

洗面用品	
物品	✓
医療品、衛生用品、日用品2	
空の段ボール箱	
タオル、アルミホイル	
紙皿、紙コップ	
非常食	
物品	✓
非常食、日用品1	
カミソリ	
ライター、マッチ	
現金	
筆記具、メモ帳	
物品	✓
小物類	

多目的・工具類	
五切り、怪抜き	
物品	✓
小物類	
避難所などで必要となるもの	
防災グッズ(冊子)	
簡易携帯トイレ	
アルミ製フラスコ	
ヘルソート	
LEDライトモーターランプ	
物品	✓
あると便利なもの	
スナック	
分婉準備品 (紙おむつ、タオルなど)	
物品	✓
自分と大切な家族に必要なもの (妊産婦の方)	

自分と大切な家族に必要なもの (子どものために)	
物品	✓
コックルトン洗剤	
保存液	
入れ歯	
日常服用している薬	
お薬手帳	
タオル、下着、靴下などの着替え	
防寒着	
使い捨てカイロ	
雨具	
カーゼ、綿棒、スリッパ	
歯磨きや洗顔のセフト	
生理用品	
家族分の保険証	
物品	✓
母子健康手帳、診察券	
洗浄綿	

自分と大切な家族に必要なもの	
物品	✓
コックルトン洗剤	
保存液	
入れ歯	
日常服用している薬	
お薬手帳	
タオル、下着、靴下などの着替え	
防寒着	
使い捨てカイロ	
雨具	
カーゼ、綿棒、スリッパ	
歯磨きや洗顔のセフト	
生理用品	
家族分の保険証	
物品	✓
母子健康手帳、診察券	
洗浄綿	

緊急時に使用	
物品	✓
缶(ホムアル)	
ビニール袋、ポリ袋	
応急医療品	
飲食料	
物品	✓
携行食 (ビニール袋、缶詰等)	
水500ml×1人	
自分と大切な家族に必要なもの	
物品	✓
携帯電話	
懐中電灯	
予備電池	
携帯ラジオ	

身につけるもの	
被災時に身に着けるもの	
物品	✓
ヘルメットなど	
軍手袋又は軍手	
スリッパ	
厚底の靴	
リュックに入れて持ち出すもの	
明かり、情報収集	
物品	✓
携帯電話	
携帯電話用充電器	
懐中電灯	
予備電池	
携帯ラジオ	

ペットのための備蓄品の用意		
飼い主やペットの情報		
物品	✓	
かかりつけの動物病院など		
ペット用品		
物品	✓	
ペットシート		
排泄物の処理用具		
トイレ用品 (猫の場合は使い慣れたトイレ砂)		
タオル、ブラシ		
おもちゃ		
洗濯ネット (猫の場合) など		
衣類などは季節によって必要なのは変わります。食品や飲料水などは賞味期限があるため、定期的にチェックを！		
— 切り取り	----- 山折り	- - - - 谷折り

ペットのための備蓄品の用意	
命や健康にかかわるもの	
物品	✓
フード、水 (5日以上)	
予備の首輪	
リード (伸びないもの)	
食器	
ガムテープ (ケージの補修など多用途に使用可能)	
飼い主やペットの情報	
物品	✓
飼い主の連絡先	
ペットの写真	
ワクチン接種状況	
既往症・健康状態	

多目的・工具類・防災資材	
物品	✓
ほうき、ちり取り、軍手	
ブルーシート	
ウォータータンク	
荷物運搬カート	
緊急用工具類 (パールスコップ、おのこぎり、ジャッキ、ハンマー、ロープ、ハンゴ等)	
ヘッドバンド付きライト	
消火器、発電機、燃料	
ハンディろ過機 (水の清浄)	
ペットのための備蓄品の用意	
命や健康にかかわるもの	
物品	✓
療法食、薬	

備蓄品	
一定量を備蓄	
物品	✓
食料 (7日～10日分程度)	
飲料水 (1人1日3ℓ×7日分×家族数)	
生活用水 (お風呂にためる)	
使い捨てカイロ	
スリッパ	
簡易トイレ又はポリ袋	
レジ袋	
高密度ポリエチレン	
45リットルごみ袋	
多目的・工具類・防災資材	
物品	✓
カセットコンロ・予備ボンベ	

医療品、衛生用品、日用品2	
物品	✓
応急医療品	
着替え	
大型タオル	
スリッパ	
トイレトペーパー	
毛布又は寝袋	
座布団	
アイマスク	
耳栓	
補聴器	
入れ菌用洗剤	
電池使用ランタン	
携帯電話の充電器	

### 携帯版 持ち出し品 備蓄品リスト



Copyright © 2018  
NTTタウンページ株式会社  
All rights reserved.