

がつつたち ぼうさい ひ ひじょう も だ ぶくろ じゅんび
 9月1日は防災の日 「非常持ち出し袋」を準備しておきましょう



さいがい さいがい さいがい
 災害がおきたときに、持ってにげるものを準備しておきましょう。

も ち ちゅう さく ちゅう さく
 持ってにげるものは、リュックサックに入れてください。

ひじょう も だ ぶくろ ひじょう も だ ぶくろ
 「非常持ち出し袋」は、いつでもすぐに持ってにげる
 ところ（たとえば、ベッドの近くなど）に、置いておきます。



ひじょう も だ ぶくろ 「非常持ち出し袋」

ひなん りょうて つか い
 避難するとき両手が使えるようにするために、リュックサックに入れてください。

※たくさん物を入れすぎて、重くならないようにしてください。

★★ 避難の時に持ち出すものの例 ★★

ひつよう ひつよう
 ※必要なものは、一人ひとりちがいます。

みず しょくりょう 水・食料

- 水 (500ml のペットボトルを2〜3本)
- 非常食 (缶詰、ビスケット、チョコレートなど)



いやくひん 医薬品

- お薬手帳 常備薬
- 救急セット (ばんそうこう、消毒液、包帯など)



いりょうひん 衣料品

- 上着や下着 タオル数枚
- 手袋 (ぐんて) 雨具



しょうめい じょうほう 照明や情報をあつめるもの

- ライト ラジオ
- 携帯電話の充電器 予備の乾電池



えいせいようひん 衛生用品

- ウェットティッシュ マスク
- 洗面用具 (歯ブラシなど) 携帯トイレ
- トイレットペーパー 使い捨てカイロ
- ビニール袋



きちょうひん みぶんしょう 貴重品、身分証

- お金 パスポート 在留カード
- 健康保険証、運転免許証、預金通帳などを



そのほか (生活用品など)

- はさみ、カッター レジャーシート
- ラップフィルム ガムテープ など



うご 動きやすい服と くつ (スニーカー) で にげてください。
 ヘルメットがあれば、
 もっと安全です!