

8 備蓄・持ち出し品を確認しよう

○ 家庭での主な備蓄…食料・飲料水は最低3日分、できれば1週間分程度の備蓄をしましょう。

□ 水

飲料水は、1人当たり1日3リットルと考えて備蓄をしましょう。



□ 食料

簡単に食べられるインスタント食品やレトルト食品、缶詰などの保存食を備蓄しましょう。



□ トイレパック

家庭のトイレなどに設置して使用する、凝固剤と袋がセットになったパックです。



○ 非常持出品の準備…必要量をリュック等に入れて、非常時にはすぐに持ち出せるようにしましょう。



□ 懐中電灯

(予備電池も用意)



□ 携帯ラジオ



□ 貴重品

(現金、預貯金通帳、印鑑、健康保険証)



○ 各家庭に適した備蓄…ペットのいる家庭や乳幼児のいる家庭など自分に必要なものを備蓄しましょう。

□ ペットのいる家庭

ケージ
ペットフード
ペットシーツ など



□ 乳幼児のいる家庭

ミルク
ほ乳瓶
おむつ など



□ 要介護者のいる家庭

薬(服用している方)
杖などの補助具 など

