

お家が住めなくなった時の 非常持ち出し品チェックリスト（小学生）

監修・協力 防災士 佐藤 美嶺

自宅が住めない状況になることもあります。「非常持ち出し品」を自宅に備えておきましょう。

共通リスト品に加え、子どもの年齢にあわせた必要品を準備しましょう。小学生は下記のリスト品をご参考ください。



小学生

◇ ママの持ち物

- 簡易トイレ …… 避難所のトイレは怖くて行けない事もあるので、入れておく心安心。
- ウェットティッシュ …… お風呂に入れなときは体ふきにも使えるので、除菌とそうでないものを2つ用意。
- 爪切り、綿棒 …… 代用が難しい。ケガ防止に。手指の衛生を保つために。
- 石けん …… お風呂に入れなくて痒がるので、身体の清潔を保つために。試供品のようにかさばらないものを用意。
- 歯ブラシ、コップ …… 災害時は口腔内の清潔を特に意識してほしいもの。口腔内の雑菌が肺炎を引き起こすこともある。
- お菓子 …… 食べ慣れたものがオススメ。食品の期限が非常食より短いので、非常持ち出しバッグよりもいつものバッグにいれておく心安心。
- 音の出ないおもちゃ（トランプなど） …… おもちゃは、子どもの心の安定剤になる。大人と一緒に遊べるものがよい。

◇ 子ども用リュックに必ず入れておくもの

*必ず子どもと一緒に用意、点検しましょう

- 水
- 食料（そのまま食べられるもの）
- 常用薬
- パーソナルカード
- ホイッスル
- ライト（両手があくもの）
- メモ用紙
- ペンや鉛筆

◇ 子ども用リュックに入れておくといよいもの

- タオル（大小）
- ティッシュ
- ビニール袋
- レインコート
- お菓子
- 歯ブラシ
- おもちゃ
- マスク
- 小銭

※リュックに入れて、ヘルメットと一緒にすぐ持ち出せる場所に置いておきましょう。リュックはパンパンにしないこと。

※持ち歩き防災グッズと合わせて、使い慣れたものを上手に活用しましょう。