

チェック	女性用
<input type="checkbox"/>	パンティライナー
<input type="checkbox"/>	生理用品
<input type="checkbox"/>	ヘアゴム
<input type="checkbox"/>	白色ワセリン
<input type="checkbox"/>	大判ストール

ポイント

パンティライナー

お風呂に入れないときなど使用できる。多めにあると良い

生理用品

傷口からの出血時、止血やガーゼとしても代用可能

大判ストール

防寒だけでなく授乳や着替え時にも使用できる。

圧縮袋に入れると、コンパクトに持ち運びできる。

チェック	赤ちゃん・子ども用
<input type="checkbox"/>	哺乳瓶・ミルク(携帯用)
<input type="checkbox"/>	離乳食・おやつ
<input type="checkbox"/>	バスタオル
<input type="checkbox"/>	着替え
<input type="checkbox"/>	紙おむつ
<input type="checkbox"/>	おしりふき
<input type="checkbox"/>	おもちゃ

ポイント

日常的に使っている物を意識して入れる

哺乳瓶・ミルク・離乳食・おやつ

簡単に用意出来る物。ミルクはお湯が用意できない事も考慮し、そのまま飲める液体ミルクが便利

おしりふき

おしりふきは体を拭いたりするのに代用できる



体験談

「年長児ですが、避難所のトイレに行けなくて困った。年齢が高くても(トイレトレーニングが完了していても)おむつがあるとよい!」



体験談

「乾パンは硬くて食べにくく、味も子ども好みではなかった。ビスコだと良いようだ」



液体ミルク

口腔ケア用品



チェック	高齢者用
<input type="checkbox"/>	携帯食(やわらかい食べ物)
<input type="checkbox"/>	杖
<input type="checkbox"/>	口腔ケア用品

ポイント

日常的に使っている物を意識して入れる

口腔ケア用品

口腔内のケアをすることで健康維持、口をゆすぐことで感染症予防

非常時に役立ついろんなモノ

- 情報収集にはラジオ。ソーラー式の物、手動の物等がある。
- 懐中電灯などにも必須な電池。長期保存のできる物もありますが、水電池といって、単三電池型に水(液体なら泥水やジュース等でも可)を入れて発電できるものもある。
- モバイルバッテリー
- 給水タンク。給水所が開設されてから必要になる物。大きすぎない物(2ℓ程)で、普段は折りたたんで収納できる物が良い。
- ランタン。通常時はインテリアとして使用し、非常時には明かりとして使う。
- 水を使わないシャンプー



水電池

折りたたみ式給水タンク



ランタン

