-	-	-	-
	持病の薬	○	○	○	○	○	○
	常備薬(風邪薬、胃薬、下痢止め)		○	-	-	-	○
	タオル	○	○	○	○	○	○
	トイレトーパー		○	-	-	-	-
	着替え	○	○	○	○	○	○
	下着	○	○	○	○	○	○
	ウェットティッシュ、おしりふき	○	○	-	-	-	○
生活用品	ヘルメット	○	○	-	○	○	○
	懐中電灯と電池	○	○	-	-	-	-
	笛、ブザー(居場所を知らせるため)	○	○	○	○	○	○
	万能ナイフ		○	-	-	-	-
	使い捨てカイロ	○	○	○	○	○	○
	マスク	○	○	○	○	○	○
	ビニール袋(スーパーの袋とゴミ袋等、数サイズ)		○	-	-	-	-
	アルミシート(保温のため)	○	○	○	○	○	○
	毛布(寝床の作成)	○	○	○	○	○	○
	スリッパ(避難所生活用)	○	○	-	○	○	○
	軍手(手の保護)	○	○	-	○	○	○
	マッチ、ライター、チャッカマン		○	-	-	-	-
	給水袋(飲料水確保)	○	○	-	-	○	○
	雨具(レインコート、長靴)	○	○	-	○	○	○
	レジャーシート		○	-	-	-	-
	簡易トイレ		○	-	-	-	-
	靴(登山靴が理想、スニーカーも可)	○	○	-	○	○	○
	踏み抜き防止インソール	○	○	-	○	○	○
	ハザードマップ、地図		○	-	-	-	-
	ラップ		○	-	-	-	-
	ロープ		○	-	-	-	-
	洗い流さないシャンプー		○	-	-	-	-
アルコール消毒		○	-	-	-	-	
その他	紙おむつ	-	-	○	-	-	○
	生理用品	-	○	-	-	○	-
	粉ミルクと哺乳瓶、洗浄キット	-	-	○	-	-	-
	スプーン	-	-	○	-	-	○
	離乳食やおかゆなど(赤ちゃん、高齢者用)	-	-	○	-	-	-
	眼鏡、コンタクトレンズ	○	○	-	○	○	○
	杖	-	-	-	-	-	○
	保険証のコピー	○	○	○	○	○	○
	身分確認証のコピー	○	○	○	○	○	○
	通帳のコピー		○	-	-	-	-
ガムテープ(丈夫な布テープがおススメ)		○	-	-	-	-	