

# 非常持出品

避難するとき、まず最初に持ち出すべきものです。家族構成を考えて必要量をリュック等に入れて、非常時にはすぐに持ち出せるようにしておきましょう。

## ◆食料関係

- 水の缶詰
- 乾パン・クラッカー
- 缶詰・レトルト食品
- ナイフ・缶切り
- 鍋・水筒
- 粉ミルク・ほ乳びん

## ◆救急・安全

- 救急医薬品・常備薬
- 防災ずきん・帽子
- 底の厚い靴
- メガネの予備

## ◆衣類等

- 下着
- 寝袋
- 雨具
- タオル

## ◆貴重品

- 現金(小銭も)
- 預金通帳や有価証券の写し
- 認印
- 健康保険証の写し
- 身分を証明するもの

## ◆日用品

- ライター・マッチ
- 携帯ラジオ
- 懐中電灯
- 電池の予備
- 軍手・革手袋
- ロープ
- 使い捨てカイロ
- マスク
- 生理用品
- 紙オムツ
- トイレパック
- トイレトペーパー
- ウェットティッシュ
- ビニール袋
- 筆記用具
- 地図
- 包装用ラップ

# 備蓄品

災害復旧までの数日間を生活できるよう準備しておくものです。災害発生直後は、食料や日用品の購入が難しくなります。各家庭では、最低3日分を目安に備蓄しておきましょう。

## ◆食料関係

- 水(1人1日3リットル)
- インスタント・レトルト食品
- お菓子
- 缶詰

## ◆燃料

- 卓上コンロ
- 予備の燃料

## ◆日用品

- 毛布
- 寝袋
- トイレパック
- 簡易食器
- ラップ



広告 神奈川県民のための

## 火災共済

手頃な掛金で安心をお届けします!

火災のほか

水漏れ

落雷

盗難に伴う破壊

※イラストはイメージです。なども保障いたします!

組合員のみなさまが火災等に遭ったとき、互いに助け合う制度です。

例えば 700万円の保障で **年間掛金**

マンション等  
耐火構造 専用住宅 **2,800円**

木造・準耐火等  
非耐火構造 専用住宅 **5,600円**

\*新規でご加入の場合、100円の出資金が必要です

\*広告内容は概要のため、詳細はお問い合わせください。

横浜市 横浜市民共済生活協同組合 関内普及サービスセンター

0120-073-208 [受付時間] 月～金 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)

横浜市 横浜市民共済

広告

## 子どもの成長に寄り添えるお仕事です。

### 学研教室の先生、始めませんか?

◎学研教室

**こんな方にピッタリ!**

- ✓ 自宅(または近所の貸会場)で出来る仕事がいい。
- ✓ 子どもが好きで、教育に関心がある。
- ✓ 子育て・家事・趣味・仕事すべてを両立したい。
- ✓ 自身の子育てにも役立つ仕事がしたい。

**一つでも当てはまった方は、**

①資料請求 ②説明会(横浜そごう他) \*お気軽にどうぞ!

③個別説明(日程はご相談に乗ります) ③はお子様連れでも可能です。

**安心して取り組みます!**

- 開室支援制度あり
- 週2回、1日3～4時間からできる
- 充実の研修ではじめてでも安心

資料請求・説明会予約・お問い合わせはこちらから

お問い合わせ **0120-889-100**

受付 / 月～金曜 9:00～17:00 (土日祝は除く)

学研教室 先生 検索、www.114154.com

株式会社 学研エデュケーション

横浜北事務局/港北区新横浜2-14-27 新横浜第1ビル8F