

## 非常用持ち出しリスト

避難するときに持ち出すべきものです。避難当日をしのげるよう、必要最小限のアイテムにしぼって持ち運びやすいようにしましょう。非常用持出袋に入れ、玄関など避難導線上に置いておきましょう。

●貴重品類	✓ チェック	●非常食品（最低3日分）	✓ チェック
<input type="checkbox"/> 現金（公衆電話用10円玉含む）		<input type="checkbox"/> 飲料水	
<input type="checkbox"/> 預金通帳 ※番号を控えたメモかコピーでも○		<input type="checkbox"/> 栄養補助食品	
<input type="checkbox"/> 健康保険証 ※番号を控えたメモかコピーでも○		<input type="checkbox"/> アメ・チョコレート	
<input type="checkbox"/> 運転免許証 ※番号を控えたメモかコピーでも○		●救急用具	
<input type="checkbox"/> 印鑑		<input type="checkbox"/> 応急手当用品（止血パッド・消毒液等）	
<input type="checkbox"/> 保険証書（生命・火災・自動車など）		<input type="checkbox"/> お薬手帳	
<input type="checkbox"/> 有価証券・権利証書		<input type="checkbox"/> 常備薬・鎮痛剤	
●避難用品		●衣料品	
<input type="checkbox"/> 携帯ラジオ		<input type="checkbox"/> 着替え（下着・靴下等）	
<input type="checkbox"/> 懐中電灯（できれば人数分）		<input type="checkbox"/> 有色ポンチョ	
<input type="checkbox"/> 乾電池		●衛生用品	
<input type="checkbox"/> ヘルメット		<input type="checkbox"/> 抗菌剤	
●生活用品		<input type="checkbox"/> 口腔ケアセット（歯ブラシ・液体歯磨き）	
<input type="checkbox"/> 厚手の手袋		<input type="checkbox"/> ウェットティッシュ	
<input type="checkbox"/> 防災用ブランケット		<input type="checkbox"/> マスク	
<input type="checkbox"/> ライター		<input type="checkbox"/> 生理用品	
<input type="checkbox"/> ナイフ		●その他	
<input type="checkbox"/> 携帯用トイレ		<input type="checkbox"/> 携帯用カイロ	
<input type="checkbox"/> 携帯充電器		<input type="checkbox"/> 思い出の画像・映像データ	
<input type="checkbox"/> ゴーグル		<input type="checkbox"/> 生活必需品（眼鏡・入れ歯・杖・オムツなど）	
<input type="checkbox"/> 給水袋		<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/> 筆記用具		<input type="checkbox"/>	

## 常備携帯品リスト

外出先で被災する場合もあるので、必要なものは常に身に付けておきたいものです。コンパクトで軽いものが理想的です。

●常時携帯品	✓ チェック		
<input type="checkbox"/> ペンライト		<input type="checkbox"/> アメ・チョコレート・ゼリー飲料	
<input type="checkbox"/> ポケットラジオ		<input type="checkbox"/> 携帯用トイレ	
<input type="checkbox"/> 笛・ホイッスル		<input type="checkbox"/> ポケットティッシュ	
<input type="checkbox"/> 緊急カード		<input type="checkbox"/> 折りたたみポンチョ	
<input type="checkbox"/> 避難用マップ		<input type="checkbox"/>	