

「これだけは準備しておきたい！」(家庭版)

◆このチェック表は、災害から家族を守り、家庭がより安全な場であることを願ってのものです。

◆見やすい所に貼り、すべての項目に✓できることを目標にしてみましょう。



自助として

品物	チェック	品物	チェック
飲料水		簡易トイレ(猫砂)	
非常食		使い捨てカイロ	
携帯用充電器(乾電池も)		家族写真・情報	
ポリ袋		LEDライト	
薬・処方箋のコピー		マスク	
サポートブック・SOSファイル等		卓上コンロ・ガスボンベ	
ウエットティッシュ		お気に入りのグッズ	



共助として

項目	チェック
隣近所とあいさつを交わしている	
民生委員、町会役員を知っている	
PTA仲間が5人以上いる	
いざという時に助けに来てくれる人が近所にいる	
家族の親族・友人情報等(可能な範囲)をご近所の方と共有している	



減災のために

項目	チェック
背の高い家具は、転倒しないようとめている	
消火器の場所と使い方を知っている	
窓ガラスに飛散防止フィルムを貼っている	
家の中の安全な場所を知っている	
避難所まで一緒に避難をする訓練をする	