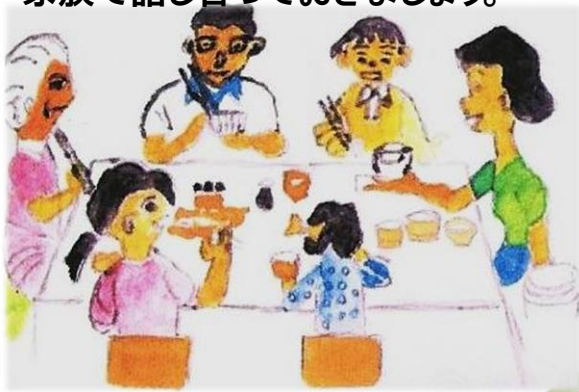
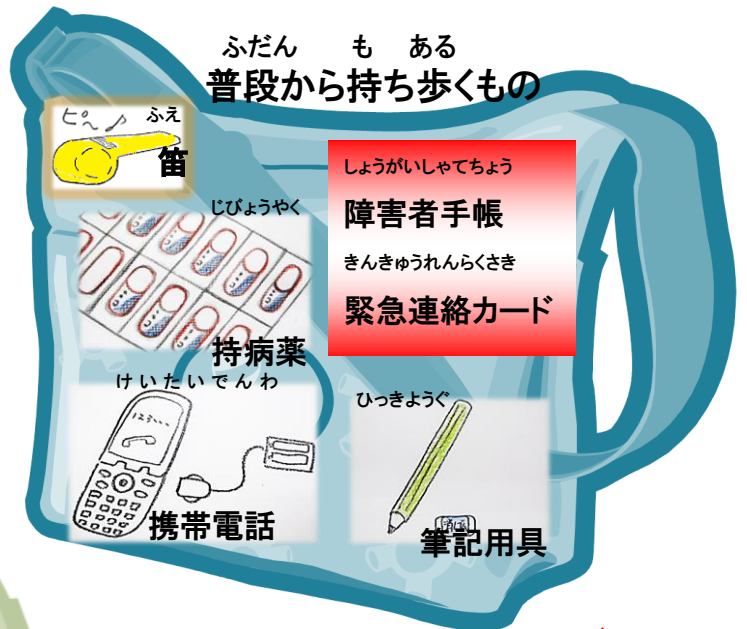


さいがいじ ひなんばしょ れんらくほうほう
災害時の避難場所や連絡方法について

かぞく はな あ
家族で話し合っておきましょう。



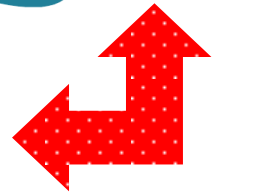
ふだん も ある
普段から持ち歩くもの



しょうがいしやてちよう
障害者手帳
 きんきゆうれんらくさき
緊急連絡カード

ひじょうようもちだしぶくろ
非常用持ち出し袋

自分で持てる量に！

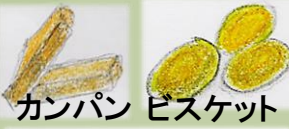


**非常時には
 どちらも！！**

いんりようすい



飲料水



カンパン ビスケット



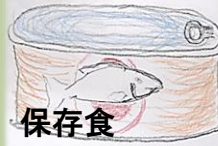
チョコレート

ラップは皿に敷いたり、
 包帯の代わりになる



サランラップ

ほぞんしよく



保存食

食器(箸、スプーン等)

きゆうきゆうようひん



救急用品

せんめんようぐ



洗面用具

マウスウォッシュは
 水が不要。
 肺炎予防にも。



ろうそく ライター

ヘルメット



(折りたたみ式もあり)

ゴミ袋



水を入れたり、**雨具**
 にもなる



あまぐ



ラジオ(充電可能なもの)

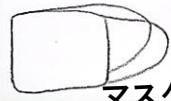
かいちゆうでんとう



懐中電灯



ティッシュ



マスク



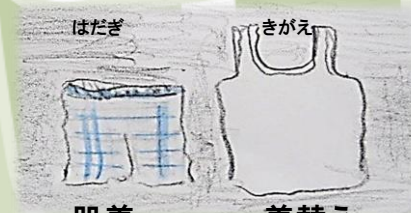
現金



カイロ



ぼうかん
防寒シート



はだぎ

きがえ

肌着 着替え

(体が濡れた時のため)



軍手



タオル

地域活動支援センター

すももクラブ