

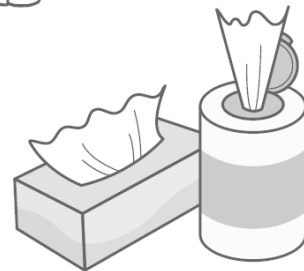
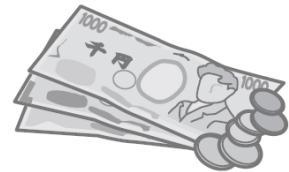
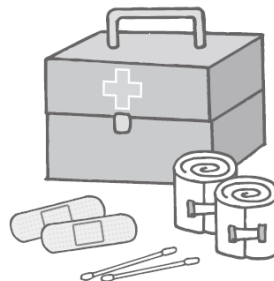
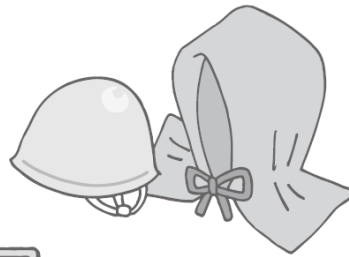
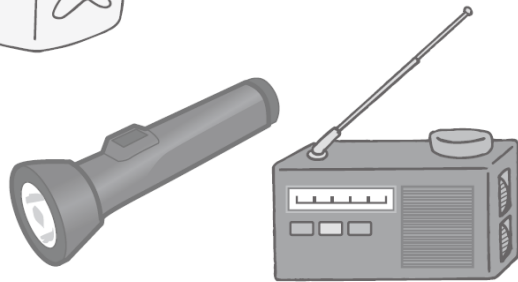


非常持出品チェックリスト

- 非常食
- 飲料水
- 携帯ラジオ
- 懐中電灯
- 乾電池
- ヘルメット、防災ずきん
- 救急医療品
- 常備薬
- 貴重品(預貯金通帳、印鑑など)
- 現金
- 健康保険証のコピー
- 住民票のコピー
- ろうそく
- ライター、マッチ
- ナイフ、缶切り、栓抜き
- ティッシュ
- タオル
- ビニール袋
- 上着、下着
- 軍手



準備できているか、
確認してみましょう。



- ・ 自分が必要と思うものを準備しよう。
- ・ 準備したものは、リュックなどに入れておこう。
- ・ 重さを確認して、中身の量を調整しよう。
- ・ 定期的に点検して、賞味期限などを確認しよう。

