

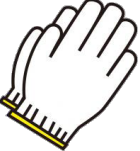
Conozca más sobre las cosas que hay que llevar en caso de emergencia

Refúgiense llevando encima los ítems en la ilustración de abajo.
Guárdelos en un sitio fácil de sacar.

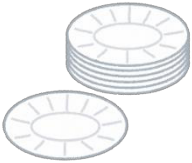
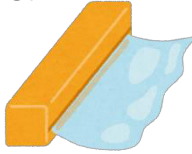
Las cosas necesarias

Agua (para 3 días) Prepare 3 litros de agua por día por persona 	Comida (para 3 días) 
Smartphone 	Dinero 
Copia de pasaporte 	Copia de tarjeta de residencia 
Medicinas generales (incluidas las medicinas que suele utilizar si tiene enfermedad crónica) 	

Ítems para la protección corporal-Las cosas necesarias para refugiarse

Casco-Gorro 	Mascarilla 
Guantes 	Linterna 

Utensilios necesarios para comer

Servilletas mojadas 	Platos de papel 
Vasos de papel 	papel plástico de envolver (Se usa para tapar el plato) 

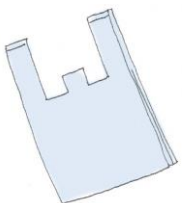
Ítems necesarios para sanar heridas

Disinfectante 	Vendas-vendaje triangular-gasas 
Tiritas 	

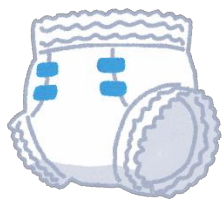
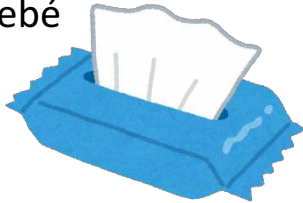
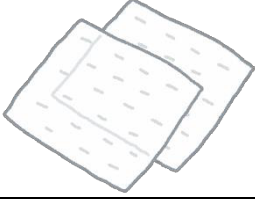
Ropa

Ropa, ropa interior 	Toallas (grande y pequeño) 
Impermeables 	

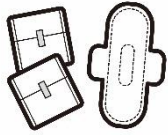
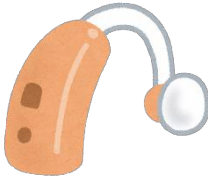
Las cosas que se recomiendan llevar

Cargador móvil	Baño portátil papel higiénico 
Bolsas de basura 	

Si tiene bebé

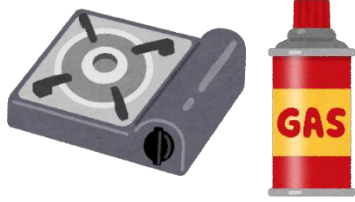
Leche en polvo-biberón 	Comidas para bebé 
Pañales de papel 	Toallitas para bebé 
Ropa de bebé 	Gasas 
Manual de salud materno-infantil Cuaderno para registrar estado de salud de madre y bebé 	

Otros

Gafas		Lentillas y líquido para limpiar	
Compresas		Audífono	
Dentadura postiza			

Para vivir en su propia casa después de terremoto

En caso de que pueda volver a su propia casa después de terremoto y tsunami, vuelva a su casa. Entonces puede que el agua, electricidad y gas hayan dejado de suministrarse.

Prepare de antemano para que pueda vivir durante 1 semana aunque no pueda salir a comprar. Compre de antemano comidas, bebidas y cosas necesarias.	
Cocina cartucho gas-bombona de gas	

*La mayoría de las cosas ilustradas arriba, se pueden comprar en tienda de DIY, etc.