

わが家の!

備蓄品 チェックリスト

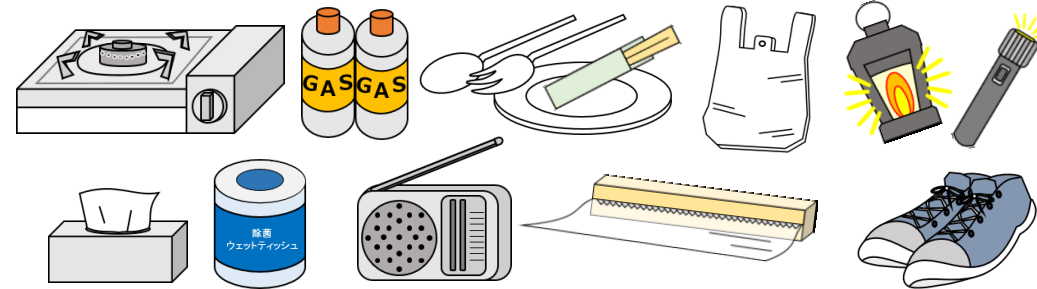


食料品



- ☐ レトルト食品・インスタント食品・缶詰・カップ麺など
- ☐ 飲料水（1人あたり1日3リットルを目安に）

生活用品



- ☐ カセットコンロ
- ☐ ガスボンベ
- ☐ 使い捨ての食器
- ☐ ビニール袋・ごみ袋
- ☐ ランタン・懐中電灯
- ☐ ティッシュ・除菌シート
- ☐ ラジオ
- ☐ ラップ
- ☐ 靴

トイレ用品



- ☐ 携帯トイレ・簡易トイレ（1人あたり1日5回を目安）
- ☐ トイレットペーパー

家庭の状況により必要な備蓄品

- ☐ 哺乳瓶
- ☐ ミルク
- ☐ おむつ
- ☐ 生理用品
- ☐ 色付きゴミ袋
- ☐ 防犯ブザー
- ☐ 持病の薬
- ☐ 介護用品
- ☐ ペット用品

- ☐ その他
※自由記入欄



※ご自身の環境に合わせて、最低3日分
できれば1週間分を準備しましょう。