

きみの はとふる・たいむ

いま一度 非常用持ち出し袋 チェックしましょう!



軽量でコンパクトが
ベスト!
防水仕様の
リュックが安心!

貴重品

- 現金
- 運転免許証
- 健康保険証
- マイナンバーカード
- フレジットカード など
(書類はコピーしておく)

食料

- 開けてそのまま
食べられるもの
- 飲料水

生活用品

- 懐中電灯 (電池も)
- 衣類、下着
- タオル ・ マスク
- メガネ ・ ホイッスル
- ティッシュペーパー
- トイレットペーパー
- 携帯トイレ ・ ポリ袋
- 軍手 ・ スリッパ
- 歯みがきセット
- ラップフィルム
- 布ガムテープ
- アイマスク ・ 耳せん
- 筆記用具 など

情報収集用品

- 携帯ラジオ (電池も)
- 携帯電話 (充電器)
- モバイルバッテリー

季節用品

- カイロ ・ 寝袋
- ブランケット
- 防寒具
- うちわ など

救急用品

- ばんそうこう
- 消毒液
- ウェットティッシュ
- 常備薬
- おくすり手帳 など

手話

【サクラボ】



左手2指の輪に右手人差指の指先をあてる

【梅】



唇の下につけた右手3指のつまみをこめかみにつける

【傘(さす)】



上下につけた両手拳の右手拳を上方へ上げる

家族構成に合わせた品

- 補聴器 ・ 入れ歯 (洗浄剤も)
- 紙おむつ ・ 子どものくつ
- ベビーフード ・ 粉ミルク など

その他

- すべりにくく脱げにくい運動ぐつ
- ヘルメット ・ レインウェア
- 貴重品を入れて身につけられるウエストポーチ など
- ペット用品

❗ 持ち出し袋の中身の
一覧を記録しよう!
(袋の一番上に入れておく)

❗ 透明で口が閉じられる
フリーザーバックを使って
カテゴリ別に分けて
収納すれば
見つけやすく雨にも強い!

❗ 非常用持ち出し袋は
押し入れや物置きに
片づけず
「避難経路」に設置して!

避難する時は...

- ① 安全の確保
- ② 火の確認
- ③ ドアを開ける (経路確保)
- ④ ガスの元栓を閉める
- ⑤ ブレイカーを落とす
- ⑥ 戸じまり

ボランティアだより



ボランティア 伝言板

スルー°あかり

日赤のボランティアスルー°

新しい仲間を
募集中!!

視覚や発達に障害を持つ子どもたちが
楽しめる 布の絵本や遊具などを
手作りして、盲学校や施設、図書館に
届けます。

絵や手芸が得意な方もそうでなくても
楽しくおしゃべりしながら作ります。

★ 毎週 金曜日
10時から15時まで
★ 日赤会館 (初歌山吹上)
2階 ボランティア調整室

----- 問合せ -----
初歌山県障害者支援赤十字奉仕団
スルー°あかり
代表 櫻(のき) 090-9906-3136