

非常時の持ち出し品・備蓄品チェックリスト

- 乳幼児、要介護者、慢性疾患の方がいる場合など、環境に合わせて必要なものを準備してください。
- お近くの避難場所に関する情報は、豊平区役所のホームページなどで事前に確認してください。

お住まいの地域の避難所は



豊平区役所 ☎822-2400 豊平区ホームページ <https://www.city.sapporo.jp/toyohira/>

貴重品

- 現金(公衆電話用の小銭を含む) **重要!**
- 健康保険証、身分証明書のコピー
- 銀行口座番号、生命保険契約番号など
- 予備の眼鏡、コンタクトレンズ
- 車や家の鍵
- 印鑑
- 母子健康手帳



生活用品

- 軍手、マスク
- ビニール袋
- 毛布、寝袋
- アルミ製保温シート
- 使い捨てカイロ
- 乾電池式ストーブ
- スリッパ
- マッチ、ライター
- 給水袋
- 新聞紙



- 雨具
- レジャーシート

情報収集用品

- 携帯電話 **重要!**
- 携帯電話の充電器
- 携帯ラジオ(予備の電池含む)
- 家族・親戚・知人の連絡先や家族の写真
- 広域避難地図
- 筆記用具



衛生用品

- 救急セット・常備薬 **重要!**
- 歯みがきセット **意外に重要!**
- タオル、洗面用具
- トイレットペーパー
- ウエットティッシュ
- 着替え・下着
- 紙おむつ
- 生理用品
- ベビー用品
- 簡易トイレ



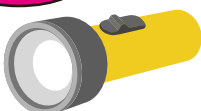
食料品

- 水(1人1日3リットルが目安)
- 非常食(最低でも3日分) **重要!**
- カセットコンロ・ガスボンベ
- はし、ラップ

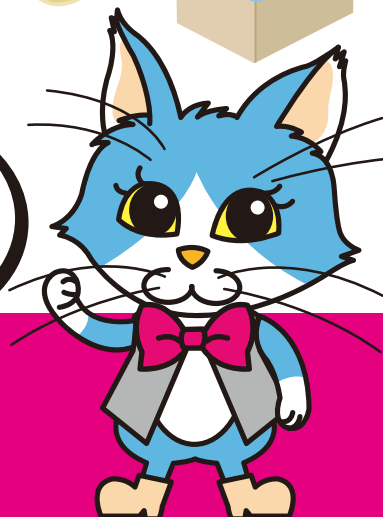


防災用品

- 懐中電灯(予備の電池含む) **重要!**
- 防災ずきん、ヘルメット
- 万能ナイフ
- 笛、ブザー



備えあれば
憂いなし!



おおこし あつこ 農子事務所

〒062-0020 札幌市豊平区月寒中央通6丁目3-35 アーバンハイツ月寒2F

TEL(011)826-6768 FAX(011)826-6087

おおこしあつこ公式ホームページ

<http://ookoshiatsuko.jp>

イメージキャラクターあつにゃん