＼もしものときに備えよう！／

災害時持ち物チェック表

主な非常持出品
（災害発生時すぐに持ち出すもの）

道具類
- 懐中電灯
- 携帯ラジオ
- 携帯電話、充電器
- モバイルバッテリー
- 電池

安全対策
- ヘルメット、防災ずきん
- 軍手
- レインコート
- ホイッスル

非常食
分量の目安は、最初の1日をしのげる分

Check!

- 非常食（缶詰、乾パン、レトルト食品など）
- 飲料水
- 粉、液体ミルク、離乳食
- 携帯食（チョコレート、キャンディなど）

生活用品
- トイレ袋
- トイレットペーパー
- ウェットティッシュ
- マスク、消毒用アルコール
- 紙おむつ、生理用品
- 着替え、タオル

医薬品など
- 救急セット
- 常備薬、持病薬
- お薬手帳

貴重品
- 現金（小銭含む）
- 本人確認書類
- 健康保険証
- 通帳、印鑑
- クレジットカード類

POINT!

日頃からリュックサックなどにまとめて持ち出しやすいところに保管してにゃ！
定期的な中身の確認、入替えも大切だね！

主な備蓄品
（家に備えておくもの）

食料・飲料水
- アルファ化米、レトルト食品など
- 飲料水
- 調味料

衣類
- 上着・下着など
- 履物（スリッパなど）

Check!

衣類などは、車のトランクに入れておくのも有効

その他
- ポリ袋、ビニール袋
- タオル
- 洗面用品
- 寝袋
- 新聞紙
- ろうそく、ライター
- ナイフ、缶切り
- ペット用品

＼1人ひとりが自分に合ったものを備えておこうにゃ！／

海老名市イメージキャラクター えび～にゃ

災害が発生したとき、すぐに避難できるように、普段から必需品をまとめておきましょう！

海老名市
住みたい 住み続けたいまち