

# 非常持出品チェックリスト

各家庭でいざという時に備える「非常持出品」、災害時被災地に救援物資が届くまでの、3日間程度を自足して、しのぐ備えを「一次」、「二次」の2段階で設定しています。過去の避難の教訓から緊急の避難でない場合は、非常食(2食分程度)を自分で用意する心がけが必要です。このリストはほんの一部ですので、ご家庭で持出品を決めておくことが重要です。

## ★一次持出品

「一次持出品」とは、避難時にすぐに持出すべき、必要最低限の備えで、被災時・非常時の最初の一日間をしのぐための物品揺れがそれほど大きくなくても大津波が押し寄せるケースが過去にあります。体感した揺れの大きさではなく気象庁の津波情報に注意してください。

### 基本品目

番号	品名	数量	チェック年月日	備考
1	非常持出袋			
2	乾パン			
3	飲料水			
4	懐中電灯			
5	ローソク			
6	ライター			
7	携帯ラジオ			
8	ナイフ・缶切り			
9	軍手・手袋			
10	毛抜き			
11	消毒薬			
12	脱脂綿・ガーゼ			
13	絆創膏			
14	包帯・三角巾			
15	マスク			
16	常備薬・持病薬			
17	レジャーシート			
18	防寒用保温シート			
19	簡易トイレ			
20	タオル			
21	ハブラシ・歯磨き粉			
22	ポリ袋			
23	エアークッション			
24	トイレトイレットペーパー			
25	ウェットティッシュ			
26	ガムテープ			
27	油性マジック			
28	筆記用具			

## 必需品・貴重品類

番号	品名	数量	チェック年月日	備考
1	家・車の予備キー			
2	予備メガネ			
3	携帯電話			
4	預金通帳			
5	健康保険証			
6	運転免許証			
7	パスポート・外国人証明書			
8	印鑑			
9	証書類			

## 女性用品

番号	品名	数量	チェック年月日	備考
1	生理用品			
2	鏡			
3	ブラシ			
4	化粧品			
5	おりものシート			

## 高齢者用品

番号	品名	数量	チェック年月日	備考
1	高齢者手帳			
2	おむつ			
3	着替え			
4	持病薬			
5	予備メガネ・入れ歯			
6	介護用品			

## 赤ちゃん用品

番号	品名	数量	チェック年月日	備考
1	粉ミルク・離乳食			
2	ほ乳瓶			
3	スプーン			
4	洗淨綿・ガーゼ			
5	バスタオル			
6	紙おむつ			
7	母子手帳			
8	玩具			
9	着替え			
10	ベビーカー			

## ★二次持出品

「二次持出品」とは、避難した後で少し余裕がでてきたら安全を確認して自宅に戻り、避難所に持ち出したり、自宅での避難生活を送る際に必要な物品のこと。

### 飲料

番号	品名	数量	チェック年月日	備考
1	飲料水			
2	非常用給水袋(ポリタンク)			

### 食料

番号	品名	数量	チェック年月日	備考
1	アルファ米			
2	乾パン			
3	インスタントラーメン			
4	缶詰類			
5	レトルト食品			
6	切り餅			
7	スープ			
8	味噌汁			
9	ビスケット			
10	キャンディ			
11	チョコレート			
12	塩			

### 衣類

番号	品名	数量	チェック年月日	備考
1	上着			
2	下着			
3	靴下			

## 生活用品

番号	品名	数量	チェック年月日	備考
1	タオル			
2	バスタオル			
3	毛布(寝具)			
4	雨具			
5	予備電池			
6	卓上コンロ			
7	ガスボンベ			
8	固形燃料			
9	鍋			
10	ラップ			
11	アルミホイル			
12	やかん			
13	皿(紙・ステンレス製)			
14	コップ(紙・ステンレス製)			
15	割り箸			
16	スプーン			
17	フォーク			
18	石けん			
19	シャンプー・リンス			
20	ドライヤー			
21	携帯電話の充電器			
22	古新聞			
23	使い捨てカイロ			
24	安全ピン			