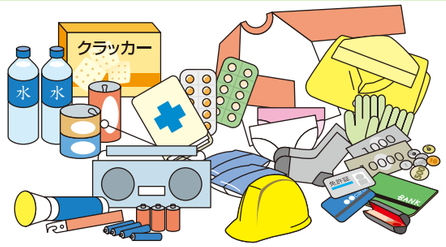
非常持出品・備蓄品

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ことが必要です。
リストを参考に、個人や家庭で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

貴重品類	□ 現金 □ 預金通帳(キャッシュカード) □ 印鑑 □ マイナンバーカード(保険証) □ 免許証
避難用具	□ 懐中電灯 □ 携帯ラジオ □ 予備電池・バッテリー □ 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) ※その人ごとの状況にあわせる

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 □ ウェットティッシュ □ 筆記用具 □ 携帯電話(充電器含む)
衣料品	□ 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。

一人**最低3日分**は用意しておきましょう

□ 飲料水	9リットル(3リットル×3日分)
□ ご飯(アルファ化米)	4～5食分
□ ビスケット	1～2箱
□ 板チョコ	2～3枚

□ 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、食べた分を買い足し備蓄していく方法。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。

川西町総合防災マップ　　発行：川西町　　令和8年3月作成

◆お問い合わせ先
川西町役場　総務課　〒636-0202 奈良県磯城郡川西町大字結崎28番地の1 電話:0745-44-2211

※掲載内容は発行後、掲載情報に変更がある場合もありますのでご了承ください。

この地図は、川西町長の承認を得て、川西町発行の地形図「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)「川事第185号」

【お断り】
本文中の地図は2021年9月発行の川西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はらい編集作業を行っておりますが、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、目標名称などは見易さを優先し正式名称などを一部割愛しております。何卒ご了承くださいます様よろしくお願い申し上げます。

川西町

この1冊があなたの命を守る

総合防災マップ

ちかいが、チカラに。
かわにし

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。

わが家の避難所	家族の集合場所	災害時の緊急連絡先

わが家の避難行動計画	P5避難行動判定フローを参考に避難のタイミングを確認しましょう。 例：警戒レベル3が出たら、避難所に行く

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