避難時

避難時的服裝

緊急避難品明細的例子

貴重物品
- 零錢
- 存摺
- 印鑑
- 健康保險證、駕照等（影本）

避難用具
- 手電筒
- 隨身收音機
- 預備的乾電池
- 安全帽、防災頭套

生活用品
- 厚手套
- 毛毯
- 打火機、火柴
- 刀子
- 行動廁所
- 毛巾
- 濕紙巾
- 口罩
- 消毒藥
- 體溫計
- 隱形眼鏡保存液
- 眼鏡

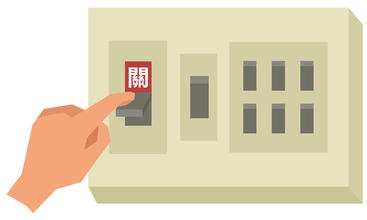
衣物
- 內衣褲、襪子
- 長袖上衣、長褲
- 禦寒外套、雨具

緊急食品
- 長期保存用食品（口糧、罐頭等）
- 營養補給食品
- 糖果、巧克力
- 飲用水

急救用具
- 用藥手冊
- 常備藥
- 生理用品

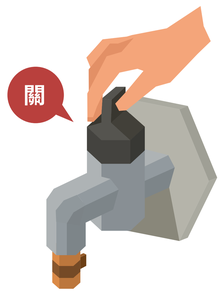
其他
- 暖暖包

避難時的注意點



關閉電源遮斷器

傾倒的家具中，如果有電源接續狀態的電器製品，復電時，可能會引發火災。



關閉瓦斯總開關

來避免在復原作業時破損的瓦斯管或瓦斯器具，出現瓦斯洩漏，引起爆炸。

留下安全與否的訊息

進行避難前，張貼自己或家人平安與否的資訊等，關門上鎖後再移動。

用SNS、災害留言板聯絡

假設電話會不通，所以要準備多種的聯絡方法。在熊本地震時，SNS 也能有效聯絡。