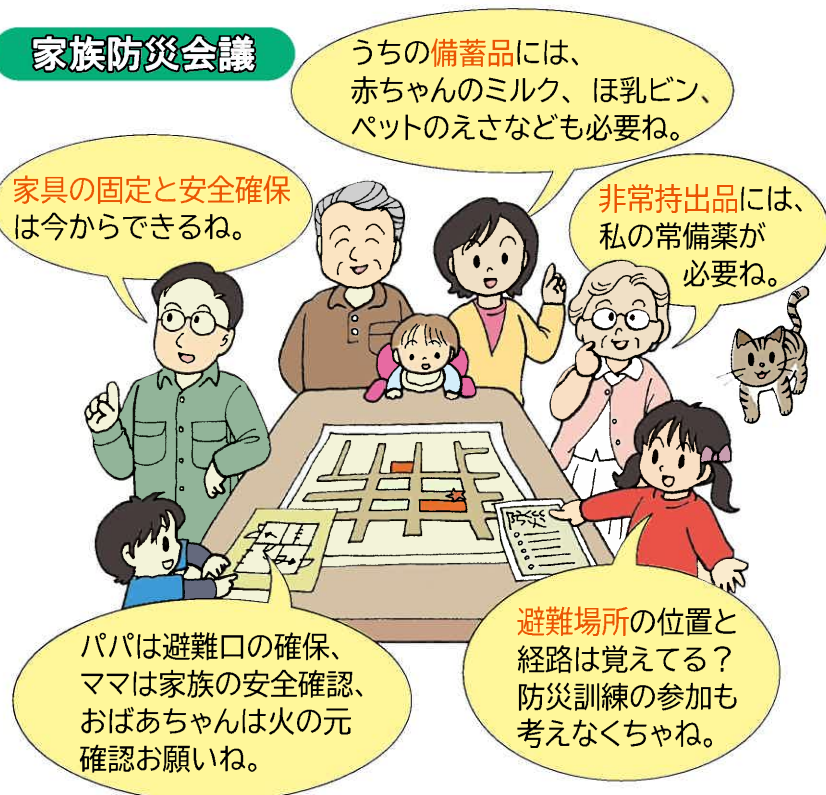


# わが家の防災メモ

- 備蓄品や事前の備えについて、家族で話し合ってみましょう。
- 地震が起きたときの行動手順や避難所についても確認してみましょう。

## 家族防災会議



<b>✓ 避難する場所は</b>	
指定緊急避難場所 兼 指定避難所（基幹）	
施設名	
住所	
<b>✓ 家族の連絡先は</b>	
(誰の連絡先)	(電話番号など)
(誰の連絡先)	(電話番号など)
(誰の連絡先)	(電話番号など)

## 備蓄品・非常持出品

- 食料品や飲料水は最低 3 日分用意しましょう。
- 家族構成にあわせて必要なものをそろえ、使用できるか定期的に確認しましょう。また、賞味期限などを確かめておき随時更新しましょう。
- チェックリストの空欄に必要なと思うものを書き込み、いざというときのために備えましょう。

備蓄品・非常持出品共通
<input type="checkbox"/> 食料品
<input type="checkbox"/> 飲料水
<input type="checkbox"/> ティッシュペーパー
<input type="checkbox"/> ウェットティッシュ
<input type="checkbox"/> 水のいらないシャンプー
<input type="checkbox"/> 乾電池や携帯電話のバッテリー
<input type="checkbox"/> 粉ミルク・液体ミルク・紙おむつ
<input type="checkbox"/> ペット用品（えさなど）
<input type="checkbox"/>



感染症対策
<input type="checkbox"/> マスク
<input type="checkbox"/> 消毒液
<input type="checkbox"/> 体温計
<input type="checkbox"/> スリッパ・上履き
<input type="checkbox"/>

備蓄品
<input type="checkbox"/> カセットコンロ
<input type="checkbox"/> ランタン（LED など）
<input type="checkbox"/> 給水容器（ポリタンクなど）
<input type="checkbox"/> 携帯トイレ
<input type="checkbox"/> 工具類・ロープ
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>



冬の備え
<input type="checkbox"/> ポータブルストーブ
<input type="checkbox"/> 防災保温シート
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

非常持出品
<input type="checkbox"/> 懐中電灯
<input type="checkbox"/> 携帯ラジオ
<input type="checkbox"/> 衣類
<input type="checkbox"/> 厚手の手袋
<input type="checkbox"/> 救急セット・常備薬
<input type="checkbox"/> お薬手帳
<input type="checkbox"/> ライター
<input type="checkbox"/> 現金・貴重品
<input type="checkbox"/> 生理用品
<input type="checkbox"/>



冬の備え
<input type="checkbox"/> 防寒衣・防寒靴
<input type="checkbox"/> 寝袋・毛布
<input type="checkbox"/> 携帯カイロ
<input type="checkbox"/>