

非常持出品と避難後の生活用の非常 備蓄品 リスト使って必要なものを準備しましょう。

非常持出品チェックリスト（空欄は各自で追加があれば）	
貴重品類	チェック欄 品名
貴重品類	現金
	預金通帳
	印鑑
	保険証
	免許証
避難用具	懐中電灯
	携帯ラジオ
	予備電池
	ヘルメット・防災ずきん
非常食品	乾パン
	缶詰
	栄養補助食品
	アメ・チョコレート
	飲料水
救急用具・薬	救急セット
	お薬手帳や処方箋の控え
	胃腸薬・便秘薬・持病の薬
	生理用品
	紙おむつ(高齢者用・乳幼児用)
生活用品	軍手(厚手の手袋)
	毛布
	缶切り
	ライター・マッチ・ろうそく
	ナイフ
	携帯用トイレ
	使い捨てカイロ
	ウェットティッシュ
	筆記用具
	携帯電話(充電器含む)
衣料品	下着・靴下
	長袖・長ズボン
	防寒用ジャケット・雨具

