

備えよう！非常持ち出し品

☑ 非常持ち出し品チェックシート ☑



地震や水害など、万が一の事態は突然やってきます。
とっさの時に持ち出せるよう、非常持ち出し品の準備・点検をしましょう！

非常持ち出し品



非常用持ち出し袋
（リュックサック）

ポイント

実際に背負ってみて、
移動できる重さにしましょう！

以下のものを非常用持ち出し袋に入れておくなどして、すぐに持ち出せるように準備をしておきましょう！

●貴重品
- □現金
- □携帯電話
- □本人確認書類

●身を守るもの
- □ヘルメット
- □軍手
- □雨具
- □くつ・スリッパ
- □救急用品

●非常食料
□飲料水　□非常食

●生活用品
- □懐中電灯　□携帯ラジオ　□充電器
- □常備薬・お薬手帳　□衣類・下着
- □ウェットティッシュ　□タオル
- □眼鏡・コンタクト　□筆記用具
- □衛生用品（歯ブラシ・簡易トイレ・ポリ袋など）
- □マスク・消毒用アルコール
- □携帯トイレ　□その他必要な物（　　）

＋

各ご家庭に応じた、「オーダーメイド」な備えもお忘れなく！
（下記は一例です）

女性に必要なもの
- □生理用品
- □おりものシート
- □スキンケア用品
- □防犯ブザー
- □下着（サニタリーショーツ）
- □汗拭きシート
- □中身が見えないゴミ袋　など

乳幼児に必要なもの
- □ミルク
- □哺乳瓶・洗浄剤
- □離乳食・スプーン
- □おむつ・おしりふき
- □抱っこひも
- □ベビー毛布　など

高齢者に必要なもの
- □大人用おむつ
- □入れ歯・洗浄剤
- □服用中の薬
- □お粥など柔らかい食料
- □補聴器用の電池

など

お問い合わせ 徳島市防災対策課 TEL:088-621-5527