

災害時のモノの備え

非常持出品 ～避難のときに自宅から持ち出す

避難するときに持ち出したい貴重品や避難グッズです。自分にとって必要なものを考え、準備しましょう。リュックなどに入れ、玄関など持ち出しやすい場所に置いておきましょう。



非常用持出袋に入れるもの

☐ 懐中電灯	一人にひとつ、ヘッドライトなら両手が見える	☐ ペットボトル	500ミリ入りを数本
☐ ヘルメット	折り畳み式など携帯用もある	☐ 食品等	乾パン、ビスケット、チョコなど
☐ モバイルバッテリー	乾電池式・ソーラー充電式	☐ 応急手当用品	ばんそうこう、消毒薬、胃腸薬など
☐ 乾電池		☐ レインウェア	
☐ 筆記用具	メモ帳、油性ペンなど	☐ タオル	
		☐ 携帯トイレ	

貴重品はまとめておきましょう

☐ 現金	☐ 運転免許証
☐ 予備のキー（自宅、車）	☐ マイナンバーカード
☐ 預貯金通帳	☐
☐ 印鑑	☐

感染症対策も必要です

☐ マスク
☐ アルコール消毒液
☐ ウエットティッシュ
☐ 体温計

災害時、トイレで不自由しないために

●断水や排水管の破損で水洗トイレが使えなくなる事態に備え、簡易トイレ・携帯トイレを備蓄しましょう。成人の場合、1日の平均排せつ回数は5～7回といわれています。十分な量を準備しておきましょう。平常時に試用してみて、使い方に慣れておくと安心です。

簡易トイレ



携帯トイレ



●持ち歩きタイプ



●野田市は、使用済み携帯トイレ等の排せつゴミを可燃ゴミとして処理しています。発災直後のゴミ収集が休止されている間は自宅内に保管しなければなりません。消臭剤、防臭機能が優れたポリ袋などを併用して、衛生的に取り扱しましょう。



備蓄品 ～ライフラインの復旧までを支える

ライフラインが復旧するまでを乗り切るための備えです。食料と飲料水は最低3日分、できれば1週間分を備蓄しておきましょう。

食品など

- ☐ 飲料水 (大人1人×1日×3リットルが目安)
- ☐ 米（無洗米）・レトルトご飯
- ☐ レトルト食品・缶詰・カップ麺
- ☐ フリーズドライ食品
- ☐ 栄養補助食品
- ☐ 調味料セット

燃料など

- ☐ カセットコンロ
- ☐ カセットボンベ
- ☐ 携帯トイレ・簡易トイレ (消臭剤、防臭袋も用意)
- ☐ 懐中電灯
- ☐ LED ランタン
- ☐ 乾電池
- ☐ 携帯ラジオ (手動充電式が便利)

家族構成等によって必要なものは異なります

乳幼児

- ☐ 粉ミルク・乳児用液体ミルク
- ☐ アレルギー対応離乳食
- ☐ 紙おむつ・お尻ふき
- ☐ 使い捨て哺乳瓶
- ☐ 母子健康手帳・診察券など

高齢者

- ☐ 大人用紙おむつ
- ☐ 持病の薬
- ☐ 軟らかい非常食
- ☐ 入れ歯 (入れ歯洗浄剤も)
- ☐ 補聴器 (予備電池も)

衛生用品

- ☐ 簡易トイレ
- ☐ 救急セット
- ☐ 常備薬・サプリメント
- ☐ ドライシャンプー
- ☐ 歯磨き用ウエットティッシュ
- ☐
- ☐



ペット

- ☐ ペットフード・食器
- ☐ ペット用首輪・リード
- ☐ ペット用のトイレ用品
- ☐ 飼い主の連絡先
- ☐

「ローリングストック」で無理せず備える！

普段食べている食品などを多めに購入、消費したらその分補充すれば、常に一定量を確保できます。これが「ローリングストック（回転備蓄）」と呼ばれる備蓄方法です。普段から少し余分に買い置きしておけば、災害時に大いに役立ちます。

