

避難袋を用意しよう

直ぐに持ち出せなければ意味が無い

自宅を離れざるをえない大災害

家族で1個ではなく、1人1個

- ① 地震災害（建物倒壊、津波浸水、火災）
- ② 気象災害（大雨洪水、土砂災害）



警報・避難命令が出てからでは、間に合わない

「自宅には、もう戻れない」という覚悟で準備しよう！

※ “備蓄”とは在宅避難するためのものであり、避難袋とは別ものです

避難所での支給に頼らず、各自で準備！

- 「いつどこに避難するか？」をイメージして、あなたの最適解を探しましょう！
- 常勤、外出が多い人は、最小限のもので防災ポーチを作り、常に携帯しましょう！

移動時 使用品	<input type="checkbox"/> リュック <input type="checkbox"/> ヘルメット <input type="checkbox"/> 運動靴 <input type="checkbox"/> 雨具 <input type="checkbox"/> 軍手 <input type="checkbox"/> 懐中電灯（ヘッドライト） <input type="checkbox"/> ホイッスル <input type="checkbox"/> ハザードマップ	※ 玄関付近に家族全員分を準備
応急 手当品	<input type="checkbox"/> 消毒液 <input type="checkbox"/> 脱脂綿 <input type="checkbox"/> ガーゼ <input type="checkbox"/> 絆創膏 <input type="checkbox"/> 包帯 <input type="checkbox"/> 三角巾 <input type="checkbox"/> 毛抜き <input type="checkbox"/> 爪切り <input type="checkbox"/> ハサミ <input type="checkbox"/> ナイフ	※ 軽微なケガは自身での処置が必要
必需品	<input type="checkbox"/> 常備薬・服用薬・お薬手帳 <input type="checkbox"/> 生理用品 <input type="checkbox"/> マスク <input type="checkbox"/> 眼鏡・コンタクトレンズ <input type="checkbox"/> 体温計 <input type="checkbox"/> 消毒用ジェル	
貴重品	<input type="checkbox"/> 身に付けられるポーチ等 <input type="checkbox"/> 現金（小銭多め） <input type="checkbox"/> 預金通帳等の番号控え他 <input type="checkbox"/> 家族の写真（捜索用、裏に名前と連絡先明記）	
情報収集 ツール	<input type="checkbox"/> スマホ <input type="checkbox"/> スマホ充電ケーブル <input type="checkbox"/> モバイルバッテリー <input type="checkbox"/> 乾電池（ライト・ラジオ用） <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ・イヤホン <input type="checkbox"/> 筆記用具・メモ帳 <input type="checkbox"/> 家族連絡先一覧	
水と食料	<input type="checkbox"/> 水 <input type="checkbox"/> 主食 <input type="checkbox"/> 補助食	※ 水を使わずに食べられるもの、高カロリーなもの
避難生活 用品	睡眠用品	<input type="checkbox"/> フロアマット <input type="checkbox"/> アイマスク <input type="checkbox"/> 耳栓 <input type="checkbox"/> アルミシート
	衛生用品	<input type="checkbox"/> 携帯トイレ <input type="checkbox"/> トイレットペーパー <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> 歯ブラシ
	食生活用品	<input type="checkbox"/> 水筒 <input type="checkbox"/> 食器（箸・スプーン・カップ・紙皿他） <input type="checkbox"/> ラップ
	生活環境用品	<input type="checkbox"/> スリッパ <input type="checkbox"/> 布ガムテープ <input type="checkbox"/> 給水袋 <input type="checkbox"/> 着替え <input type="checkbox"/> レジ袋
	冬・夏用品	<input type="checkbox"/> 防寒具・カイロ他 <input type="checkbox"/> 汗拭きシート・虫よけ・日焼け止め他
	家族ごとの必需品	<input type="checkbox"/> 赤ちゃん・幼児用品 <input type="checkbox"/> 高齢者用品 <input type="checkbox"/> ペット用品