



# チャレンジ！ 百元ショップで 防災リュックを作ってみた！！

皆さんの家には**非常用持ち出し袋**はありますか？  
言葉はよく聞くとおもいますが、「何を準備すれば  
良いの？買うと結構お金かかるよね」と思うところ  
がいろいろあるのではないのでしょうか。



いつ大地震が起きても  
おかしくないしね。  
準備しないと  
いけないよね。

## で、そこで！

コスパに優れていて、いろいろ揃っている百元ショップで  
防災グッズがそろるか試してみましよう。



よお～し  
なにが買えるかな？

# と、その前に・・・

そろえるべき防災グッズについて確認しました。

**4 非常持ち出し品と備蓄品**

**非常持ち出し品**

**ポイント** ●避難する時に持ち出すものを、すぐに持ち出せるようにリュックサックなどにまとめておきましょう。  
●メガネや常備薬、粉ミルクなど、個人や家庭によって必要なものは違いますので、自分にとって必要なものを準備しておきましょう。

<b>貴重品</b>	<b>情報を得るためのもの</b>	<b>生活用品</b>
<input type="checkbox"/> 現金	<input type="checkbox"/> 携帯ラジオ	<input type="checkbox"/> 懐中電灯(電池入り)
<input type="checkbox"/> 身分証明書	<input type="checkbox"/> 携帯電話等の充電器	<input type="checkbox"/> 軍手・皮手袋
<input type="checkbox"/> カード類	<input type="checkbox"/> 乾電池(予備)	<input type="checkbox"/> タオル・風呂敷
<input type="checkbox"/> 予備のキー(自宅や車など)	<input type="checkbox"/> 筆記用具、メモ帳	<input type="checkbox"/> ポリ袋
<b>飲料水・食料</b>	<b>衛生用品</b>	<input type="checkbox"/> 万能ナイフ
<input type="checkbox"/> 飲料水(ペットボトル)	<input type="checkbox"/> 感染症対策用品(マスクなど)	<input type="checkbox"/> レインコート・雨具・簡易防寒具
<input type="checkbox"/> 非常食(カンパン、缶詰等)	<input type="checkbox"/> ティッシュ・ウェットティッシュ	<input type="checkbox"/> 着替え・スリッパ
	<input type="checkbox"/> 簡易トイレ	<input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ

**備蓄品**

**ポイント** ●災害発生時、ライフラインの途絶や、物流のストップにより、普段の生活ができなくなります。また、最初の72時間は消火や人命救助が最優先となるため、行政等からの支援には時間がかかります。  
●普段から自分や家族の状況に応じた備蓄をこころがけましょう。  
●ローリングストック(下記)で普段食べているものを備蓄しておく、非常時でもいつもと同じ食事ができます。

<b>飲料水・食料</b>	<b>生活用品</b>	<input type="checkbox"/> 新聞紙(多用途に使えます)
<input type="checkbox"/> 飲料水	<input type="checkbox"/> 歯ブラシ・口腔ケア用品	<input type="checkbox"/> ダンボール
<input type="checkbox"/> お米やアルファ米	<input type="checkbox"/> 衣類(季節に応じたもの)、毛布	<input type="checkbox"/> 養生テープ
<input type="checkbox"/> レトルト食品、缶詰、乾物、調味料	<input type="checkbox"/> タオル	<input type="checkbox"/> 携帯トイレ
<b>食事に必要なもの</b>	<input type="checkbox"/> ブルーシート(雨漏れ防止)	
<input type="checkbox"/> 紙皿・紙コップ・割り箸	<input type="checkbox"/> 工具類(パール、ハンマー等)	
<input type="checkbox"/> 食品用ラップ	<input type="checkbox"/> 乾電池	<b>最低3日分(できれば1週間分)の備蓄品を用意しましょう。</b>
<input type="checkbox"/> 缶切り・万能ナイフ	<input type="checkbox"/> ろうそく	
<input type="checkbox"/> ポリタンク	<input type="checkbox"/> ガムテープ+油性ペン	
<input type="checkbox"/> カセットコンロ、予備のボンベ	<input type="checkbox"/> ポリ袋(小・中・大)・手提げ袋	



へえ～、**非常用持ち出し品**と**備蓄品**があるんだねえ～！  
**最低でも3日分**の備蓄品を準備しないとイケないんだ。

これは、あくまでも、一般家庭の例です。  
**子供がいる場合や高齢者がいる場合など、家庭によって必要なものが違う**ので、皆さんにとって必要なものを準備しましょうね。



さて、どこまで集まるかな？







# 生活用品



身分証明書  
通帳など



カッパ 給水バッグ ハンガー  
レインコート Rain Coat M  
チャッカマン  
ランタン  
電池  
貴重品入れ 軍手・笛

# 食料・飲料水



食料 水

# 情報を得るためのもの



筆記用具

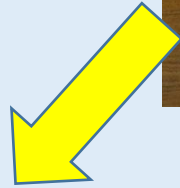
# 衛生用品



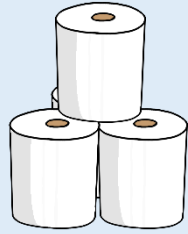
タオル 救急セット入れ  
シャンプーシート  
救急セット  
下着  
手指消毒  
簡易トイレ  
ハンドソープ ウェットティッシュ マスク  
ペーパータオル 歯ブラシ ブランケット



非常用袋



# 百円ショップで買えなかったもの



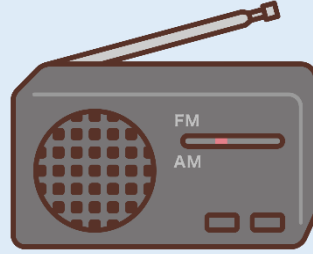
トイレット  
ペーパー



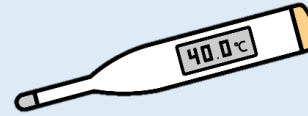
ホッカイロ



ヘルメット



ラジオ



体温計



洋服（上）



洋服（下）



靴

## まとめ

こんなに多くのグッズがそろって  
費用は、**4,724円**でした！

まずは百円ショップで  
防災グッズを買いそろえ  
てみませんか？



百円ショップで災害時に必要な  
生活用品はほとんどそろいました。  
各家庭によってベストな備えが  
違います。

皆さんの家族の普段の生活を  
思い起こしながら、災害時の状況を  
想定して準備することが  
大事ですね。