

ぼうさいバッグを もっているかな？

おうちのひとにみてもらおう

ぼうさいバッグに入れておきたい
基本のセット



- 携帯ラジオ
- 懐中電灯
- ヘルメット
- 乾電池
- モバイルバッテリー
- ライター
- 軍手
- ウェットティッシュ
- 携帯トイレ
- トイレットペーパー
- タオル
- ポリ袋
- はさみ
- 筆記用具

- 常備薬 (処方箋のコピー)
- 救急セット
- ペットボトル飲料水
- 非常食・お菓子などの食べ物
- 防寒ブランケット・カイロなど
- レインコート
- 現金
- 身分証コピー

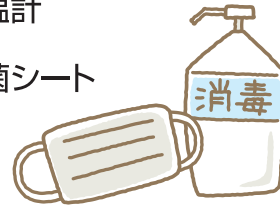
アレルギー
にも注意!

小銭も
必要です。



感染症対策

- マスク
- アルコール消毒液
- 体温計
- 除菌シート



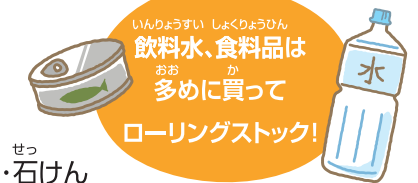
アウトドア用品を
もっていたら、
災害時は防災グッズ
としても活用できます!

2次持ち出し品リスト (自宅に備えておくもの)

- 飲料水 1人1日3ℓ
- 食料品 アルファ米・レトルト・缶詰・お菓子
味噌汁・カップラーメンなど
- 携帯トイレ 1人1日5回分程度
- 衣類 下着・着替え
- 生活用品 歯ブラシ・ドライシャンプー・石けん
卓上コンロ・ガスボンベ・紙皿・紙コップ・ラップ・割り箸など

飲料水、食料品
携帯トイレは3日以上!!
(可能な限り1週間分程度)

飲料水、食料品は
多めに買って
ローリングストック!



女性・赤ちゃんの備え

- 鏡
- 生理用品
- 基礎化粧品
- ガーゼ
- バスタオル
- ベビーフード
- ミルク
- 哺乳瓶・マグ
- スプーン・紙コップなど
- おむつ・おしりふき
- 母子手帳コピー



液体ミルクや
使い捨て哺乳瓶
も便利!!