二次持ち出し品チェックリスト

〇家庭内備蓄ー復旧するまでの数日間を支えるものー　備蓄食品はできれば1週間分以上を目安としてください。

チェック	品　　名	チェック	品　　名
	パックごはん		スープ類
	缶詰		調味料
	レトルト食品		水（１人あたり１日３ℓ、１週間分）
	ドライフーズ		卓上コンロ
	菓子類		燃料（固形燃料、ガスボンベなど）

〇家庭環境に合わせて用意しておきたいもの　上記以外に必要なものがあれば記入し、用意しておきましょう。

チェック	品　　名	チェック	品　　名

乳幼児のいる家庭

ミルク、ほ乳びん、離乳食、スプーン、おむつ、洗浄器、おんぶひも、バスタオルまたはベビー毛布、ガーゼなど

妊婦のいる家庭

脱脂綿、ガーゼ、さらし、Ｔ字帯、洗浄器および新生児用品、ティッシュ、ビニール風呂敷、母子健康手帳など

要介護者のいる家庭

着替え、おむつ、ティッシュ、障害者手帳、補助具の予備、常備薬、予備のメガネ、緊急時の連絡先表など

アレルギーのある家族がいる家庭

災害時、アレルギー対応用品は流通しにくいため、余分に備蓄する必要があります。