

# 非常持出品とチェックリスト

いざというときすぐに持ち出せるように、置き場所を家族で確認しておきましょう。



リュックサック等  
背負えるバッグ



雨合羽・歩きやすく  
脱げにくい靴

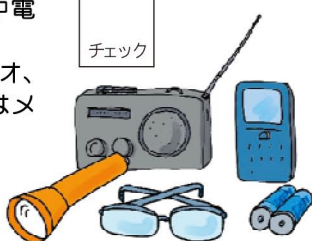


福島市洪水  
ハザードマップ



## 懐中電灯・ラジオ・携帯電話・メガネ

できれば人数分の懐中電灯と予備電池。  
情報収集のためのラジオ、携帯電話、目の悪い人はメガネなど。



## 救急医薬品

常備薬、絆創膏、傷薬、包帯、鎮痛剤など。



## 現金・貴重品

現金、貯金通帳、印鑑、健康保険証、免許証、権利証書など。



## 非常食



非常用食品、缶詰、カンパンなど火を通さずそのまま食べられるもの。ミネラルウォーター、缶切、紙コップなど。



## 衣類・タオルなど



下着・上着などの衣類、タオル、ハサミ、ナイフ、生理用品、(ウェット)ティッシュ、ビニール袋、軍手、ライターなど。



## 赤ちゃんのいる場合

育児用品 ミルクや離乳食、紙オムツなど。



**非常持出品は  
定期的に点検を！**

いざというときに支障のないように、食品類の消費期限や持出用品の不備を定期的に点検しましょう。

## 非常備蓄品の例

非常備蓄品は、災害復旧までの数日間(最低3日分)を生活できるように準備しておくものです。

### 飲料水

飲料水は、1人1日約3リットル必要です。ペットボトルやプラスチックタンクで用意しておきましょう。



### 非常食品

米(レトルト、アルファ米、などが便利)、缶詰食品、ドライフーズ、調味料。さらに、チーズ、チョコレートなどの高カロリーのものを用意しておきましょう。



### 燃料

卓上コンロ(ガスボンベも)、固形燃料、ライターを用意しておきましょう。



### その他

洗面用具、なべ、やかん、バケツなど。また毛布、寝袋、エアーマット、プラスチック食器などのアウトドア用品は大変便利です。

