

# わが家の防災スタートブック(1)持ち出し品

## 情報系グッズ

1	ケータイ電話	ネット接続/ワンセグ/FM	自治体災害情報に登録
2	スマートフォン		ツイッター、フェイスブックも有効
3	PC		
4	乾電池式充電器	予備電池	
5	手帳		
6	筆記用具		
7	家族情報シート		写真も必要

1次持ち出し品 基本品目33点		大人2人分	チェック	最初の1日用
1	非常用持ち出し袋	1個		取り出しやすい場所に置く。両手があくのでリュックが望ましい。非常用持ち出し袋の表示が恥ずかしい人は表示を工夫する。家族が多い場合はキャリーケース、スーツケースでもよい。
2	缶入り乾パン(飴など)	2個		氷砂糖入り。缶入りの柔らかいパン、カロリーメイト、ベビーラーメン、チョコ、飴でもよい。
3	ペットボトル飲料水(500ml)	6本		持ち運びやすいように一人3本とした。
4	懐中電灯	2個		LEDが望ましい。100円ショップで入手可能。
5	ローソク等	2本		LEDが望ましい。100円ショップで入手可能。
6	チャッカマン(ライター)	2個		100円ショップで入手可能。
7	携帯ラジオ	1台		被災時の情報収集用。予備電池必要。
8	万能はさみ	1セット		はさみ、ナイフ、缶切り、栓抜きなどの機能があるもの。あまり安いと使いにくい。
9	軍手、手袋	2対		軍手は熱にも強い綿100%で滑り止めのついたもの。皮手袋はガラスの破片の片づけなどに役立つ。
10	ロープ7m以上	1本		救助用。人の体重が支えられる強度のもの
11	救急袋	1枚		12~20をまとめて袋に入れる。袋には入れたものを表示する。
12	毛抜き	1本		ピンセット、とげ抜きの代用になる。
13	消毒薬	1本		
14	脱脂綿	適宜		
15	ガーゼ(滅菌)	2枚		
16	ばんそうこう	10枚~		
17	包帯	2巻		
18	三角巾	2枚		大判の手ぬぐい、ハンカチでも可
19	マスク	4枚以上		防寒用としても重要
20	常備薬、持病薬など	適宜		処方箋のコピーもいれる
21	レジャーシート 2畳	1枚		避難先のスペース確保に。1人1畳
22	サバイバルブランケット	2枚		非常時の軽量防寒ブランケット
23	簡易トイレ	2枚~		非常時におけるトイレ問題は深刻。猫砂とポリ袋でもよい
24	タオル	4枚~		汚れのふきとり、ケガの手当て、下着の代用など用途は広い。汎用性が高いので多めに用意する。
25	ポリ袋	10枚~		モノ入れ、雨具の代用、防寒、トイレ用など用途は広い。多めに用意する。
26	トイレトーパー	2ロール		トイレ、ティッシュの代用、汚れのふき取りなど。
27	ウェットティッシュ	2個~		水がないときに役立つ。
28	歯ブラシ(洗口液)	2個~		水がないときは空磨きでよい。洗口液で口を清潔を保つ
29	現金(10円玉)	約50枚		公衆電話用。100円玉でもよい。
30	ガムテープ(布製)	1個		伝言メモを貼るなど。
31	油性マジック(大)	1本		伝言をかく、情報を伝える。
32	メモ帳とペンセット	1セット		
33	使い捨てカイロ	4個~		冬季だけでなく夜も使える。