

● 非常時用備蓄品

□ 水

- 飲料用ペットボトル（1人1日3ℓを目安）
- 飲料用缶入りミネラルウォーター
- お風呂に水をためる。

□ 非常食品

- レトルト食品、缶詰め、カップの食品、ドライ食品
- 調味料、お菓子類

□ 燃料

- 卓上コンロ、カセットコンロ
- ガスボンベ、カセットコンロ用ガスボンベ
- 固形燃料

□ その他

- 毛布、寝袋、洗面用具、ドライシャンプー
- 調理器具（なべ、やかん、おたま等）
- バケツ、アウトドア用品

◆ メモ

避難生活が長引くときに便利なもの

- ・携帯トイレ、使い捨てカイロ、ガムテープ、地図、さらし、筆記用具、スコップ

災害時に役に立ったもの

- ・ポリタンク、ホイッスル、予備のメガネ・補聴器、ビニールシート、新聞紙、補助用具としてロープ、スコップ、バールやハンマー、のこぎり、車のジャッキ