

# 外出時携帯用

※青字は避難時の持ち物と異なる部分

## 食料・飲料

- ゼリー飲料
- おやつ



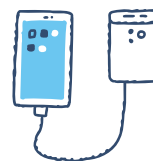
## 貴重品

- 現金



## 情報収集用品

- トランシーバー
- モバイルバッテリー
- radiko (アプリ)



## 身につけるもの

- ポリ手袋
- 感染予防マスク
- 大判のハンカチ



## 衛生用品・薬

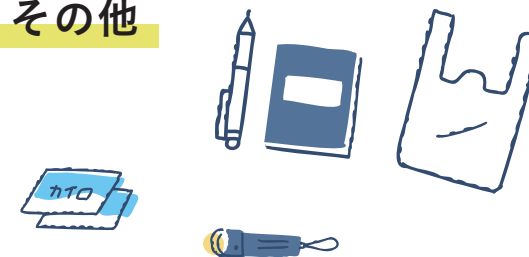
- 痛み止め
- 止血 AID (止血シート)
- 目薬
- ウェットティッシュ
- 流せるティッシュ
- 消臭・抗菌剤
- ハブラシ
- 液体ハミガキ



- 災害用トイレ
- 歯みがきトラベルセット

## その他

- ポリ袋
- 笛
- ペンライト
- カイロ (冬)
- 筆記用具 (撥水用紙とボールペン)



ライト・笛・ラジオ・トランシーバーはスマートフォンやアプリで代用可能。

