



「非常持ち出し袋の準備をしておきましょう！」

非常持ち出し袋の中身っていったい何を入れたらいいのか？ということを今回は皆さんにお伝えします。非常持ち出し袋をもって避難するときは、家で生活ができない程の災害が起こった時ということになります。したがって、広域で災害が発生し、公助としての支援は、すぐには動き出せないことが想定されます。各自が、避難所生活で困らないために、絶対必要なものを非常持ち出し袋に入れておきましょう。

今すぐチェック ☒

確認してね！！



☒ カンパンと水

避難所で食事がすぐに出ることはありません。また、量も十分ではありません。

各自が家から持ち出したカンパンをみんなで分けて食べたという事例もあります。手軽に食べられて、栄養補給できるようなもの、飲料水（最低でも500ml×2）は入れておきましょう。

☒ トイレットペーパー

避難所で使うトイレットペーパーは各自で持ってきたものを使ってください。

備蓄しているものだけでは、すぐなくなってしまう。自分の使う分は自分で準備。芯を抜いて、ビニール袋に入れて、非常持ち出し袋に入れておきましょう。

☒ お薬

持病のある方、常備薬として、いつもお薬を飲んでおられる方は、必ず準備して入れておきましょう。他人に薬をもらうことはできません。

☒ 懐中電灯と電池

避難所までの道が、停電で真っ暗な夜の避難になるかもしれません。

また、避難所内でも薄暗いところにいることになるかもしれません。安全、安心のために準備しておきましょう。

☒ スリッパ

体育館の中は、土足禁止です。冷たい体育館の床での履物なしの生活は大変です。

また、履いてきた外履きの靴を入れるビニール袋も必要です。

☒ 衣類、下着

濡れないように、チャック式のビニール袋に入れて準備しておきましょう。

☒ タオル、ウェットティッシュ、洗面用具など

☒ ミルクや、離乳食

赤ちゃんのいるご家庭では、必ず準備をして、これらをもって避難してください。

備蓄があるから大丈夫です、とは言えません。