








# ひつよう 必要なものを もっと 知って ください

したの 絵のものを 持って 逃げて ください。

すぐに 出すことが できる 場所に 用意しておいて ください。

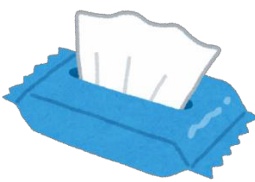
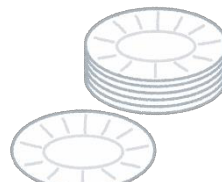

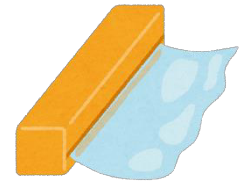
## ひつよう 必要なもの

<p>みず (3日分) 水 (3日分)</p> <p>ひとりに 1日3 L を 用意して ください</p> 	<p>たべもの (3日分) 食べ物 (3日分)</p> 
<p>スマートフォン</p> 	<p>かね お金</p> 
<p>パスポートの コピー</p>  <p>がいくく 外国に いくときに ひつよう 必要な しよるい 書類</p>	<p>ざいりゅう 在留カードの コピー</p>  <p>にほん なが すむ 日本に 長く 住む がいくくじん も 外国人が 持って いる カード</p>
<p>くすり 薬</p> <p>いつも つか 使っている くすり 薬</p> 	


## からだ 体を 守るもの・逃げるときに ひつよう 必要なもの

<p>ヘルメット・帽子 ぼうし</p> 	<p>マスク</p> 
<p>ぐんて 軍手</p> 	<p>かいちゅうでんとう 懐中電灯</p> 



た 食べるときに ひつよう 必要なもの

<p>ウェットティッシュ</p> 	<p>かみざら 紙皿</p> 
<p>かみ 紙コップ</p> 	<p>た 食べ物のよう ラップ （皿に かぶせて つか 使います）</p> 


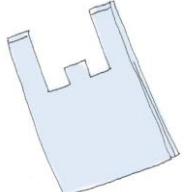
けがを したときに ひつよう 必要なもの

<p>しょうどくやく 消毒薬</p> 	<p>ほうたい さんかくきん 包帯・三角巾・ガーゼ</p> 
<p>ばんそうこう</p> 	

ふく 服

<p>ふく したぎ 服、下着</p> 	<p>タオル (おお 大きいものと ちい 小さいもの)</p> 
<p>あまぐ 雨具 (かっぱ)</p> 	

も 持っている と べんり 便利な もの

<p>スマートフォンの <sup>じゅうでんき</sup> 充電器          &lt;スマートフォンに <sup>でんき</sup> 電気を <sup>きき</sup> 入れる 機器 &gt;</p>	<p>けいたい 携帯トイレ          トイレットペーパー</p> 
<p>ごみ袋 <sup>ぶくろ</sup></p> 	

あか 赤ちゃんが いるとき



<p>こな 粉ミルク・ <sup>ほにゅうびん</sup> 哺乳瓶</p> 	<p>あか 赤ちゃんが <sup>もの</sup> 食べる物</p> 
<p>かみ 紙おむつ</p> 	<p>おしりふき</p> 
<p>あか 赤ちゃんが <sup>き</sup> 着る <sup>ふく</sup> 服</p> 	<p>ガーゼ</p> 
<p>ほ し けんこうてちょう 母子健康手帳          (おかあさんと <sup>こ</sup> 子どもの <sup>けんこう</sup> 健康を <sup>きろく</sup> 記録する <sup>てちょう</sup> 手帳)</p> 	

# その他

<p>めがね 眼鏡</p> 	<p>コンタクトレンズと 洗浄液</p> 
<p>せいりようひん 生理用品</p> 	<p>ほちようき 補聴器</p> 
<p>いれば 入れ歯</p> 	

## 地震のあと 自分の家で生活するために

地震や 津波のあと 自分の家に 戻ることができるときは、自分の家へ 戻って ください。 そのとき 水道や 電気や ガスが 止まっているかもしれません。

<p>買い物が できなくても 1週間 生活することが できるようにして ください。 食べ物や 飲み物や 必要なものを 買って置いて ください。</p>	
<p>カセットコンロ・ガスボンベ</p>	

※上の 絵の ほとんどのものは ホームセンターなどで 買うことが できます。