

非常時持出品の準備&チェック

大規模災害時に被災地まで救援物資が届くには、おおむね 3 日かかるといわれています。非常時持出品は必要最低限なものにして、リュックサックなどにまとめ、すぐ持ち出せる場所に保管しておきましょう。食品類の賞味・消費期限の確認や持出用品の不備を定期的の確認しましょう。

非常時持出品(例)

※ 事前に準備できているか、チェック しましょう。

飲料水		万能アウトドアナイフ		乳幼児のいる家庭	
非常食		レインコート		ほ乳びん・スプーン	
レトルト食品		布ガムテープ		粉ミルク(ベビーフード)	
インスタント食品		医療品		紙おむつ・おしりふき	
缶詰(缶切り不要タイプ)		救急医薬品セット		抱っこひも	
生活用品・衛生用品		持病のある人の常備薬		母子手帳	
防災ラジオ		お薬手帳		高齢者のいる家庭	
懐中電灯(できれば一人にひとつ)		貴重品		予備のメガネ	
予備の電池(多めに用意)		通帳・印鑑		予備の入れ歯	
毛布・寝袋		現金(10円硬貨も含む)		障がい者のいる家庭	
ロープ	免許証	障がい者手帳			
非常用簡易トイレ	健康保険証(コピー可)	予備の補助用具			
トイレレットペーパー	権利証書	その他			
ウェットティッシュ	衣類	携帯電話			
ドライシャンプー(水のいらない)	下着・靴下	携帯電話(バッテリー充電器)			
生理用品	上着	筆記用具			
使い捨てカイロ	軍手(厚手の手袋)				
タオル	ヘルメット				
マスク・体温計・消毒液					

非常時用備蓄品(例)

※ 災害復旧までの数日間(最低3日)を生活できるように、チェック しましょう。

飲料水 生活用水	飲料水は1人あたり1日3リットルを目安に備蓄しましょう。炊事・洗濯・トイレなどに使う生活用水を確保のために、風呂の水は抜かずにおき、就寝前には、ポット・やかんに水を入れておくようにしましょう。	生活用品 その他	カセットコンロ・予備のボンベ	
食料品	救援物資が届くまでの間、自給自足ができるように、1人3日分以上の非常食を確保しておきましょう。		ロウソク・ライター・固形燃料	
			ラップフィルム	
			簡易食器類	
			ホイッスル	
			ビニールシート	
			給水用のポリタンク	
生活用水(風呂・洗濯機などに貯水)				
毛布・寝袋・洗面用具など				

防災・医療機関

名称	電話番号	名称	電話番号
板倉町役場	0276-82-1111	増田医院	0276-82-2255
警察	110	井上整形外科医院	0276-82-1131
		いたくら内科クリニック	0276-70-4080
消防	119	板倉耳鼻咽喉科クリニック	0276-80-4333
		ふじの木整形・内科クリニック	0276-91-4070
公立館林厚生病院	0276-72-3140	板倉医院	0276-77-1877

企画・編集：板倉町

発行：令和2年6月