

방재 비상용품 준비하자!

- ① 언제나 휴대
- ② 비상시 반출
- ③ 안심 비축

체크 리스트

활용판



이번에 체크한 날: 년 월 일

다음 체크 예정일: 년 월 일

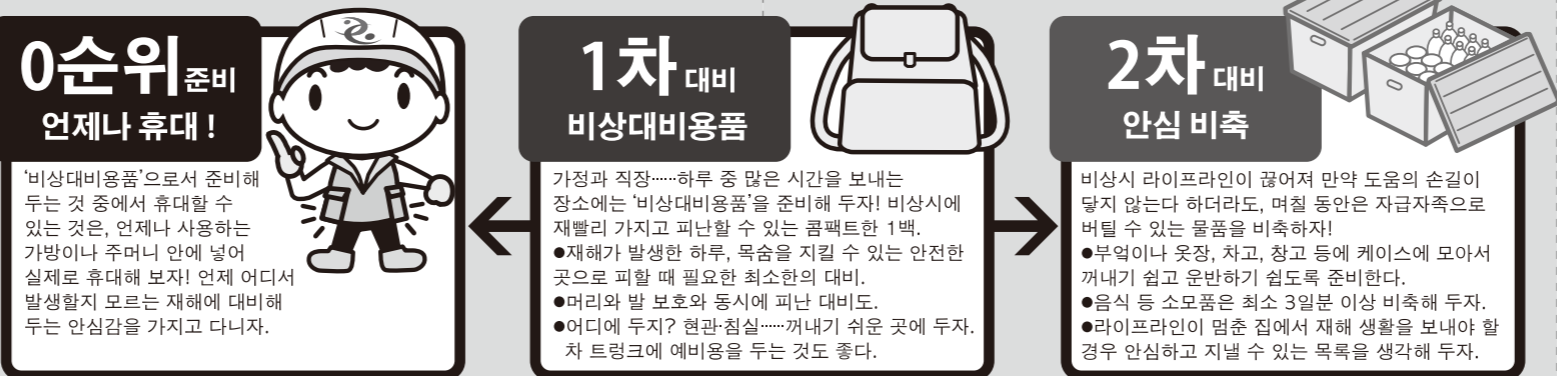
family
name

새 용지가 필요할 때는 다운로드 하자! www.dri.ne.jp
한신·아와지 대지진 기념 사람과 방재 미래센터

이 리스트는 1995년 1월 17일에 발생한 한신·아와지 대지진 재해 경험자 분들의 의견을 반영하여 제작한 '비상대비용품 리스트'를, 그 후 17년 이상의 세월이 지나는 과정에서 변화된 사회정세 및 진전된 방재·감재 지혜를 고려하여, 누구나 스스로 준비를 할 수 있는 가이드가 될 수 있도록 개정한 것입니다. 이것을 사용하여 거대지진 등 언제 발생할지 모르는 자연재해에 대비해 주십시오.
(이 용지는 다운로드·프린트하여 재해대책 개발에 활용해 주십시오.)(가능하다면 활용 사례를 E메일로 보고해 주십시오. kikaku@dri.ne.jp)

리뉴얼 신판 ver.1 20120422
편집: 히토보 미래 서클
발행: 한신·아와지 대지진 기념 사람과 방재 미래센터

●비상시 대비 3 스텝. 우선은 1순위부터. 그 후에 0순위와 2순위.



●비상용품 준비시 주의사항 4가지.

1년에 2회는 체크하자!

- 다음 체크날짜를 정해 두자.
- 음료수 및 식품의 유효기간, 약품 및 건전지의 사용기한 등을 체크하여 새것으로 교환하자. 오래된 물품의 경우 사용가능 여부를 미리 확인하자.
- 보존식품은 교환할 때 시식을 해 보자.
- 의류 등 계절에 따라 바뀌는 필수품은 연 2회. 봄과 가을에 교체하자.

사용법을 익히고 익숙해지자!

- 사용법을 익혀서 실제 상황에 도움이 되도록 하자. 어려움없이 사용할 수 있도록 익숙해질 수 있는 기회를 만들자.
- 로프 묶는 법
- 간이 변기 사용법
- 구급약 상자의 내용물. 부상 처치법.
- 삼각건 사용법
- 간이 방한구(비상용 담요) 등.

일용품의 편리함. 다양한 지혜를 배우자!

- 일용품 중에는 비상시에 다양한 용도로 사용할 수 있는 것이 있다. 그 가능성을 알고 실제로 사용해 보자.
- 신문지, 랩, 비닐봉투.....
- 과거의 재해 경험자의 의견 속에서 지혜와 아이디어를 찾아 보자.
- 정보를 웹사이트 등에서도 입수하여 확인해 보자.

'자조(스스로)' 와 함께 '공조(더불어)' 대비.

- 비상시에는 누구든지 타인을 돕거나 타인의 도움을 받을 가능성이 있다. 각 가정의 대비와 더불어 마을모임 또는 자치회 등의 공조 대비가 어디서 어떤 식으로 이루어지는지 확인해 두자.
- 자치회가 제공하는 해저드 맵, 비상시 행동, 대비 정보를 확인해 두자.
- 지역의 방재훈련에 참가하자.

대비를 해 두자, 비상용품 체크 리스트

0 1 2 에 있는 ○는 0, 1, 2순위의 어떤 대비로 할 것인가를 검토한 보증정보입니다.

○을 참고로 여러분 자신, 여러분의 가족, 통근 또는 통학장소에서의 대비 상황을 검토해 주십시오.

여러분 자신에게 필요한 수량 또는 품목의 3스텝을 계획하여 활용해 주십시오.

분류	품목	0 1 2			메모
		휴대	반출	비축	
기본품목	가방		○		
	물	○	○	○	0순위: 500밀리리터 1순위:1인당 1.5리터 정도
	음식	○	○		초콜렛, 캔디, 영양보급·조식식품 등
	비상음식		○	○	건빵 등 물 없이도 조리하지 않고 그대로 먹을 수 있는 것.
장비	헬멧, 방재두건, 모자 등		○		머리를 보호하면서 피난할 수 있는 것.
	호각		○		
	장갑(작업용)		○		가죽제품 등 뚫린 소재의 제품.
	운동화		○		
도구	회중전등(예비건전지·전원 포함)	○	○	○	0순위는 미니라이프 등 휴대용. 발판·충전식도 참조.
	만능 나이프 종류		○		가위, 나이프, 연삭 등 다용도 도구가 편리
정보	로프(10m)		○		구조, 피난사다리 대응용. 계층을 지날 수 있는 우레.
	휴대용 라디오(예비건전지 포함)	○	○		복합기능(라이트·휴대전화 충전 등)이 있는 것. 0순위는 휴대용 중시, 1순위·2순위에서는 소리가 잘 들리는 것이 좋다.
	휴대전화(충전기·배터리 포함)	○			
	연락메모·비품리스트	○	○		
	신분증명서(복사본)	○	○		건강보험증, 운전면허증, 여권, 외국인등록증 등
	필기용구(메모장과 펜)	○	○		
	유성매직(굵은 글씨)		○		메시지 기입용.
	현금(10엔 동전 포함)	○	○	○	공중전화용으로 10엔 및 100엔 동전이 필요. 휴대전화와 집전화기 불충분할 경우.

분류	품목	0 1 2			메모
		휴대	반출	비축	
기본품목	구급		○	○	소독약, 탈지면, 가제, 방창고, 붕대, 삼각건 등 부상 처치 용품을 완구대요 정리. 구급상자.
	족집게		○	○	가시베기, 편성으로도 사용 가능.
	지병약·상비약		○	○	처방전 복사본도 포함
	위생		○	○	방한용으로도 중요.
방한	마스크		○	○	비상시에 화장실에 갈 수 없게 되는 많은 매우 심각한 일.
	간이 변기		○	○	비상시에 화장실에 갈 수 없게 되는 많은 매우 심각한 일.
	티슈 화장지·두루마리 화장지		○	○	두루마리 화장지는 여러 용도로 사용할 수 있음.
범용	물티슈		○	○	물이 없을 때 유용함.
	일회용 손난로		○	○	
범용	비상용 담요		○		비상시의 위험 감이 방한구
	수수건(대형)·보자기		○		
	수건		○	○	오물질 제거, 부상 처치, 속옷 대용 등 다양하게 사용 가능.
	안전핀		○	○	수건을 묶어 속옷 대용으로 사용할 수 있음.
	비닐봉지		○	○	대형 및 소형 합쳐서 10장 정도. 다양하게 사용 가능.
	비닐 시트 종류(레저 시트, 블루 시트)		○	○	
	라이터(성냥도 가능)		○		난방기구 점화 등. 성냥보다 사용하기 편함.
	종이건염색		○		다용도 목위에 메시지를 붙이는 등의 용도로도 사용.

분류	품목	0 1 2			메모
		휴대	반출	비축	
개별적으로 검토할 품목	귀중품	예비 키(집·자동차 등)			
		예비 안경·컨택트렌즈			
		통장·증서류 복사본			
	여성	인감			
		생리용품(냉대하 시트)			상처 치료 등 가제 대응으로도 사용 가능.
		방법 버저			
		빗·브러시, 거울			
	고령자	화장품			
		머리고무 끈			목욕을 할 수 없는 경우에 머리커버를 착용하면 불쾌감이 감소된다.
		개호수첩			
	영유아	중이기저귀			
		개호용품			
틀니					
보청기					
장애인·외국인 등	분유·젖병, 이유식				
	청정면				
	목욕타올				
	중이기저귀				
	아기포대기				
	모지수첩				
	장애인수첩				
	도움을 청할 수 있는 수단			호각, 시알렌 등	
	이동 보조 수단			지팡이, 휠체어, 포대기 등	
	정보를 얻을 수 있는 수단			라디오, 핸드폰, 휴대전화 등	
커뮤니케이션 보조 수단			필기용구, 녹음기, 케힌나케이션 보드 등		
애완동물	마음을 진정시키고 안심시키는 물품			평소에 좋아하는 물품 등	
	원호가 필요한 사람들을 밝히는 복장			유니폼, 표식 등	
	애완동물 용품			이음표 등	

분류	품목	0 1 2			메모	
		휴대	반출	비축		
비축하는 생활용품	의	의류			계절과 개인적 상황에 따라 필요한 종류와 수량을 판단.	
		모포				
		비옷(판초·우의 등)	○	○		
	식	보존식품 종류		○	○	양식을 자유롭게 사용할 수 있음. 방한용으로도 사용 가능.
		소금·조미료			○	
		식기류(접시·컵·젓가락·포크·스푼)			○	종이·스테인레스 등
		랩			○	식기를 싸서 사용하면 살얼음이 하지 않아도 적으로 유용한 물을 절약하는 등 다용도.
		알루미늄 호일			○	
	주	캔따개			○	
		휴대용 버너·가스통			○	
냄비				○		
양치세트·가글약				○		
비누				○		
드라이샴푸				○		
종조				○	냄새제거, 흡수용 등 다용도로 사용 가능.	
있으면 편리	보자기		○	○	물건을 싸거나 걸어서 방한대책 등 여러가지로 사용.	
	예비전지(배터리)			○		
	공구류			○	막, 쇠치레 등	
	지도(피난용·귀가 지원용 등)			○		
	신문지·골판지			○		
	양초			○	전기가 없거나 사용할 수 없을 때의 빛으로 이용. 사용할 때는 화재 조심.	
	비상용 급수봉지·탱크 종류			○	물을 운반하고 비축.	
	키친 페이퍼			○		
	화이트 보드			○	메모, 게시, 정보 전달 등에 종이나 필지가 부족할 때에 유용한 물건.	
	표백무명천			○	여기까지 용도로 사용 가능. 아기포대기로도 사용.	
다용도	슬리퍼			○	피난소 안에서의 실내화	
	모기향			○	여름철 피난생활이 육체적 경우에 대비	