

9月1日是防灾日、准备好「非常持出袋」(紧急避难包)

9月1日は防災の日です 「非常持ち出し袋」を準備しておきましょう



「非常持出袋」是在发生灾害时，避难带走的紧急避难包。

「非常持出袋」放在可以随时拿走的地方（比如床边）。



「非常持出袋」

为了避难时能用双手，请使用双肩背包。

※不要太重，不要放太多东西。

★★ 避难时需要物品的例子★★

※需要物品，因人而异。

水・食品

- 水（2-3 瓶 500ml）
- 食品（罐头、饼干、巧克力等）



药品

- 药手册 常备药
- 急救盒（创口贴、消毒液、绷带等）



衣类

- 上衣、内衣等 毛巾数条
- 手套（纱布手套） 雨衣类



手电筒和收音机等

- 手电筒 收音机
- 手机充电器 干电池



卫生用品

- 湿纸巾 口罩
- 洗漱用品（牙刷等） 简易厕所
- 卫生纸 暖宝贴
- 塑料袋



贵重物品、身份证

- 钱 护照 在留卡
- 健康保险证、驾照、存折等的复印件



其他（生活用品等）

- 剪刀、裁纸刀 户外塑料坐垫
- 保鲜膜 胶带 等



穿行动方便的衣服和鞋子
（比如运动鞋）。

戴头盔更安全!!