

② 防災グッズチェックリスト

災害に備えて防災グッズを 常備しましょう！！



防災グッズを用意しておくのとしておかないのでは大きく差が出ます。最低限の準備をしておきましょう。道具を準備することで心の準備もでき、災害にあった時の気持ちの余裕につながります。目につく場所に置きましょう。

防災グッズのリスト例



非常用袋に入れよう

- 非常用ブランケット
- タオル
- 携帯ラジオと乾電池
- ヘッドライト
- 手間なく食べられる食品
- 歯ブラシ
- レジャーシート
- 折りたたみ式ヘルメット
- 小銭を含む現金
- 携帯用トイレ
- 500mlの水1~2本
- ごみ袋
- 雨がっぱ
- ビニール手袋
- ウエットティッシュ
- 保険証のコピー
- 使い捨てマスク
- モバイルバッテリー

ドライ
フルーツ、
野菜ジュースなど

女性向けには

- 鏡
- ポーチ
- 生理用品
- 身支度グッズ
- 防犯ブザーや笛
- 自分の好きな香りのグッズ
- ティーバッグ

ナプキン、
ショーツ、ビデなど

アロマオイル、
香水など

未就学児には

- 必要な情報が書かれたメモ
- 携帯おまる
- お気に入りのおもちゃ
- おやつ

緊急連絡先、
持病、薬、
アレルギーの
有無

電池を
使わない物も

お年寄りには

- 必要な情報が書かれたメモ
- 常備薬
- お薬手帳と処方薬
- 入れ歯・入れ歯洗浄剤
- 電動車いすや補聴器の予備バッテリー

緊急連絡先、
持病、薬、
アレルギーの
有無

ベビィには

- フードや水
- 常備薬
- トイレ用品など
- お気に入りのおもちゃ
- ケージやキャリーバッグ

