

## 非常用持出品

家族構成に応じて必要なものを準備しましょう。乳幼児やお年寄りなどに必要なものがあれば加えておきましょう。重すぎると避難の妨げにもなるので、最低限のものを両手の空くリュックサックなどにコンパクトにまとめて、すぐ取り出せる場所に保管しておきましょう。

また、**感染症予防のため「マスク・体温計・消毒液等」を事前に準備し、対策をしておきましょう。**

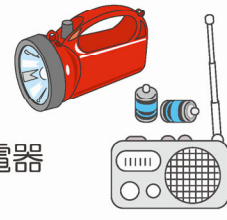
### 食料・飲料

- 飲料水
- 非常食



### 非常用機器

- 携帯ラジオ
- 懐中電灯
- 予備電池
- 携帯電話充電器



### 薬・衛生用品

- 常備薬（お薬手帳）
- ばんそうこう
- 消毒液
- 体温計
- 洗面用具（口腔ケア用品等）
- ティッシュ/ウェットティッシュ
- マスク/フェイスガード



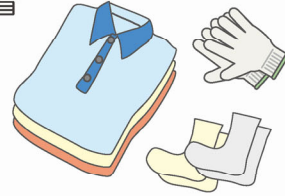
### 貴重品

- マイナンバーカード
- 健康保険証
- 身分証明書
- 現金
- 通帳・印鑑



### 衣類

- 上着・下着
- くつした
- タオル
- 軍手
- スリッパ



重すぎないか、一度背負ってみましょう！

【各家庭の状況に応じて準備】

- 赤ちゃんがいる場合** 母子手帳、粉ミルク、哺乳びん、離乳食、紙おむつ、おしりふき など
- お年寄りがいる場合** 流動食、介護用品 など
- アレルギー疾患の場合** アレルギーに対応した食品 など
- ペットがいる場合** ペットフード、トイレシート、ケージ など



## 備蓄品

備蓄品は、災害発生から復旧までの数日間の生活を支えるものです。各家庭の状況に合わせて必要なものを準備しておきましょう。

### 食料・飲料

- 飲料水
- お米
- 缶詰
- レトルト食品
- インスタント食品



### 生活用品・道具類

- 救急セット
- 消毒液
- ビニール手袋
- ラップ
- アルミホイル
- 給水用ポリタンク
- カセットコンロ
- カセットボンベ
- トイレシート
- 簡易トイレ
- ティッシュ
- 新聞紙
- 乾電池



### わが家の備蓄品

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_



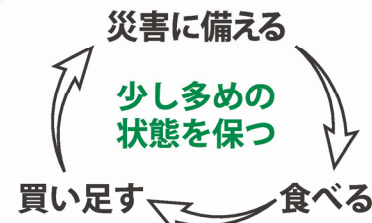
- ロープ
- ブルーシート

※食料品（3日分。できれば1週間分）／飲料水（大人一人1日あたり2～3リットル）

### ローリングストック

日ごろから使っている**食料品・生活必需品を少し多めに購入**しておくことで災害時の備えになります。

古いものから使っていき、使った分だけ買い足していく**ローリングストック**を心がけましょう。



IZUNOKUNI CITY BOUSAI MAP



伊豆の国市 防災マップデータ



IZUNOKUNI CITY BOUSAI MAP



伊豆の国市 IZUNOKUNI CITY