

# 在 宅 避 難 用

※青字は避難時の持ち物と異なる部分

## 食料・飲料

- 飲むための水 (1日 500ml x 2)
- 食べもの (日常の食材を 10 日分)
- ウォータータンク



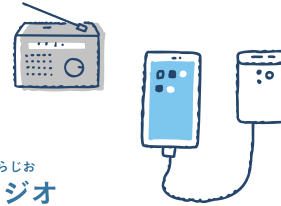
## 貴重品

- おかね



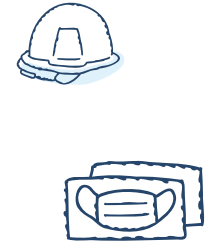
## 情報収集用品

- トランシーバー
- モバイルバッテリー
- 目覚まし機能付きラジオ



## 身につけるもの

- ポリ手袋
- ヘルメット
- 感染予防マスク
- 超撥水アウトドアウェア



## 衛生用品・薬

- 痛み止め
- 消毒薬 (500ml スプレー)
- 滅菌ガーゼ
- 三角巾
- 止血 AID (止血シート)
- 包帯
- 目薬
- ウェットタオル



- 消臭・抗菌剤
- ハブラシ
- 液体ハミガキ (多めに)
- 災害用トイレ
- トイレットペーパー

## その他

- ポリ袋
- ランタン
- ライター
- 筆記用具 (油性ペン)
- ラップフィルム (多めに)
- ブルーシート
- 卓上カセットコンロ
- カセットガス
- ポータブル電源

