

準備しておきたい非常用品



何を用意しておけばいいの？

避難のときに持ち出す「非常持出品」と、避難後の生活をささえる「非常備蓄品」に分けてそろえましょう。

非常持出品 (持ち出すもの)

【命を守るもの】

- ヘルメット・防災ずきん
- 靴 (頑丈で熱に強いもの)
- 軍手
- 防塵マスク
- 懐中電灯・予備電池
- 携帯ラジオ・予備電池
- ホイッスル
- 小型ナイフ・缶切り
- 衣類・下着

【貴重品】

- 携帯電話・充電器
- 現金
- 預貯金通帳
- 印鑑
- 運転免許証コピー
- 健康保険証コピー
- 権利証書
- 住所録

【救急箱】

- 安全ピン
- 三角きん
- ばんそうこう (大・小)
- 包帯 (4号6号が便利)
- 消毒ガーゼ
- 消毒液
- 常備薬
(胃腸薬・かぜ薬・
解熱剤・鎮痛剤など)

【非常食品】

- 飲料水
- カンパン・缶詰
- チョコ・氷砂糖
- 粉ミルク・ほ乳びん
(赤ちゃんがいる場合)

【生活用品】

- マッチ・ろうそく・ライターなど
(水に濡れないようにビニール袋に入れる)
- ウェットティッシュ
- ゴミ用ポリ袋
- 筆記用具 (油性ペン)

- 生理用品・紙オムツ
- タオル
- 使い捨てカイロ

! 袋に入れる量は男性15kg、女性10kgが目安となります。

非常備蓄品 (家で保管するもの)

【非常食品】

- 飲料水 (1人1日3リットル)
- カンパン・菓子類
- チョコ・氷砂糖
- インスタント食品・缶詰
- アルファ米
- レトルト食品

【燃料】

- マッチ・ろうそく・ライターなど
- 固形燃料
- カセットコンロ・ボンベ

【工具】

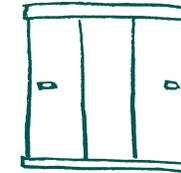
- バール
- スコップ
- 斧
- ハンマー

【生活用品】

- 懐中電灯・予備電池
- 衣類・下着
- 毛布
- 寝袋
- マット・シート
- 折りたたみポリタンク
- 簡易トイレ
- 筆記用具
- 生理用品
- 介護用品

【その他】

- 新聞紙★
- ゴミ用ポリ袋★
- 軍手・ゴム手袋★
- キッチン用ラップ★
- アルミホイル
- 家族の写真
- 知人・親戚などの連絡先
- 避難場所の地図
- 携帯電話・充電器



【生活用水】

- 風呂・洗濯機などへの水のくみ置き (フタを閉める)

車の中に入れておくと安心な備品リスト

- 非常用持出袋
- キャンピングマット
- ヘルメット
- 携帯用トイレ
- 防煙マスク
- 懐中電灯
- 予備電池
- ロープ
- 救急箱
- 消火器
- ラジオ
- 軍手
- 寝袋
- 飲料水
- 地図



! 食料、水は1週間分以上を備えておき、持ち出せる分を非常持出品としましょう。

★ポイント:過去の大地震では、新聞紙、ゴミ用ポリ袋、軍手・ゴム手袋、キッチン用ラップが役に立ちました。

参考文献:エフエム徳島「防災ハンドブック」
※災害の種類や環境、地域などによって対策が異なる場合があります。詳細はお住まいの地域の官公庁または関係機関に直接お問い合わせください。