

2次非常持ち出し品チェックリスト

災害復旧までの数日間を自足できるように備蓄しておく物のリストです。

非常食	生活日用品	
乾パン・クラッカー	生活用水	バケツ
缶詰	毛布、寝袋	スコップ
インスタントラーメン	ビニール袋	ロープ
レトルトご飯	ビニールシート	布製テープ
アメ・お菓子	洗面用具	万能ナイフ
ナイフ・缶切り・栓抜き	水のいらないシャンプー	トイレットペーパー
	石けん	キッチン用ラップ
	タオル 大	裁縫セット
	タオル 小	さらし
	なべ、やかん	メガネ・コンタクト
	使い捨てカイロ	補聴器
飲料水		
1人1日3リットルを目安に		
燃料		
卓上コンロ		
固形燃料		
ガスボンベ		