



# 防災通信



加入世帯  
回覧

2026年6月号  
和合町自主防災隊

## 「非常持ち出し袋」

いざという時のために、1人1つずつ非常持ち出し袋を作っておきましょう

- 非常持ち出し袋は、リュックサック型の物を用意しましょう(両手が空くように)
- フリーザーバッグを使って必要なものを種類別に準備しましょう  
(中身が見える・雨にぬれても大丈夫)
- 中に入れるものは、人によって違います。  
(あなたにとって必要なものを自分で選んで準備しましょう)
  - ① 必需品…メガネ、補聴器、持病の薬、生理用品、マスク、ティッシュ、消毒薬
  - ② 貴重品…現金(小銭を多く)・重要書類のコピー(免許証、マイナンバーカード、保険証、通帳の表紙)、家族の写真、家族の連絡先のメモ
  - ③ 情報収集のグッズ…スマホの充電ケーブル、モバイルバッテリー、携帯ラジオ、イヤホン、乾電池
  - ④ 応急手当の救急セット…簡単な怪我等の対応は自分でできるように(絆創膏など)
  - ⑤ 食料品…最低1日分は入れておく。(避難所で支給されるまでの間の最低限の食料は自分で持ち出す。赤ちゃん連れの方、アレルギーの方は必須)
  - ⑥ その他…ガムテープ、筆記用具(マジック)携帯トイレ、化粧品、ビニール袋など
- 荷物をリュックに入れるときは、軽いものが下に、重いものは上に。
- 非常持ち出し袋の置き場所は、玄関などのすぐに取り出せる場所に。  
(押し入れや、物置に入れないように)
- リュックと一緒に、軍手、ヘルメット、懐中電灯なども取り出しやすい所に置く。  
災害常備ポーチ  
災害がいつ起こっても困らないよう、携帯用防災グッズをポーチに入れて持ち歩く方法
- カバンの中に普段から持ち歩けるように、ポーチ型の物を用意
- 車に保管する場合は、100均等で売っているウォーターボトルもおすすめ
- 中に入れるもの(それぞれで考えて、小さなチャック袋に入れ準備)
  - ① 非常食(カロリーメイト、ビスケットなど)
  - ② 応急措置(絆創膏)
  - ③ 薬(常備薬)
  - ④ 防災笛
  - ⑤ ポリ袋(いろんな用途に使えます)
  - ⑥ 連絡先のメモなど



### 自宅での備蓄品

非常持ち出し袋の中は1日分。しかし、自宅に備蓄品を取りに戻り、それを持ってきて、避難所で生活するという事が出来ます。自宅での備蓄品も持ち出しやすい場所に保管しましょう。

和合町防災コーディネーター 松山美佐