

## 各種災害への備えチェックリスト

### 【旅券・身分証】

- ☐ 残存有効期間の確認（6か月以上）
- ☐ 最終ページの「所持人記載欄」への記載確認
- ☐ 緊急搬送に備え、自身や家族の血液型情報を記載
- ☐ その他の写真付き身分証明書、保険証等を携帯

### 【現金等】

- ☐ 現金（緊急事態発生時は、クレジットカードやＡＴＭが使えない可能性有）
- ☐ クレジットカード、キャッシュカード、その他の貴重品

### 【非常用食料】※ 家族用２週間分が目安

- ☐ 保存食（米、調味料、缶詰類、インスタント食品、粉ミルク等）
- ☐ ミネラルウォーター

### 【医薬品等】

- ☐ 家庭用常備薬、処方薬、外傷薬、消毒薬、包帯・絆創膏等
- ☐ 家族全員の持病・既往症等の医療情報、病院の連絡先

### 【携行品】

- ☐ 衣類、着替え（長袖、長ズボン等、蚊や吸湿・耐暑・耐寒性に富むもの）
- ☐ 靴（歩きやすく頑丈で防水仕様のものが望ましい）
- ☐ 衛生用品（歯磨きセット、石けん、アルコール消毒液等）
- ☐ ラジオ、懐中電灯、携帯電話、充電器、モバイルバッテリー等
- ☐ライター、マッチ、ろうそく、固形燃料、カセットコンロ等
- ☐ ナイフ、はさみ、缶切り、アウトドア用の軽量食器類等
- ☐ 毛布、タオルケット、寝袋、雨具
- ☐ ゴムボート、ライフジャケット・浮き輪、警笛・ブザー等

### 【自動車】

- ☐ 日常点検の励行（特にバッテリー）
- ☐ 十分な給油、予備タンクへの備蓄
- ☐ 車内に食料、水、懐中電灯、地図等を配備