

災害への備えはできていますか？

防災グッズを準備しよう！

- 飲料水（1日2ℓ×7日分×家族分）
- 非常食（4～5日分 ※ 飴、チョコレートなどの携帯食含む）
- 現金（公衆電話用に小銭も準備）
- 口腔ケア用品（できればウェットティッシュタイプ）
※お風呂に入れなくても、歯磨きをするだけでもスッキリ
- ライト、LED ランタン等
- 携帯ラジオ
- 乾電池
- ポリ袋（大、中、小各50枚程度）
- 軍手、皮手袋
- 運動靴
- 救急セット
- 簡易トイレ
- マスク
- 帽子、ヘルメット等
- ホイッスル（笛）
- カセットコンロ・ガスボンベ



個別に検討する項目

女 性

- 生理用品
- くし、ブラシ、鏡
- 化粧品



乳幼児、子供

- 紙おむつ
- ミルク、哺乳瓶、離乳食
- おしりふき
- 絵本、おもちゃ、ゲーム



高 齢 者

- 紙おむつ
- 介護用品
- 補聴器
- 入れ歯
- メガネ・老眼鏡

