

緊急時の連絡先

檜原村役場
042-598-1011

五日市警察署
042-595-0110

秋川消防署
042-595-0119

わが家の防災メモ

| わが家の避難場所 | 家族などの連絡先 |
|----------|----------|
| | |
| | |
| | |

非常持出品を用意しよう！

いざという時にすばやく避難できるように、非常用品を防災袋に入れて常備しましょう。避難先で困らないように、眼鏡や持病の薬など、自分には必要で、入手が簡単ではないものを用意しておくことが大切です。特に寒冷期は防寒用品を忘れずに。

一次持出品リスト ◆ 避難するときに最初に持ち出すもの。(男性:15kg、女性:10kgを目安)

| 準備ができたものには、 □の中にチェックを入れましょう | 貴重品 | 我が家に必要なものには、 □の中にチェックを入れましょう | 現金(小銭も) □通帳類 □証書類 □身分証明書 □健康保険証 □免許証 □印鑑 |
|--------------------------------|--|---------------------------------|--|
| | □ 携帯ラジオ | | □ 予備の電池(多めに用意する) |
| □ 懐中電灯 | □ 予備の電池 □ 予備の電球 (懐中電灯は、できれば一人一つ用意) | | |
| □ 救急薬品 | □ ばんそうこう □ ガーゼ □ 包帯 □ 消毒薬 □ 解熱剤 □ 胃腸薬 □ 風邪薬 □ 鎮痛剤 □ 常備薬 □ とげぬき | | |
| □ 非常食・飲料水 | □ カンパンや缶詰 □ 飲料水 □ 水筒 □ 紙皿 □ コップ □ ナイフ □ 缶切り | | |
| □ その他 | □ 下着 □ 上着 □ 靴下 □ ハンカチ □ タオル □ ティッシュペーパー □ ビニールシート □ 予備の眼鏡 □ マスク □ 笛 (乳幼児のいる場合: □ ミルク □ ほ乳ビン □ おむつ □ バスタオル) (要介護者のいる場合: □ 着替え □ おむつ □ 障害者手帳 □ 常備薬) | | |

二次持出品リスト ◆ 災害復旧までの数日間を自活するためのもの。 ◆ 最低3日分、できれば5日分を用意しておきましょう。

| 準備ができたものには、 □の中にチェックを入れましょう | 食糧 | 我が家に必要なものには、 □の中にチェックを入れましょう | 缶詰やレトルト食品 □ 栄養補助食品(チョコレート、梅干し、チーズ等) |
|--------------------------------|---|---------------------------------|---|
| | □ 水 | | □ 飲料水(大人一人当たり1日3ℓが目安) □ 生活用水:風呂の栓は抜かず、やかんやポットに水を入れておく (炊事、洗濯、トイレ等に使用) |
| □ 燃料・その他 | □ 卓上コンロ □ 予備のガスボンベ □ 固形燃料 □ その他洗面具 □ 携帯(簡易)トイレ □ 生理用品 □ ビニール袋 □ キッチン用ラップ □ 新聞紙 □ () □ () □ () | | |

● このリストには、一般的なものを示しています。ご家庭の状況等に応じて、必要なものを準備しましょう。
● 非常持出品は、定期的に保存状態や使用期限を点検し、必要に応じて交換しましょう。