

당신의 방재 대책을 점검해 봅시다!

「비상 반출품이나 비축품 등의 준비」(오사카부)(2024년 11월 13일 시점)에서

비상용 휴대물품

- 귀중품
 - 현금(공중전화용 10엔 동전도)
- 식수·비상식
 - 캔 건빵
 - 음료수(500ml 페트병)
- 구급가방
 - 족집게 소독약 멸균거즈
 - 붕대 탈지면 반창고
 - 삼각건 상비약·지병약등
- 위생용품
 - 마스크 알코올 소독약
 - 체온계 주방용 세제
 - 손세정제
- 정보·조명
 - 휴대용 라디오
 - 손전등(가능한 한 1명에 1개)
 - 양초
 - 휴대 전화 충전기·보조 배터리
- 생활용품
 - 라이터 맥가이버 칼
 - 목장갑·장갑 로프
 - 일회용 화장실※1 두루마리 휴지
 - 티슈 돗자리
 - 비상용 담요
 - 수건 물티슈
 - 필기용품 굵은 유성매직
 - 천 재질 검 테이프 비닐봉지
 - 랩(지혈·식기 덮개용)
 - 칫솔·치약·구강 청결제

개인이나 집안사정에 맞춰 준비해야 할 것

필수품·귀중품류	아기용품	고령자용 물품	여성용 상품※2
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 예저금 통장 <input type="checkbox"/> 열쇠(자택·자동차 등) <input type="checkbox"/> 여분의 안경·콘택트렌즈 등 <input type="checkbox"/> 약 수첩 <input type="checkbox"/> 틀니 <input type="checkbox"/> 지원 플랜(혼자 대피하는 것이 불안한 분) <input type="checkbox"/> 신분증(운전면허증, 건강보험증, 마이넘버 카드, 여권, 체류카드, 특별영주자증명서의 복사본) 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 분유 <input type="checkbox"/> 젖병 <input type="checkbox"/> 이유식 <input type="checkbox"/> 간식 <input type="checkbox"/> 숟가락 <input type="checkbox"/> 갈아입을 옷 <input type="checkbox"/> 클렌징 코튼 <input type="checkbox"/> 종이 기저귀 <input type="checkbox"/> 거즈 <input type="checkbox"/> 담요 <input type="checkbox"/> 목욕수건 <input type="checkbox"/> 아기 엉덩이 물티슈 <input type="checkbox"/> 아기띠 <input type="checkbox"/> 장난감 <input type="checkbox"/> 산모수첩 <input type="checkbox"/> 유모차 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 여분의 안경 <input type="checkbox"/> 기저귀 <input type="checkbox"/> 간호용품 <input type="checkbox"/> 갈아입을 옷 <input type="checkbox"/> 지병약 <input type="checkbox"/> 아기 엉덩이 물티슈 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 여성 위생용품 <input type="checkbox"/> 위생 반바지 <input type="checkbox"/> 케이지 시트 <input type="checkbox"/> 내용물이 보이지 않는쓰레기 봉투 <input type="checkbox"/> 보안 부저 / 휘파람 <div style="text-align: right; margin-top: 10px;">  </div>

백팩 등 양손을 자유롭게 쓸 수 있는 곳에 넣어두고, 언제든지 바로 꺼낼 수 있는 장소에 놓아둡시다. 가족구성을 고려하여 필요한 물건을 최소화한 후, 직접 메 봅시다. 또한, 적어도 일 년에 한 번은 점검하도록 합시다.

여성은 약 10kg 정도.
남성은 약 15kg 정도.

※참고용입니다. 혼자서 들고 대피할 수 있을 정도의 무게로 합시다.

● 집에 준비해 두어야 할 것

비상비축품

- 식수·비상식
 - 식수(1명당 1일 3리터 기준)
 - 비상용 물주머니·물통
 - 알파미 건빵
 - 캔빵 인스턴트 라면
 - 통조림 레토르트 식품
 - 수프 된장국
 - 소금 비스킷
 - 사탕 초콜릿
- 의류
 - 상의 하의 양말
- 생활용품
 - 수건 목욕수건
 - 담요 우비
 - 랩 알루미늄 호일
- 접시(종이·스테인리스)
- 숟가락 포크
- 나무젓가락
- 컵(종이·스테인리스 등)
- 풍로 부탄가스
- 고체연료 냄비 주전자 비누
- 일회용 화장실※1
- 칫솔·치약·구강 청결제
- 드라이샴푸
- 두루마리 휴지
- 티슈 물티슈 마스크
- 알코올 소독약
- 손전등
- 여분의 건전지
- 휴대 전화 충전기·보조 배터리
- 옷핀
- 신문지(보온·불쏘시개용)
- 일회용 손난로

- 그 외
 - 얇은 일회용 돗자리
 - 캐리 카트(급수소에서 물주머니나 물통을 운반할 때 사용)
 - 천 재질 검 테이프(짐 정리·지혈·유리 등의 보수)

※ 1 휴대용 화장실에는 배변 처리 세트가 포함되어 있습니다. ※ 2 방재 체크리스트에서 발체 (총리실 웹 사이트) 대피 후 조금 여유가 생기면 안전한지 확인하고 집으로 가서 가져오거나 집에서 대피 생활을 하는 데 필요한 것으로, 구호물자가 도착할 때까지 1주일 정도 버틸 생각으로 대비합시다.

평소에 자주 먹는 식품(상온보관이 가능한 식품)을 조금 넉넉하게 사두어 비상시에 도움이 되도록 합시다. 롤링 스톱법을 이용하여 식품을 비축해두면, 평소에 자주 먹는 식품을 '비상식량'으로 만들 수 있습니다.