

ひつよう 必要なものを もっと 知って ください

したの えのものをも 持って に 逃げて ください。

すぐに 出すことが できる ばしょに ようい 用意しておいて ください。

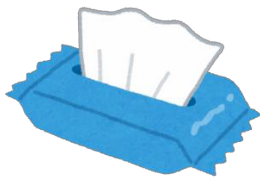
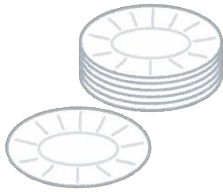
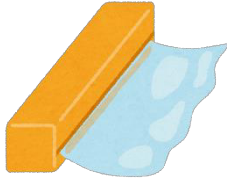
ひつよう 必要なもの

みず にちぶん 水 (3日分) ひとりに にち リットル 1日3 L を ようい 用意して ください 	た もの にちぶん 食べ物 (3日分) 
スマートフォン 	かね お金 
パスポートの コピー  がいこく い 行くときに ひつよう 必要な 書類 外国に 行くときに 必要な 書類	ざいりゅう 在留カードの コピー  にほん なが すむ がいこくじん も 日本に 長く 住む 外国人が 持っている カード
くすり 薬 いつも つか 使っている くすり 薬 	

からだ まも に ひつよう 体を 守るもの・逃げるときに 必要なもの

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

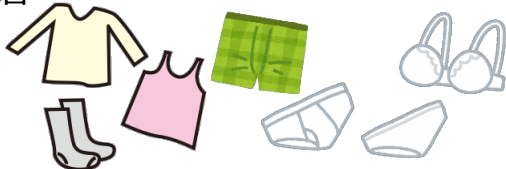
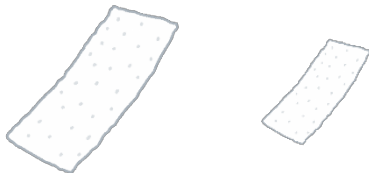
^た食べるときに ^{ひつよう}必要なもの

ウェットティッシュ 	^{かみざら} 紙皿 
^{かみ} 紙コップ 	^た 食べ物用ラップ (^{さら} 皿に ^{つか} かぶせて 使います) 

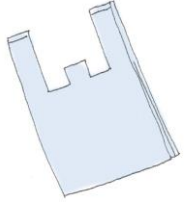
けがを ^{ひつよう}したときに 必要なもの

^{しょうどくやく} 消毒薬 	^{ほうたい} 包帯 ^{さんかくきん} 三角巾 ^{ガーゼ} ガーゼ 
ばんそうこう 	

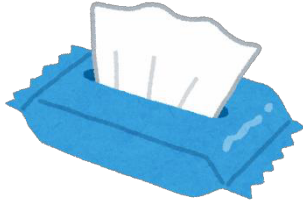
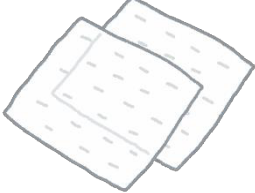
^{ふく}服

^{ふく} 服、 ^{したぎ} 下着 	タオル (^{おお} 大きいものと ^{ちい} 小さいもの) 
^{あまぐ} 雨具 (かつぱ) 	

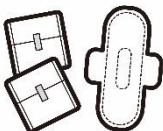
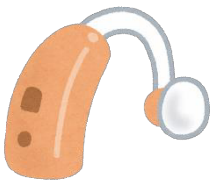
も 持っている と べんり 便利な もの

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

あか 赤ちゃんが いるとき

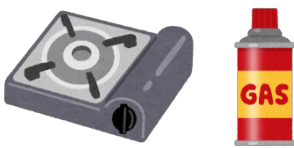
こな 粉ミルク・ほにゅうびん 哺乳瓶 	あか 赤ちゃんが た 食べる もの 物 
かみ 紙おむつ 	おしりふき 
あか 赤ちゃんが き 着る ふく 服 	ガーゼ 
ほ し けんこうてちょう 母子健康手帳 (おかあさんと こ 子どもの けんこう 健康を きろく 記録する てちょう 手帳) 	

その他^た

めがね 眼鏡		コンタクトレンズと ^{せんじょうえき} 洗淨液	
せいりようひん 生理用品		ほちようき 補聴器	
いれば 入れ歯			

地震^{じしん}のあと 自分^{じぶん}の家^{いえ}で生活^{せいかつ}する ために

地震^{じしん}や 津波^{つなみ}のあと 自分^{じぶん}の家^{いえ}に 戻^{もど}ることが できるときは、 自分^{じぶん}の家^{いえ}へ 戻^{もど}って ください。 そのとき 水道^{すいどう}や 電気^{でんき}や ガス^{ガス}が 止^とまっているかもしれません。

かもの 買い物が できなくても 1週間 ^{しゅうかん} 生活 ^{せいかつ} することが できるようにして ください。 たもの の 食べ物 ^{たもの} や 飲み物 ^の や 必要 ^{ひつよう} なものを 買 ^か っておいて ください。	
カセットコンロ・ガスボンベ	

※上^{うへ}の 絵^えの ほとんどのものは ホームセンターなどで 買^かうことが できます。