

持出品チェックリスト

～ 事前に用意しておき、災害に備えましょう。～

●非常持出品 - 避難時すぐに持ち出すもの - 非常持出袋に入れて、目につくところに備えておきましょう。

チェック	品名	チェック	品名
	非常食		雨具
	飲料水		服用中の薬、お薬手帳のコピー
	携帯ラジオ(予備の電池)		生理用品
	懐中電灯(予備の電池・電球)		ティッシュ(ウェットタイプも)
	ヘルメットなど(頭を保護するもの)		タオル
	身分証明証のコピー		笛
	貴重品(現金など)		簡易トイレ(ビニール袋)

●家庭内備蓄 - 復旧するまでの数日間を支えるもの - 備蓄食品はできれば1週間分以上を目安としてください。

チェック	品名	チェック	品名
	食品(缶詰、レトルト食品、ドライフーズなど)		水(1人あたり1日3リットル、1週間分)
	食品(調味料、スープ、みそ汁など)		燃料(卓上コンロ、固形燃料、予備のガスボンベなど)
	食品(チョコレート、あめなど)		

●家庭環境に合わせて用意しておきたいもの - 上記以外に必要なものがあれば記入し、用意しておきましょう。

チェック	品名	チェック	品名

乳幼児のいる家庭

ミルク、ほ乳びん、離乳食、スプーン、おむつ、洗浄器、おんぶひも、バスタオルまたはベビー毛布、ガーゼなど

妊婦のいる家庭

脱脂綿、ガーゼ、さらし、T字帯、洗浄器および新生児用品、ティッシュ、ビニール風呂敷、母子健康手帳など

要介護者のいる家庭

着替え、おむつ、ティッシュ、障害者手帳、補助具の予備、常備薬、予備のメガネ、緊急時の連絡先表など

アレルギーのある家族がいる家庭

災害時、アレルギー対応用品は流通しにくいいため、余分に備蓄する必要があります。

NTT 災害用伝言ダイヤル

利用可能な電話 加入電話・公衆電話・ひかり電話・携帯電話 (携帯電話などからのご利用は、各通信事業者へお問合せください)

録音時間 1 伝言あたり 30 秒

伝言保存期間 録音してから 2 日間 (48 時間)

伝言の録音方法

1 7 1 ➡ 1 ➡ 市外局番からダイヤル (☎☎☎)☎☎☎-☎☎☎☎ ➡ 伝言を入れる
被災地の方は電話番号を、被災地以外の方は被災地の方の電話番号を。

伝言の再生方法

1 7 1 ➡ 2 ➡ 市外局番からダイヤル (☎☎☎)☎☎☎-☎☎☎☎ ➡ 伝言を聞く
被災地の方は電話番号を、被災地以外の方は被災地の方の電話番号を。

■音声による案内が流れますので説明に従ってください

■災害時以外でも体験できる利用日がありますので、一度ご家族や友人と一緒に利用し、災害に備えましょう (利用には通信料が必要です)

体験できる日

毎月1日および15日/正月三が日(1月1日~3日)

防災週間(8月30日~9月5日)/防災とボランティア週間(1月15日~21日)

※災害用伝言ダイヤルサービスの開始はテレビ・ラジオなどで通知されます。