

防災チェックリスト

非常袋の中身

□品名 / 数量 □品名 / 数量 □品名 / 数量

食料品

- 飲料水(賞味期限 /) /
- 乾パン(賞味期限 /) /
- カップラーメン(賞味期限 /) /
- 缶詰 (賞味期限 /) /
- チョコレート /
- あめ玉 /

雑貨

- 懐中電灯 /
- ローソク /
- ライター・マッチ /
- クイックコンロ /
- コンロ用燃料 /
- 缶切り・栓抜 /
- 紙皿、紙コップ、箸 /
- ナイフ /
- 滑り止め付軍手 /
- ロープ /
- レジャーシート(帖) /
- ビニールレインコート /
- ティッシュペーパー /
- 生理用品 /
- 携帯ラジオ /
- 携帯電話用持運充電器 /
- 乾電池(単型) /
- 乾電池(単型) /
- 乾電池(単型) /
- ゴミ袋・ビニール袋 /

衣類他

- 下着 /
- 上着 /
- 靴下 /
- ハンカチ /
- タオル /
- ヘルメット・防災頭巾 /

救急セット

- ばんそうこう
- 消毒薬
- ガーゼ
- 包帯・三角巾
- 体温計
- ピンセット
- はさみ
- 風邪薬
- 胃腸薬
- 鎮痛剤
- 常備薬()
- 常備薬()

貴重品

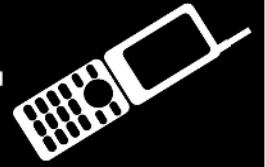
- 現金(円) /
- 通帳・印鑑 /
- 健康保険証コピー /
- 免許証コピー /
- 重要書類コピー /
-
-
-
-
- メディカルアラートカード /
- 緊急連絡簿 /

※備考

チェック実行日 年 月 日



一家族緊急連絡簿



家族構成

名 前	生年月日	続柄
	T S H . .	
	T S H . .	
	T S H . .	
	T S H . .	
	T S H . .	
	T S H . .	
	T S H . .	

写真を貼り付けてください

自
宅

住所 〒 - 都道
府県

電話番号 - - Fax - -

緊
急
連
絡
先

名 前	名 前
携帯・PHS	携帯・PHS
e-mail	e-mail
会社・学校名	会社・学校名
電話番号	電話番号
名 前	名 前
携帯・PHS	携帯・PHS
e-mail	e-mail
会社・学校名	会社・学校名
電話番号	電話番号
名 前	名 前
携帯・PHS	携帯・PHS
e-mail	e-mail
会社・学校名	会社・学校名
電話番号	電話番号
名 前	備 考
携帯・PHS	
e-mail	
会社・学校名	
電話番号	