

気軽に読める暮らしのネタ

# イノス INOS マンスリー Monthly



News Letter  
2020.10 月  
Vol.221

## 防災の日に「非常用持ち出し袋」 をチェック！交換、補充を忘れず に

9月1日は「防災の日」でした。年々増える地震、台風などに、いざ遭遇してしまったというときに命を守ってくれる「非常用持ち出し袋」はお持ちでしょうか？持っていない場合はこれを機会に準備しましょう。持っている場合は、中身のチェックと交換・補充をしてください。

### ■最低これだけは入れておこう！ 必需品リスト

非常用持ち出し袋のポイントは、「背負って走れる重さの範囲で、必要な物を入れておくこと」です。ご自分とご家族の体力に合わせて、人数分をそろえましょう。形はリュックサック式が便利です。また、最低でも以下のものは入れておきましょう。

- ・水、非常食（長期保存できるもの）
- ・ホイッスルかブザー（救援要請用）
- ・懐中電灯、LEDランタン、ヘッドライト、乾電池
- ・現金（10円硬貨を含む／公衆電話用）、通帳、印鑑、カード
- ・救急セット、マスク（粉塵や伝染病対策）、持病の薬（1週間分）

・運動靴、折り畳みスリッパ、皮手袋（ケガ防止用）

また、以下のものも入れておくと安心です。通帳、印鑑、財布などを持ち出せなかった場合に、銀行・病院・役所などで役立ちます。

・運転免許証、健康保険証など身分証明書のコピー

・連絡先のメモ（身内、災害対応の公共機関、地域の避難所など）

さらに以下も入れておくと、より安心です。

- ・下着、着替え、タオル、ふろしき
- ・折り畳み式ポリタンク（給水用）

以上をそろえたら、「これで安心！」と思わずに1年に一度は点検しましょう。水や食品は消費期限が十分にあるか、実用品は実際に使えるかを確認。ダメなら買い替え・補充しましょう。

いつ、どこで起きるか分からない災害。「うちは大丈夫」と思わずに、いざというときに備えましょう。



全国に広がる家づくりネットワーク

# INOS

イノスグループ

## 株式会社 創建

☎0564-62-7700