

非常持ち出し品チェックリスト

項目	品名	チェック
貴重品	現金（硬貨を多めに）、クレジットカード	
	印鑑、預金通帳	
	運転免許証、保険証、マイナンバーカードなどの証書類	
非常食品	飲料水、経口補水液、お茶など	
	非常食（乾パン、缶詰、レトルト食品、インスタント食品 など）	
	粉ミルク、液体ミルク、離乳食 など（乳幼児のいる家庭）	
	子どものおやつ	
医療品	ガーゼ、包帯、ばんそうこう	
	傷薬、消毒薬、目薬	
	風邪薬、胃腸薬、鎮痛剤、虫刺され薬、その他常備薬	
衣類等	下着類、替えの上着	
	洗面用具、タオル	
	手袋、雨具（合羽、傘など）	
	運動靴、スリッパ、ヘルメット	
	紙おむつ、乳幼児の衣類（乳幼児のいる家庭）	
小物道具	懐中電灯（一人一つ）、携帯電話、ラジオ	
	予備の電池、モバイルバッテリー、充電器	
	簡易食器セット、缶切り、ナイフ	
	ティッシュペーパー、ロープ	
	シーツ、携帯トイレ、生理用品、マスク、体温計	
	筆記用具、古新聞	

上記のほか、必要なものを各自判断のうえ、ご準備ください。

（例：感染症への感染リスクが高い時期...体温計、普段より多めのマスク、衛生用品など）