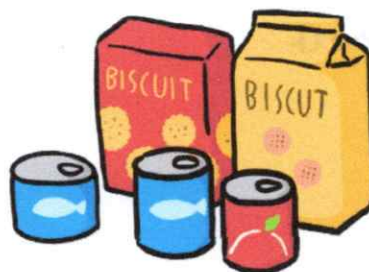


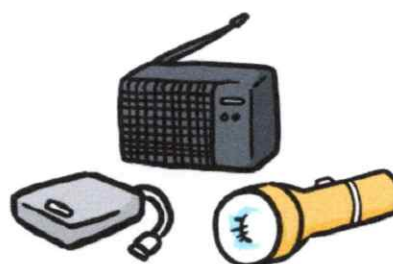
- ☐ 飲料水
(1日1人3リットルを3日分が目安)



- ☐ 食料品
(缶詰、ビスケットなどを人数分
最低3日分)



- ☐ 貴重品
(現金、小銭、印鑑、預金通帳、
健康保険証など)



- ☐ 懐中電灯、携帯ラジオ、
携帯電話の充電器



- ☐ ヘルメット、マスク、軍手



- ☐ 救急用品
(消毒液、常備薬、包帯など)



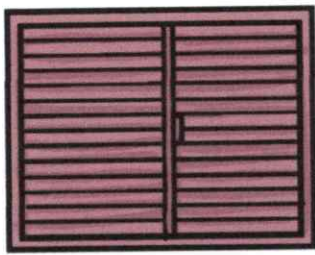
- ☐ 衣類、下着、タオル、毛布、
雨具



- ☐ 洗面用具、携帯トイレ、
ウェットティッシュ



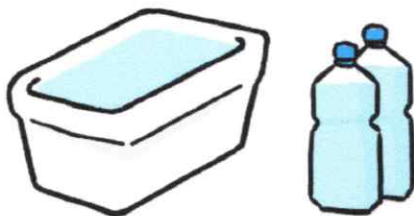
- ☐ 物干し竿や植木鉢を家の中へ ☐ 側溝や排水溝の掃除



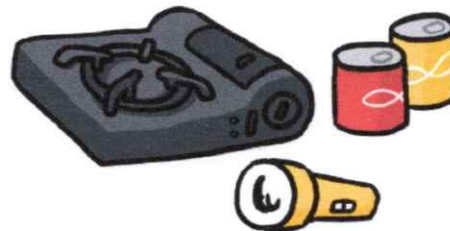
- ☐ 雨戸やシャッターを下ろす



- ☐ スマホやモバイルバッテリーの充電



- ☐ 湯船に満タンの水を貯め、飲料水も用意



- ☐ ボンベ式コンロや懐中電灯、非常食など非常用品の確認



- ☐ 家の近くの避難所がどこか確認、家族とも情報共有を



- ☐ 非常用持ち出しバッグの中身を確認