

災害復旧までの数日間を自足できるように準備しておくものです。

- 飲料水（1人1日3リットルを目安に）
- 紙おむつ
- 毛布
- ビニールシート(敷物、雨よけ)
- 卓上コンロ(予備のガスボンベも忘れずに)
- 食料
レトルトのご飯
缶詰
お菓子類など
- 使い捨てカイロ
- 新聞紙
- ポリタンクなど

上記のほか、阪神・淡路大震災の時は、

- 布製ガムテープ(荷物の整理、止血、ガラスの補修)
- キッチン用ラップ(止血、汚れた皿にかぶせて使う)

なども役立ちました。



