

○ 非常時持ち出しチェックリスト

災害発生後、避難時の持ち出し用品です。生命の危機を最小限に抑えることが目的です。

| | | | | | |
|---|--|---|---|---|---|
| 衣 | <input type="checkbox"/> 防寒具 (アルミブランケット等) | 住 | <input type="checkbox"/> 洗面用具・歯ブラシ 入れ歯※ | 住 | <input type="checkbox"/> 救急セット |
| | <input type="checkbox"/> 雨具 | | <input type="checkbox"/> ウェットティッシュ 制汗シート | | <input type="checkbox"/> お薬手帳 |
| | <input type="checkbox"/> 下着・肌着類 | | <input type="checkbox"/> ティッシュペーパー | | <input type="checkbox"/> 現金・10円玉 |
| | <input type="checkbox"/> 運動靴 | | <input type="checkbox"/> タオル | | <input type="checkbox"/> 印鑑・通帳 健康保険証 |
| | <input type="checkbox"/> 軍手 | | <input type="checkbox"/> おむつ・生理用品※ | | <input type="checkbox"/> 地図 |
| 食 | <input type="checkbox"/> マスク | 住 | <input type="checkbox"/> めがね・ コンタクトレンズ※ | 汎 | <input type="checkbox"/> ロープ |
| | <input type="checkbox"/> 保存食 | | <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ | | <input type="checkbox"/> ビニール袋 |
| | <input type="checkbox"/> 飲料水 500ml (ペットボトル数本) | | <input type="checkbox"/> マッチ・ライター | | <input type="checkbox"/> ガムテープ |
| | <input type="checkbox"/> 粉ミルク・哺乳瓶※ | | <input type="checkbox"/> 懐中電灯 | | <input type="checkbox"/> ラップ |
| | <input type="checkbox"/> 簡易食器セット | | <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ | | <input type="checkbox"/> ホイッスル (笛) |
| | <input type="checkbox"/> ナイフ・缶切り 栓抜き | | <input type="checkbox"/> 予備の電池 | | |
| | <input type="checkbox"/> ファスナー付 保存袋 | | <input type="checkbox"/> 携帯充電器 | | |

※印は、必要に合わせて用意してください。

家族と避難方法を決め、災害に備えましょう。

わが家の防災メモ



■ わが家のデータ

| 名前 | 生年月日 | 血液型 | 持病・アレルギー |
|----|------|-----|----------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

■ 自分のデータ

| | | |
|-------------|------------|-------------|
| 健康保険証 番号 | 銀行通帳 番号 | 運転免許証 番号 |
|-------------|------------|-------------|

■ 家族の連絡先

| 名前 | 連絡先 (勤務先・学校) | 電話番号 | 携帯電話番号 |
|----|-----------------|------|--------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

■ 役立つ電話番号

| 連絡先 | 電話番号 |
|-------|------|
| 役所・役場 | |
| ガス会社 | |
| 電気会社 | |
| 水道局 | |
| 電話局 | |