

切り取って非常袋や  
家の目立つところに貼って活用

# マイ備蓄チェックシート

いつでも避難できる**準備**はできていますか？確認を 

## ◆食品等

- 飲料水
- 食料品

## ◆貴重品

- 現金
- 預金通帳
- 印鑑
- 健康保険証
- 身分証明証

## ◆医療品等

- 救急セット
- 常備薬
- 生理用品
- お薬手帳

## ◆赤ちゃん用品

- おむつ
- ミルク
- 哺乳瓶

## ◆感染症対策

- マスク
- 消毒液
- 簡易テント

## ◆衣料等

- 下着
- タオル
- 靴
- 雨具
- 防寒具

## ◆日用品

- 懐中電灯
- ラジオ
- 携帯電話
- ビニール袋
- 毛布
- 簡易トイレ
- 軍手等
- 使い捨てカイロ
- スリッパ
- 万能ナイフ

- ウェットティッシュ
- ティッシュペーパー
- モバイルバッテリー
- 筆記用具
- レジャーシート等

## ◆ペット用品

- ペットフード
- トイレシート
- ゲージ等

## ◆避難用具

- ヘルメット等
- 笛・ブザー



※個人によって異なります。自分に必要なものを確認しましょう。