

非常持出品

すぐに持ち出せるように、リュックなどにまとめておきましょう

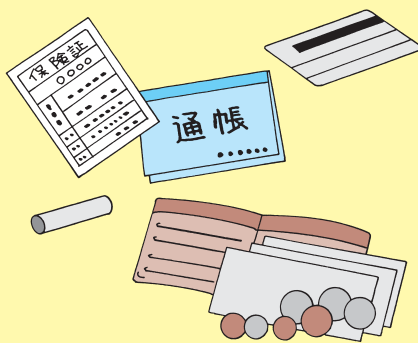
飲料水

当面の緊急避難分を準備しましょう。1日3リットルで3日分程度必要になります。

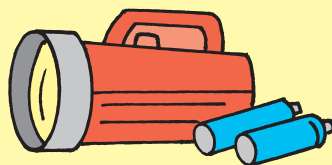


貴重品・懐中電灯

現金、預金通帳、印鑑、身分証明になるものなど。

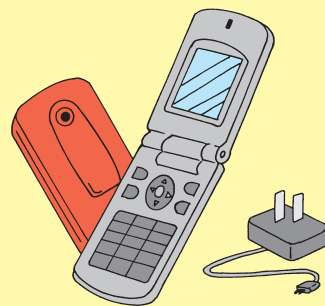


できれば1人1本準備してください。

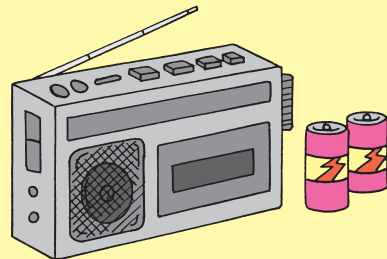


携帯電話・携帯ラジオ

充電器も準備してください。



予備の電池も準備してください。



救急セット

包帯、ガーゼ、絆創膏、傷薬、消毒薬、胃腸薬、はさみなど軽いケガや病気に応急措置ができるもの。



非常用食料・ライター、マッチ

米(アルファ米など)、乾パン、インスタントラーメン、クラッカー、缶詰など。(3日分が目安です。)



ろうそくなどもご準備ください。

応急生活用品

タオル・ティッシュペーパー・洗面用具・毛布・下着・上着類・軍手・雨具・ビニール袋・ナイフ・ロープなど。



※上記のもの以外にカセットコンロや固形燃料、テントなどをご準備ください。(就寝スペースとして、車中泊はエコノミークラス症候群の予防にご注意ください。)