

一次持ち出し品チェックリスト

○非常持出品 ー避難時すぐに持ち出すものー 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）
	筆記用具（油性マジック・メモ）		口腔ケア（歯ブラシ、デンタルリンス）

○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。