

非常持出品・備蓄品



リュックサックなどに入れておき、避難しなければならないときに持ち出す「非常持出品」と、避難後の生活を支える「非常備蓄品」の2段階で準備しておく必要があります。リストを参考に、個人や家庭に必要なものをしっかり準備しておきましょう。

● 非常持出品チェックリスト

チェック欄	品名
貴重品類	現金
	預金通帳(キャッシュカード)
	印鑑
	保険証 免許証
避難用具	懐中電灯
	携帯ラジオ
	予備電池
	ヘルメット・防災ずきん
非常食品	乾パン
	缶詰
	栄養補助食品
	アメ、チョコレート
	飲料水
救急用具	救急セット
	処方箋の控え
	胃腸薬、便秘薬、持病の薬
	生理用品
	紙おむつ(高齢者用、乳幼児用)

チェック欄	品名
生活用品	軍手(厚手の手袋)
	毛布
	缶切り
	ライター、マッチ、ろうそく
	ナイフ
	携帯用トイレ
	使い捨てカイロ
衣料品	ウェットティッシュ
	筆記用具
	携帯電話(充電器含む)
	下着、靴下
	長袖、長ズボン 防寒用ジャケット、雨具



● 非常備蓄品チェックリスト

避難した後、安全を確認して自宅へ戻り、自宅で避難生活を送ることや、避難所へ持ち出すことを想定し、3日分の生活に必要な備蓄品を備えておきましょう。

最低3日分は
用意しておきましょう

チェック欄	品名
飲料水	9リットル(3リットル×3日分)
ご飯(アルファ米)	4~5食分
ビスケット	1~2箱
板チョコ	2~3枚

チェック欄	品名
乾パン	1~2缶
下着	2~3組
衣類	スウェット上下、セーター、フリースなど

食料品・生活消耗品の備蓄には「ローリングストック法」が有効です。ローリングストック法とは、定期的(1か月に1、2度)に食べて、食べた分を買って備蓄していき、食べながら備えるために消費期限が短いレトルト食品等も非常食として扱うことができます。消費期限を考えながら計画的に消費し、消費した分は新たに購入するようにしましょう。



三宅町洪水ハザードマップ

発行：三宅町

◆お問い合わせ先 〒636-0213 奈良県磯城郡三宅町大字伴堂689番地 TEL 0745-44-2001(代)
※掲載内容は発行後、変更になる場合がありますのでご了承下さい。

この地図は、三宅町長の承認を得て、三宅町発行の地形図(縮尺1/2,500)を参考にして作成したものです。(承認文書番号)「三土まち第28号」
【この地図の作成に当たっては、国土地理院長の承認を得て、同院発行の50万分1地方図、2万5千分1地形図及び電子地形図25000を使用した。(承認番号 平29情使、第444-1412号)】

令和2年3月発行

【お断り】

本文中の地図は2019年9月発行の三宅町住宅地図データをもとに作成しております。作成には細心の注意を払って作業を行っておりますが、データ量は膨大であり日々変化する現状と地図面とが一致しない場合があります。また、目録名称などは見易さを優先し正式名称など一部省略しております。申し訳ございませんが何卒ご了承くださいませ。よろしくお願いいたします。

この一冊が
あなたの
命を守る

三宅町

洪水 ハザードマップ



わが家の防災メモ

いざという時の連絡先・安否情報の確認の手段などを、家族の間で確認しておきましょう。

わが家の避難場所

家族の集合場所

災害時の緊急連絡先

家族の名前	生年月日	血液型	会社・学校の電話番号	携帯電話番号