

「日頃から備えておきたい」防災グッズ

いつ起こるかわからない災害、日頃から備蓄することはとても大切です。!!

防災グッズチェックリスト (ネット情報12点を参考)

持出: 被災当日、逃げる際に持ち出す最低限の備え

備蓄: 救援が来るまで数日間過ごすための備え

携帯: 自然災害だけでなく、日常持ち歩きたい安心感

分類	品目	持出	備蓄	携帯	メモ	分類	品目	持出	備蓄	携帯	メモ
水	飲料水	○	○	○	1人1日3ℓ	調理器具・食器	ライター・マッチ	○	○		
	生活用水		○				カセットコンロ		○		
食品	携帯食	○	○	○	飴、チョコなど	カセットボンベ		○			1本約1時間
	非常食				乾パン、缶詰等	食器類		○			紙、ステンレス等
	レトルト食品	○	○			鍋・炊飯器		○			
	缶詰				缶切りも	まな板		○			
装備品	菓子					ナイフ(小包丁)		○			
	ヘルメット・防災頭巾	○	○			はさみ		○			
	防災ホイッスル・ブザー	○	○	○	音で所在を知らせる	アルミホイール		○			
	軍手・ゴム手袋	○	○		厚手、丈夫な素材	ラップ	○	○			ケガの応急処置
便利品	運動(安全靴)・靴下	○				簡易トイレ	○	○			人数×5
	携帯電話			○	充電コードも	トイレトペーパー	○	○			新を抜いて漬す
	懐中電灯	○	○	○	ヘッドライト付き	箱ティッシュ	○	○			
	乾電池	○	○			ウエットティッシュ	○	○			除菌ティッシュ
	毛布・防寒着		○			下着・着替え	○	○			
	携帯ラジオ	○				マスク・耳栓		○	○		大人、子供用
	万能ナイフ	○				タオル類	○	○			大、小
	布カムテープ	○	○		伝言にも	石鹸・ハンドソープ	○	○			
	裁縫セット	○	○			救急セット	○	○			絆創膏、消毒液
	ビニール袋・ゴミ袋	○	○		厚手、大小、透明、不透明	除菌グッズ	○	○			
	お金	○		○	(電話用)小銭も	安全ピン・洗濯ハサミ		○			
	通帳・印鑑・鍵	○			通帳は写メも、家鍵はスヘア	歯ブラシ		○			
	身分証明書(コピー)	○		○	健康保険証、運転免許証	防寒シート		○			
	新聞紙	○	○			ドライシャンプー		○			水不要シャンプー
	モバイルバッテリー	○			ソーラー式も	常備薬	○	○			お薬手帳も
	ロープ(10m)	○	○		救助用、避難ハシコにも	手鏡・櫛・ブラシ		○			
筆記用具・メモ帳	○		○		整理用品		○			傷の手当て、ガーゼの代用	
油性ペン	○				眼鏡・コンタクト	○	○				
使い捨てカイロ	○	○			スリッパ		○				
給水用ポリタンク	○	○		給水袋もOK	ミルク・哺乳瓶	○	○			液体ミルクも	
バケツ		○		給水、洗濯にも	幼児食・おやつ	○	○	○		離乳食も	
ビニールシート	○	○		ブルーシート	幼児用スプーン	○	○				
アルミ保温シート	○	○			オムツ・お尻ふき	○	○	○		目安5枚/日	
雨具(カッパ・ポンチョ)	○			防寒にも	着替え	○	○				
連絡先リスト	○		○	知人、親戚も	抱っこひも	○		○		さらしで代用も	
段ボール		○			授乳ケープ	○		○			
ハンディ濾過器		○			子ども靴	○	○	○			
シャベル		○			母子健康手帳			○		写メも	
体温計	○	○			ガーゼ・さらし			○			

*R6.10.24 高木悦子防災士の講演会資料参考 [このチェックリストは公民館に常備していますのでご利用ください。]