

!! 我が家の「逃げる」防災ノート

「逃げる」防災に備えるために、自身の「持ってく防災」「置いてく防災」について見直し、あなたの大切なものが家族にもわかるよう、整理しておきましょう。

📝 「持ってく防災」チェックリスト

- | | | |
|-------------------------------------|---|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 飲料水 | <input type="checkbox"/> 除菌シート | <input type="checkbox"/> 非常食 |
| <input type="checkbox"/> マスク | <input type="checkbox"/> 現金
(小銭を含む) | <input type="checkbox"/> カイロ(冬) |
| <input type="checkbox"/> ビニール袋 | <input type="checkbox"/> 懐中電灯 | <input type="checkbox"/> 保冷剤(夏) |
| <input type="checkbox"/> アルミ製保温シート | <input type="checkbox"/> 笛やブザー
(音を出して居場所を知らせる) | <input type="checkbox"/> 生理用品 |
| <input type="checkbox"/> 簡易トイレ | <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ
(予備電池を含む) | <input type="checkbox"/> ポータブル保管庫 |
| <input type="checkbox"/> タオル | <input type="checkbox"/> 家族の写真
(はぐれた時の確認用) | ※家を出る時に
身につけるもの |
| <input type="checkbox"/> ウェットティッシュ | <input type="checkbox"/> 筆記用具
(特に油性ペン) | <input type="checkbox"/> ヘルメット |
| <input type="checkbox"/> 軍手 | <input type="checkbox"/> 着替え
(浸水リスクがある場合) | <input type="checkbox"/> レインコート |
| <input type="checkbox"/> 救急セット(絆創膏) | | <input type="checkbox"/> ヘッドライト |
| <input type="checkbox"/> モバイルバッテリー | | など |
| <input type="checkbox"/> マイナンバーカード | | |

その他に必要なもの _____

● 自宅の災害リスク **洪水(内水)・土砂災害・高潮・津波**
(該当するものに○)

● 災害時の避難場所は、 _____

● スマホを紛失した際の連絡先

名前: _____ 電話番号: _____ 続柄: _____

📝 「置いてく防災」準備リスト

財産に関するもの

- 保険証券
- 株券
- 契約書
- 登記済権利証書
- 現金
- クレジットカード
- 通帳
- キャッシュカード
- 印鑑
- 宝飾品
- 時計・ブランド品
- 財産の一覧表
- 遺言状

身分証明に関するもの

- パスポート
- 身分証のコピー

その他

- 金庫保有者の連絡先

失くしたくないもの

- 母子手帳
- 子どものへその緒
- 年金手帳
- エンディングノート
- アルバム
- 写真・手紙
- 結婚指輪・婚約指輪
- スマートフォン・ガラケー
- CD・DVD・SDカード・USBメモリ
- スマートフォン・タブレット等のパスワード
- 卒業証書や資格証 など

他に残したいもの _____

自分にとって大切なものを改めて考えてみましょう

