

非常持出品
～日頃の備えがあなたを救う！～

分類	品目	チェック	分類	品目	チェック
貴重品	現金		生理用品	衣類(下着、上着、靴下など)	
	貯金通帳			タオル	
	印鑑			ティッシュ	
	免許書			ウエットティッシュ	
	権利証書			食品ラップ	
	健康保険証			軍手	
非常食品	乾パン			雨具	
	缶詰め			ライター	
	栄養補助食品 (そのまま食べられるもの)			ビニール袋	
	ミネラルウォーター (缶、ペットボトル入り)			生理用品、紙おむつなど	
	水筒		その他	携帯ラジオ	
	皿(プラスチックか紙製)			懐中電灯 (できれば一人ひとつ)	
	割り箸			予備電池(多めに)	
	缶切り、栓抜き				
乳幼児、高齢者、病人向けの食品 (必要に応じて)					
応急医療品	絆創膏、包帯				
	消毒薬、傷薬				
	鎮痛剤、解熱剤				
	目薬、胃腸薬				
	常備薬				