

# 二人暮らし世帯の災害備蓄品リスト

毎年9月1日防災の日に見直しましょう

2020/5/1作成

	品名	補足	保管数量	収納場所	持出袋内	保管期限	備考	
生活備蓄	LEDランタン	安価で良いので数量確保	4個	3	1	無		
	単3乾電池と変換アダプタ	利用頻度の高い単3に統一	24個	20	4	5年		
	モバイルバッテリー	携帯電話の充電用	1台		1	無		
	ポータブル電源	3ヶ月ごとに充電して保管	1台	1		無		
	ワンセグテレビ、ラジオ	乾電池消耗後の予備	1台		1	無		
	アルミ蒸着保温シート	冬季の暖房補助	2枚		2	無		
	使い捨てカイロ	冬季の暖房補助	30枚	16	4	2年		
	ブルーシート	家屋破損部分の一時補修等	2枚	2		無		
	ロープ	ブルーシートや家具の固定等	1本	1		無		
	軍手	片付け作業や防寒用に	2組		2	無		
	筆記用具、メモ帳、メガネ	メガネもスペアを持ち出し袋に	1組		1	無		
	ハサミ、カッター、裁縫道具		1組		1	無		
	布製ガムテープ	破損品補修や梱包、応急手当等に	2巻	1	1	無		
	飲食備蓄	飲料水(ペットボトル 2Lサイズ)	5日分。その後は給水車	6本	6		2年	
清涼飲料水等(500mLサイズ)		よく飲むものを予備買い	24本	22	2	1年		
米(10Kg入り)		5日分。その後は支援物資	1袋	1		半年		
カセットコンロ(ガス)		新品の予備を1台	1台	1		無		
カセットガスボンベ250g		1本で70分燃焼	8本	8		5年		
サランラップ			1本		1	無		
紙コップ、皿、箸等の簡易食器			2セット		2	無		
保存食、栄養補助食品		各家庭での必要度合いに応じて	適宜	適宜	適宜	品毎		
ペットの餌		常用品の予備買い	1袋	1		1年		
排泄備蓄		非常トイレ用凝固剤	一人一日5回7日分	70枚	66	4	5年	
	黒ポリ袋(大)	一人一日5回7日分	70枚	66	4	5年		
	黒ポリ袋(小)	一人一日2回90日分	360枚	350	10	5年		
	トイレレットペーパー	一人一日0.2リットル90日分	36ロール	35	1	5年		
	ウエットティッシュ	一人一日5回90日分	900枚	890	10	5年		
	消毒剤(スプレータイプ)	エタノール500ML	2本	2		3年		
	密閉型汚物入れ	黒ポリ袋ごと一時保管	1個	1		無		
	防臭袋	トイレの臭い防止	2箱	2		無		
	衛生備蓄	手指消毒剤(ジェルタイプ)	300~500ml 程度のもの	1本	1		3年	
		ウエットタオル	顔、体拭き	120枚	120		3年	
ドライシャンプー		シャンプーの代用	2本	2		3年		
大人用紙おむつ		2週間は洗濯が出来ないとして	28枚	26	2	無		
衣類用抗菌消臭スプレー		洗濯できない衣類に噴霧	1本	1		3年		
ポリ缶 18L		給水車からの雑水運搬	1個	1		無		
屋外用ゴミ箱		ごみ収集復旧までの保管用	1個	1		無		
ゴミ袋		自治体指定品	120枚	120		無		
消臭剤		ゴミの臭い防止	1本	1		5年		
ティッシュペーパー		ポケットティッシュなら多めに	1袋		1	無		
フェイスタオル		ハンドタオルでも可	2枚		2	無		
歯ブラシ、入れ歯ケース		歯磨きのついたもの	2セット		2	5年		
爪切り、毛抜き			1セット		1	無		
絆創膏		バンドエイドなど	1箱		1	5年		
包帯		粘着性のあるものが便利	1巻		1	無		
ガーゼ		カットしてある滅菌ガーゼ	1袋		1	無		
消毒薬		きずぐすり	1本		1	5年		
正露丸		水あたりや食あたり、下痢止め	1瓶		1	5年		
常用薬	必要に応じて適宜	■		■	半年			
避難用具	レインコート	たたんでコンパクトになるもの	2枚		2	無		
	防災スニーカー	持ち出し袋の横に保管	2足		2	無		
	避難帽子(ヘルメット)	持ち出し袋の横に保管	2個		2	無		
	けむりフード		2個		2	無		
	マスク		4枚		4	無		
貴重品	携帯電話、スマホ		■		■	無		
	財布(現金)	電話用に10円玉も入れておく	■		■	無		
	通帳(預金、年金)類		■		■	無		
	印鑑、実印		■		■	無		
	免許証、保険証、パスポート		■		■	無		
	クレジットカード等		■		■	無		
	スペアキー(車、家)	スペアが無ければ避難時に確認	1		1	無		
	データCD	PC内貴重データをコピー	1		1	無		

■印は日常的に持ち出し袋には入れておけないので避難時に準備すること