

生活必需品の準備

● 備蓄品の準備

災害発生直後は、食料などの入手が困難になります。最低 3 日分（できれば 1 週間分）は備蓄しましょう。

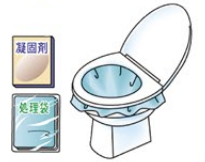
- 水 …………… 飲料水は、1 日 3ℓ× 家族の人数分 ×3 日分が必要です。
※風呂の残り湯をためておくと、トイレや消火用に役立ちます。



- 食料 …………… クラッカーなど調理せずに食べられるもの、缶詰（缶切りが不要なもの）などです。
※食物アレルギーのある方は、自分に適したものを備蓄するようにしましょう。



- トイレパック …………… 家庭のトイレなどに設置して使用する「凝固剤」と、「処理袋」のセットです。ホームセンターなどで購入できます。



● 非常持出品の準備

- 懐中電灯・ランタン（予備電池も用意）
- 携帯ラジオ（AM、FM 両方聞けるもの。太陽電池式、手動発電式もあります。）
- 貴重品（現金、預金通帳、印鑑、健康保険証）



● その他

- 常用薬
- 救急セット
- タオル・軍手
- 下着・着替え
- ウェットティッシュ
- マッチ・ライター
- 携帯電話充電器
- 紙皿・紙コップ
- 食品用ラップ
- ビニール袋
- トイレットペーパー
- 生理用品



● 要介護者のいる家庭では

- 着替え
- 紙おむつ
- 障害者手帳 など
- 補助具等の予備



● 妊婦・乳幼児のいる家庭では

- 母子手帳
- さらし・脱脂綿・ガーゼ
- 新生児用品
- ミルク・哺乳ビン
- 離乳食・スプーン
- 紙おむつ・おしりふき
- 着替え
- 毛布
- おもちゃ

