

非常時持出品の準備&チェック

いざというときすぐに持ち出せるように、日ごろから準備・点検しておきましょう。

非常時持出品(例)

事前に準備出来ているか、チェック☑しましょう。

携帯ラジオ・懐中電灯



- ラジオ
- 懐中電灯(出来れば一人にひとつ)
- 電池(多めに用意)

救急医療品



- 常備薬
- 絆創膏
- 傷薬
- 包帯
- 風邪薬
- 胃腸薬
- 鎮痛剤
- お薬手帳

貴重品



- 現金
- 免許証
- 印鑑
- 健康保険証
- 預金通帳

感染症対策用品



- 体温計
- マスク
- 消毒液

非常食品



火を通さずに食べられるもの、食器など

- カンパン
- 非常用食品
- 缶詰
- 缶切り
- 栓抜き
- 紙皿
- 紙コップ
- 水筒
- ミネラルウォーター

その他



- 衣類(下着・上着など)
- 生理用品
- ウェットティッシュ
- ヘルメット
- ラップフィルム(止血や食器にかぶせて使う)
- タオル
- 粉ミルク
- 毛布
- 紙おむつ
- カップ
- 離乳食
- ライター
- 防災マップ(本書)

非常時用備蓄品(例)

災害復旧までの数日間(最低3日)を生活できるようにチェック☑しましょう。

飲料水



- 飲料水としてペットボトルや缶入りのミネラルウォーター(1人1日3リットルを目安に)
- 貯水した防災タンクなど

非常食品



- お米(缶詰・レトルト・アルファ米も便利)
- 缶詰・レトルト食品
- 梅干し・調味料など
- ドライフーズ・チョコレート・アメ(菓子類など)

燃料



- 卓上コンロ
- ガスボンベ
- 固形燃料

その他



- 生活用水(風呂・洗濯機などに貯水)
- 毛布・寝袋・洗面用具・ドライシャンプーなど
- 調理器具(なべ・やかんなど)
- パケツ・各種アウトドア用品など

わが家の「防災・緊急情報」メモ

非常時・緊急時に連絡してほしい方や、利用してもらいたいわが家の情報です。災害時に救助の方や、緊急時に救急隊・医療機関・町に情報を提供します。

氏名				電話		
住所						
避難場所						

家族構成 連絡先	氏名	生年月日	電話(携帯・会社・学校)	住所	

家族の 緊急情報・ 救急メモ	氏名	血液型	持病・アレルギー	常備薬	かかりつけ医療機関	

【メモ】※書ききれなかった内容や、知ってほしい情報(介護情報・救急隊員への伝言など)をお書きください。

緊急時 連絡先	氏名	間柄	電話	住所	

災害用伝言ダイヤル(171)の使い方

災害用伝言ダイヤルとは?

NTTでは、災害発生時に、被災地への通話がつながりにくい状況の場合、被災地内の安否等の情報を音声で録音、再生する「災害用伝言ダイヤル」を設置します。

伝言の録音	171-1-0000-00-0000 (相手の電話番号)	伝言保存期間	録音してから提供期間終了まで
伝言の再生	171-2-0000-00-0000 (自宅の電話番号)	伝言蓄積数	1電話番号あたり1~20伝言まで
伝言内容	1伝言あたり30秒以内	利用可能電話	固定電話、IP電話(050含む)、携帯電話、PHS