

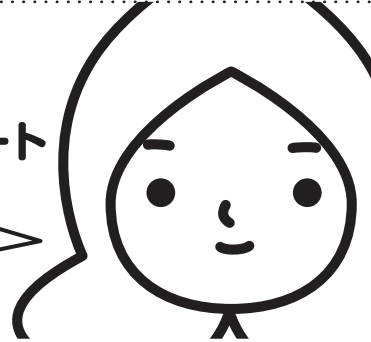
いざというときのため、「防災マイセット」を持ち歩こう！



山折り

いつものバッグに  
ぼうさい  
防災マイセットシート

もしものときはこのメモをみて  
助けを呼んでください。



名前	★連絡先 ①(名前・電話番号)
性別:	
生年月日	★連絡先 ②
年 月 日	
血液型	アレルギー・持病など
型 RH	
★かかりつけの病院	ひなん場所 (家族の集合場所)
病院名 連絡先	
近くの公衆電話の場所	その他 伝えたいこと
★ 救急・消防 119	★ 災害用伝言ダイヤル 171
★ 警察 110	音声メッセージを 録音・再生できます

ぼうさい  
いつものバッグに防災セット

かんせんしょうたいさくへん  
感染症対策編

水に強い袋に  
まとめると  
便利です！



中身が見える！  
軽い！

丈夫な密閉ジッパー袋がおすすめ！  
コンパクトにまとめよう！  
(ポーチなどもOK)

たとえば ……

- マスク (3日分)
- 体温計
- 手指用の消毒液
- 除菌ウエットティッシュ
- 救急セット・お薬
- せっけん
- ティッシュ
- タオル (ハンカチ)
- ポリ袋
- 小型ライト
- 笛 (ホイッスル)
- お薬手帳
- 保険証や免許証のコピー
- 生理用品 (女性の方)
- 現金 (硬貨も)
- キャンディ・チョコレート
- 乾電池
- 防災拭い

防災グッズは定期的にチェック☑しよう！

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 防災拭い

使い方 (一例です。)

①「防災セットシート」を点線にそって切り取る。／②(左側)自分の情報を書き込む。／③(右側)自分に必要な「防災グッズ」を書き込む。(記入した「防災セットシート」はクリアファイルに入れることをおすすめします。)／④「③」で書き込んだ防災グッズを揃える。／⑤「④」で揃えたグッズを「防災セットシート」と一緒に「密閉ジッパー袋」や「ポーチ」等にまとめて、いつものカバンに入れて持ち歩く。