

非常用持出品



- 非常用持出品は、すぐ取り出せる場所にまとめて保管しておきましょう。
- 家族構成など必要に応じて準備しましょう。乳幼児やお年寄りなどで特に必要なものがあればつけ加えておきましょう。
- 非常用持出品は定期的に点検をし、保存状態や使用期限などをチェックして、必要に応じて新しいものに交換しましょう。

一次持出品（例）

一次持ち出し品は大きな地震が発生して避難する際、最初に持ち出すべきものです。

貴重品

現金（10円があると公衆電話利用に便利）、預金通帳、印鑑、免許証、保険証、権利証書など



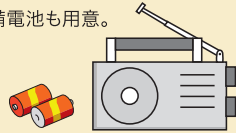
懐中電燈

できれば1人に1つ。予備電池も用意。



携帯ラジオ

AM、FM両方が聞けるものを。予備電池も用意。



タオル・下着・靴下など



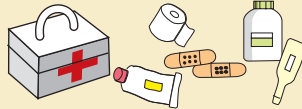
非常食

カンパンや缶詰など火を通さなくても食べられるもの。缶切り、栓抜きも忘れずに。



救急医薬品・常備薬

ばんそうこう、傷薬、包帯、胃腸薬、持病のある方は常備薬など



その他

ティッシュ、軍手、ロープ、マッチ、洗面用具、生理用品など



その他

- 赤ちゃんがいる場合
粉ミルクや哺乳びん、離乳食、紙おむつなど
- お年寄りがいる場合
予備のメガネ、入れ歯、補聴器、大人用おむつなど

枕元には

- 夜中の地震に備えて、懐中電灯、ラジオ、靴などを用意し、飛び散らないように袋にに入れておく。



車の中には

- バール、ジャッキ、テント、毛布、寝袋、ビニールシートなども車の中や取りやすい場所に用意する。



二次持出品（例）

大災害時に、組織的に救援・復旧活動が軌道に乗るまで、最低3日間は自活できるようにしておきましょう。

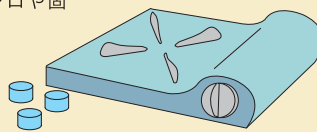
食料

米や簡単な調理で食べられる食品



燃料

卓上コンロや固形燃料



飲料水

1人1日3リットルが目安。ポリタンクなどに保存しておく



避難所でのすごしかた

避難所では、係員の指示に従ってください。



避難所では、大勢の方で共同生活をしていただくことになります。被害の状況によっては、避難所での生活が長期に渡る場合もありますので、ルールを守り、お互い助け合って生活するようにしましょう。



災害情報は随時伝達されますので、風評等に惑わされないで下さい。

避難所では食料、飲料水、毛布等が配布されます。

