

🐾 自分用非常グッズチェックリスト 🐾

非常用持ち出し袋

- 飲料水（500ml ペットボトル2本）
- 給水バッグ
- 食料品（加熱不要で食べられるもの）
- 万能ナイフ
- チャック付きポリ袋
- 食器類
（紙皿・コップ・箸・スプーン・フォーク）
- 非常用トイレセット（3回分）
- ポケットティッシュ
- ウエットティッシュ
（除菌アルコールあり・なし）
- ビニール袋（大・小）
- 市販薬（風邪薬・整腸薬・ビタミン剤）
- 洗面用具（歯ブラシ・石鹸）
- ヘッドライト・懐中電灯
- 携帯ラジオ・イヤホン
- モバイルバッテリー
（充電式・乾電池式・ケーブル）
- 乾電池
- ライター
- ろうそく
- 笛
- 軍手・マスク
- レインポンチョ
- 着替え（服・下着・靴下）
- 防寒用ジャケット
- スリッパ
- 筆記用具（ノート・ボールペン）
- 現金・小銭
- 家族写真
- 連絡先リスト

非常持ち出し袋と一緒に持ち出すもの

- 貴重品（免許証・保険証・預金通帳・印鑑）
 - スニーカー・帽子（ヘルメット）
- * 玄関など非常持ち出し袋の近くに置く。

他に必要なもの

