

災害の備えチェックリスト

車中泊備蓄と家庭用備蓄一覧

クルマに載せておくと良い物

直射日光を避けて、走行に支障が無いよう安全に保管ください。

エコノミークラス症候群

予防用

- 携帯トイレ
- 着圧ソックス
- 水※

プライバシー保護用

- サンシェード
- 車用カーテン
- バスタオル・レジャーシート
の活用

就寝用

- 耳栓
- アイマスク
- マット
- クッション
- バスタオル など

衣類

- 下着着替え
- 靴下
- 防寒着 など

他

- ライト
- 携帯充電用ケーブル
- ウィンドウネット
- 給水袋
- ゴミ袋
- ハサミ
- ペン
- 防犯ブザー
- 非常食※

※水・非常食は被災直後に必要ですが、車載保管される場合は車載用商品のご用意をお勧めします。

自宅から持ち出すと良い物

生活用品

- 水
- 食品
- 食器
- 眼鏡
- 衣類
- タオル
- 携帯トイレ
- ウェットティッシュ
- ポリ袋
- ラップ
- アルミホイル
- 新聞紙
- 缶切り
- ハサミ
- 寝具

感染対策用

- マスク
- 消毒液
- 体温計
- 歯ブラシ

貴重品

- 現金
- 通帳
- 印鑑
- 保険証
- 免許証

乳児向け

- ミルク
- 哺乳瓶
- 離乳食
- オムツ
- おしりふき
- 抱っこひも
- おもちゃ

女性向け

- 生理用品
- 化粧品
- ポーチ

要介護者向け

- オムツ
- おしりふき
- 杖
- 入れ歯
- 補聴器

他

- 救急セット
- 常備薬
- お薬手帳
- ヘッドライト
- レインコート
- 携帯ラジオ
- 携帯充電器
- 充電ケーブル
- 軍手
- 手袋
- テープ
- ロープ
- 圧縮袋
- カセットコンロ
- クーラーボックス
- ポータブル電源
- テント など