

防災グッズチェックリスト

災害時にあると役立つグッズをリストにしてみました。しかし、あくまでもこのリストは一例です。それぞれのケースによって、用意するグッズは異なってきます。

防災グッズ

- ランタン
- 懐中電灯
- ヘルメット
- ラジオ(電池式、ダイナモ式など)
- 乾電池
- ホイッスル
(各部屋に閉じ込め対策として)
- 消火器
- 消火剤
- 防煙(防毒)マスク
- ポリタンク(給水運搬用)
- 浄水器
- 生活用水(飲料水含む1人あたり1日5L)
- 災害時の食糧品(人数×1週間分)

救急グッズ

- ピンセット
- はさみ
- ビニール手袋(手当時の感染症予防)
- ラップフィルム
- 滅菌ガーゼ
- タオル
- 蒸留水(傷口の洗浄)
- 消毒薬
- 軟膏
- ワセリン(保湿剤)
- 包帯
- サージカルテープ
- 止血パッド
- 絆創膏
- 三角巾
- 副子(骨折時の固定)
- 湿布薬
- 常備薬(鎮痛剤、胃腸薬など)
- 処方箋(お薬手帳)
- 体温計
- 人工呼吸用キューマスク
- 眼帯
- 目薬

災害時便利な日常グッズ

- カラビナ
- ロープ
- 蓄光テープ
- ビニール袋
- ガムテープ
- 段ボール
- 新聞紙
- 着圧靴下・タイツ
- 万能ナイフ
- ライター
- ガスコンロ
- カセットガスボンベ
- クーラーボックス
- 使い捨てカイロ・防寒着
- 冷却シート・うちわ
- 防虫グッズ
(夏場、窓を開けて過ごすために)
- バケツ
- 寝袋
- キャリー・カート
- 携帯充電器(電池式やソーラー充電など)

衛生・掃除グッズ

- 災害用トイレ
- トイレットペーパー
- 塩素系洗剤
- ゴム手袋
- 抗菌・消毒スプレー
- 除菌ウェットシート
- ウェットタオル(からだ拭き)
- ドライシャンプー
- 歯磨きシート
- マウスウォッシュ
- キシリトール入りガム
- マスク
- 生理用品・尿漏れパッド
- 替えの下着
- ほうき
- ちりとり
- 厚手のグローブ(刃物に強い特殊手袋)
- 粘着ローラー
(細かい割れ物の破片を取り除く)
- ガラ袋(割れ物の回収用に)

防犯グッズ

- チェーン+南京錠
(玄関ドア枠ゆがみによる施錠不感に対応)
- 大判シート+補修テープ
(割れた窓ガラスの応急処置)
- 防犯ブザー(異常を周囲に知らせる)
- 窓の補助錠(サブロック)
- 鈴とロープ
(玄関が開まらない時の侵入者対策に)
- 音の出る砂利
(災害時バルコニーにまいて侵入者対策に)
- 人感センサー付きライト
(不審者を威嚇する)

非常持ち出しグッズ例(一人分)

- メガネ
- 成人用おむつ(消毒スプレーも含む)
- 義歯(入れ歯洗浄剤も含む)
- ポンチョ(雨具・防寒具として)
- 手回し式ラジオライト
- ホイッスル(閉じ込め対策)
- 携帯用トイレ
- ティッシュ
- ウェットティッシュ
- 応急手当セット
- 紙とペン
- 防煙(防毒)マスク
- 災害用ブランケット
- 飲料水(500mlペットボトル×1本)
- バランス栄養食
- ヘッドライトつきヘルメット