



●非常用品チェックリスト●

準備が出来た品物は□の中に✓をつけてください。

【非常持出品】

| 品名 | チェック欄 | 品名 | チェック欄 |
|----------------|-------|--|-------|
| 非常食（乾パン、缶詰など） | | 上着 | |
| 飲料水 | | 下着 | |
| 携帯ラジオ（予備の電池） | | 軍手 | |
| 懐中電灯（予備の電池・電球） | | 救急医薬品 <small>（キス薬、ばんそうこう、解熱剤、 かぜ薬、胃腸薬、目薬など）</small> | |
| ヘルメット（防災ずきん） | | 常備薬、おくすり手帳 | |
| ライター（マッチ） | | 貴重品（預貯金通帳、印鑑など） | |
| ナイフ、缶きり、栓抜き | | 現金 | |
| ティッシュ | | 健康保険証のコピー | |
| タオル | | 携帯電話 | |
| ビニール袋 | | | |

補足

家庭の状況に応じて、必要なものをプラスしましょう。

- 例：乳幼児がいる場合・・・紙おむつ、粉ミルク、ほ乳瓶など
- 例：高齢者がいる場合・・・杖、介護用品、入れ歯、老眼鏡など
- 例：体が不自由な人がいる場合・・・障害者手帳、杖など



【非常備蓄品】

| 品名 | チェック欄 | 品名 | チェック欄 |
|---|-------|-------------------------|-------|
| 食品 <small>（缶詰、レトルト食品、 ドライフーズや栄養補助食品）</small> | | 簡易食器（わりばし、紙皿、紙コップなど） | |
| 食品（調味料、スープ・みそ汁など） | | ラップ、アルミホイル | |
| 食品（チョコレート、のどあめ、梅干など） | | ウェットティッシュ、トイレトペーパー | |
| 水（1人当たり1日3ℓ） | | 使い捨てカイロ、マスク、新聞紙、裁縫セットなど | |
| 燃料（卓上コンロ、固形燃料、予備のガスボンベなど） | | 簡易トイレ | |
| 毛布、タオルケット、寝袋など | | 予備のめがね、予備の補聴器など | |
| 洗面用具 <small>（歯ブラシ、石けん、タオル、 ドライシャンプーなど）</small> | | 自転車 | |
| 鍋、やかん | | 工具類（ロープ、バール、スコップなど） | |

補足

身近なものを使った代用の工夫例

- 新聞紙・・・敷き物、防寒衣
- ラップ・・・包帯の代用として傷口に巻く
- ビニール袋／ゴミ袋・・・雨がっぱ、防寒衣

