

# 【防災用品チェックリスト】

品名		持出袋	備蓄	チェック
飲料水	人間が1日に必要とする水はおよそ3リットル。出来れば3日分用意。	◎	○	
食べ物	缶詰(缶切りがいらないもの)、レトルト食品など保存が利くもの。加熱・調理の必要の無いものが◎。賞味期限を見て時々入替えるようにする。	◎	◎	
嗜好品	飴・チョコなど高カロリー食品。疲労時の糖分補給にもなり、子供を落ち着かせるのにも役立ちます。我慢できない方は煙草なども。	○		
カセットコンロ	予備のガスも一緒に用意しておく。		○	
食器	皿・箸・コップなどプラスチック製なら繰り返し使える。子供用スプーン・フォークセットなども。		○	
サランラップ	食器をラップで覆い使用します。食器洗浄などで貴重な水を無駄にしません。		○	
アルミ箔	料理時の包装材、耐熱食器として利用。		○	
懐中電灯・ラジオ	予備の電池も忘れずに。できれば単3など同じ電池の器具に統一する。	◎		
携帯電話充電器	電池や車のソケットから充電できるものなどいろいろ。自分の携帯に合うものを用意すること。被災直後は回線が混乱するので使用できないかもしれませんがやっぱり貴重な連絡手段です。		○	
救急用品・常備薬	消毒液・包帯・バンドエイド・ガーゼなど。毛抜きなどもトゲ抜きなどに使えて便利。血圧降下剤やぜんそくの薬など欠かせない薬も2,3日分確保しておく。	○	○	
生理用品	自分で用意しておかないと手に入りにくい。		○	
化粧品	化粧品はできないかもしれないが、化粧落としと化粧水など最低限はやっぱり必要です。		○	
日用品	歯ブラシ、歯磨き、石鹸、洗たく洗剤など。		○	
衣料・下着	夏は数が重要・冬は防寒のため。下着はライナーを使うと洗い替えが少なく済む。		○	
靴	運動靴。長靴もあると便利。脱出用に持ち出し袋にも用意しておく。子供用も。	○	○	
マスク	後片付け時などのホコリを防ぐためだけでなく、避難時の風邪感染予防にも効果的。	◎		
軍手	作業用はもちろん、防寒用としても。	○	○	
ゴーグル	ホコリっぽいところでの作業があると重宝します。		○	
防寒用具・雨具	ほっカイロ、毛布など。エマーゼンシーブランケット(薄くても高い保温機能を持つ特殊なアルミシート)なども有効。天気がいいとは限らないので、体をぬらさないように雨ガッパも。	○	◎	
乳幼児用品	ミルク・紙おむつ・おもちゃなど。子供の好きなお菓子なども。	○		
眼鏡・老眼鏡	予備の眼鏡を持ち出し袋に入れておく。	○		
カメラ・フィルム	現状確認、記録として。保険などの調査の際にも被害の様子を写真で残しておく有効。		○	
タオル	タオルや雑巾として。また応急手当の包帯代わりなどいろいろ役立ちます。	○	○	
ウェットティッシュ	除菌タイプがおすすめ。手を拭くだけでなく、洗顔や入浴代わりに顔や体をぬぐったりもできる。	○	○	
トイレトペーパー	食器を拭いたり、ティッシュ代わりに使えるので重宝する。	○	◎	
ビニールシート&ロープ	雨よけ、風除けにも使える。		○	
ガムテープ・ビニール紐	ちょっと止めたり、まとめたり。用途はいろいろ。	○	◎	
工具他	ナイフ・はさみ・カッター・スコップ・バールなど。裁縫用具・安全ピンなどがあると便利。		○	
バケツ	水容器、消火の際にも使える。ビニール袋を入れて簡易トイレとしても。		○	
水を運ぶタンク	折りたためるタイプでしっかりとフタがしまるものが良い。		◎	
大き目のビニール袋	防水用としてはもちろん、ダンボールやバケツに入れてトイレや貯水タンクとしても使えます		○	
マッチ・ライター	炊事や暖を取るために火は欠かせません。チャッカマンなどがあると火付けに便利。	○	○	
ろうそく・ランタン	キャンプ用のランタンなどがあると、安全です。		○	
筆記具・メモ帳	情報や連絡先などのメモを取ったり、伝言を残したり。	○	○	
現金	連絡用に10円玉を多めに。最低限の現金を持ち出し袋に入れておく。	◎	◎	
預金口座番号のメモ	通帳を紛失してしまった場合、口座番号と本人確認が必要になります。	○		
電話番号メモ	家族の携帯・会社・学校、病院など書き出しておく。携帯電話のバッテリーが切れることもある。	◎		
保険証・運転免許証のコピー	病院へ行くなどだけでなく、身分証明書としても。	○		
地図・コンパス	道路が寸断したりした際の迂回路や避難場所の確認などにも。		○	
自転車	食料調達や地震情報の収集のために貴重な移動手段。		○	
キャンプ用品	あれば便利。テント・寝袋・バーベキューコンロ・折りたたみイス・炭など		○	

## ●非常持ち出し袋に入れるもの●

飲料水・食べ物・嗜好品(飴・チョコなど)・ミルク・紙おむつ  
 懐中電灯・ラジオ・予備電池・救急用品・軍手・マスク  
 雨がっぱ・眼鏡(老眼鏡)・タオル・ウェットティッシュ  
 靴(特に子供の)・ほっカイロ・トイレトペーパー・ナイフ  
 ガムテープ・ビニール紐・ライター・煙草(?)・ろうそく  
 ビニール袋・ペン・メモ帳・現金(10円玉)・電話番号メモ  
 保険証+運転免許証コピー・預金口座番号控え など

## ●後で取り出せるような所に備えておく●

水・食べ物・衣料・下着(ライナー・生理用品)・タオル・軍手  
 防寒用具(毛布・ほっカイロ)・サランラップ・アルミ箔・割り箸  
 スプーンセット・カセットコンロ・ビニールシート・ロープ  
 バケツ・スコップ・バール・水を運ぶタンク・ビニール袋  
 ガムテープ・ビニール紐・ナイフ・はさみ・裁縫用具・毛抜き  
 マスク・ゴーグル・ウェットティッシュ・トイレトペーパー  
 水のいないシャンプー・テント・寝袋・ランタン・自転車 など



檜4寸角 樹楽の家

株式会社 矢川原

〒350-0822 埼玉県川越市山田763-1(東武「山田学校」バス停前)

049(222)2839(代)  
 URL <http://www.yagahara.co.jp>