

非常用品のチェックリスト

非常持ち出し品

食料等

- 水（1人1日3リットルが目安）
- 食料品
（アルファ化米、ドライフーズ、
インスタント食品、クラッカー、栄養補助食品等）
- 使い捨て食器
（紙コップ、紙どんぶり、先割れスプーン等）
- ラップ
- アルミホイル
- 缶切り
- 栓抜き



衣類等

- 下着・上着
- 靴下
- スリッパ
- タオル
- 雨具
- 軍手



貴重品

- 現金
- 通帳
- 印鑑
- 身分証明書
（マイナンバーカード、免許証、保険証等）



乳幼児のいる家庭

- ミルク（粉・液体）
- 使い捨て哺乳瓶
- 離乳食
- おやつ
- おむつ
- おしりふき
- 抱っこひも
- 授乳ケープ
- くつ
- 母子健康手帳



日用品

- 懐中電灯
- 携帯ラジオ
- モバイルバッテリー
- ヘルメット
- 使い捨てカイロ
- 歯ブラシ・歯磨き粉
- ビニール袋
- ドライシャンプー
- 寝袋
- ごみ袋
- 生理用品
- 携帯用トイレ
- カイロ
- 汗ふきシート



応急医療品

- ばんそうこう
- 消毒液
- 包帯
- 常備薬



感染症対策物品

- マスク
- 手指消毒用アルコール
- 体温計



高齢者のいる家庭

- やわらかい食べ物
- 持病の薬
- 補聴器
- 入歯
- 予備のメガネ
- 大人用おむつ
- 尿取りパッド



家族にあった備蓄
を考えないとね！

©Kanagawa City 2008
書の名はまち書日林「漫画くん」

備蓄品

食料等

- 水（1人1日3リットルが目安）
- 食料品
（アルファ化米、ドライフーズ、
インスタント食品、クラッカー、栄養補助食品等）

日用品

- 携帯用トイレ
- トイレットペーパー
- ウエットティッシュ
- ガスコンロ・ガスボンベ
- 飲料水用ポリタンク

