

緊急事態に備えてのチェックリスト

(必要に応じて用意しますが、10日間分位の備えをお勧めします。)

	品 目	備 考	確認
重 要 携 行 品	旅券(6ヶ月以上の有効残存)・外国人登録証明書・滞在許可証・運転免許証・その他の身分照明証等		
	現金・貴金属・貯金通帳等の有価証券・印鑑・CDカード類		
	衣類等(着替類)・雨衣・履物類	夏・冬(季節に応じて用意)	
	洗面具類(タオル・石鹸等)		
	鍵類(住宅・車等)		
	時計・筆記具・地図等		
	携帯電話	予備バッテリー	
非 常 用 持 出 し 品	ラジオ(短波受信が可能なマルチタイプ)	NHK 海外放送の受信を確認	
	懐中電灯	防滴タイプ	
	予備乾電池	携行品に併せ各種用意	
	手袋(グローブ等)		
	万能ナイフ		
	マッチ・ライター		
	ティッシュ		
	裁縫道具等		
備 蓄 食 糧	水	3リットル/人/日	
	乾パン		
	缶詰類(缶切り不要のもの)		
	インスタント・レトルト食品類		
医 薬 品 等	医薬品類(常用・消毒等)	処方箋等のコピー	
	幼児用品(紙オムツ・粉ミルク等)		
	携帯トイレ		
	生理用品		
そ の 他	車両関係(自家用車等)	燃料は常に満タン状態	