



これで、大人2人が
1日半 過ごせる量


非常持出袋(例)

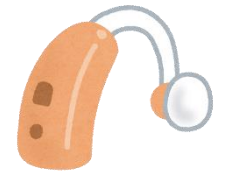
(参考：佐賀市消防防災課)

無いと困る！身近なもの

1. メガネ 
見えないと
安全に避難ができません。

2. 入れ歯 
非常食は固い物が多い。

3. マスク 
がれきなど
ほこりが多くなります。



補聴器 & 電池

数日間の電池を
持出袋に入れて
おきましょう。



<食べ物・飲み物>

- 水(2リットル×2本) ○缶入りパン(3缶) ○現金
- 無洗米(使用後のペットボトルに保存×2本)
- 魚の缶詰(2缶) ○カンパン ○ビスケット(2缶)
- インスタント味噌汁 ○レトルトのおかゆ(4袋)
- アルファ米(2袋) ○クラッカー(2袋) ○煮豆缶
- カロリーメイト(栄養補助食品) ○フルーツ缶(2缶)
- カンロ飴 ○ガム ○備蓄用羊羹(2個)

<日用品>

- 紙コップ ○紙皿(深皿・平皿) ○笛
- 割りばし ○スプーン ○サランラップ
- 軍手(2組) ○スリッパ ○ライター
- マスク ○防寒用アルミシート ○カイロ
- 絆創膏(ばんそうこう) ○三角巾 ○簡便エアーマット
- ウエットティッシュ ○ぽけっとトイレ※トイレ凝固剤(3セット)
- ハイゼックス(米と水を入れて炊くための袋・赤十字で販売 1枚10円)

サランラップは、
紙皿に巻いて使うと、
捨てずに繰り返し使え
意外と便利!