

# 逃げる

避難する際はなるべく  
両手を使える状態に

防災リュックをすすめる理由

- 1 行動力が増す
- 2 転倒防止(足元が悪い場所など)
- 3 同行者(子どもや高齢者)の手を引いて避難できる



※写真はイメージです。

## 防災バッグ30点セット内容



1.防災セットリュック

YAMAZEN  
防災バッグ  
30点セット  
YBG-30R  
3,980円

2. 2WAY懐中電灯	3. 緊急用ホイッスル	4. レインポンチョ	5. アルミブランケット
6. エアまくら	7. 非常用給水バッグ	8. ラバー手袋	9. 携帯用トイレ3個
<b>食器類</b>	<b>衛生用品</b>	<b>その他便利アイテム</b>	
10. 紙皿3枚	16. ボディタオル	22. EVAサンダル	
11. プラカップ5個	17. 歯ブラシ3本	23. お薬ケース	24. 布テープ
12. 割り箸5膳	18. マスク3枚	25. 2WAYドライバー	
13. スプーンフォークセット	19. ティッシュペーパー	26. ミニカッターナイフ	
14. ラップ	20. ポリ袋45L 3枚	27. 圧縮袋	28. 小銭入れ袋
15. アルミホイール	21. 綿棒20本	29. 筆記用具セット	30. アルミシート

総裏メッシュで着心地快適。反射テープ付きで夜間の安全にも配慮しました。



雨合羽  
レイングランド2  
各色  
1,980円

作業中の泥・風・汚れから体をガードし、軽い着心地で動きやすく着脱も簡単。



① ポリエステルポッケ  
各色  
368円  
② ポリエステルパンツ  
各色  
320円

ワンタッチでハンドルとキャスターをたんでフラットになる持ち運びに便利な折りたたみ自転車耐荷重50kg



折りたたみ式  
ハンドキャリー  
GIT-50W  
幅40×奥行41×高さ64~100cm  
重量:3.5kg  
3,480円



※写真はイメージです。

緊急時のガラスを割る。シートベルトの切断を素早く行う脱出・救出ツールです。ホルダー付属 本体重量:166g

大自工業  
レスキューハンマー  
FT-16  
1,380円



ノーパンクタイヤ仕様。折りたたみ式で車のトランクにも収納可能。

アルミス  
アルミ折りたたみリヤカー  
100 AKO-100N  
荷台:約幅98×奥行40×深さ30cm  
重量:約21kg 耐荷重:100kg  
29,800円

200 AKO-200N  
荷台:約幅120×奥行80×深さ45cm  
重量:約24.5kg 耐荷重:200kg  
46,800円



折りたたみ式自転車には収納可能! ストッカー付で便利!

※写真はイメージです。

ローラーフレキ LEDオートライト ステンレスハンドル 外装6段  
絶対バンクしない自転車

ノーパンク  
軽快車  
ガクチャリ  
27型  
適正身長150cm~  
各色

イージーキャリー  
FES-KY9049  
使用時:約幅90×奥行49×高さ92cm  
7,980円



## 防災袋にあると便利

追加で用意しておきたいもの

### 乾電池

まずは所持している電気機器の電池のサイズを確認。予備を持っておくと安心。



### 簡易トイレシート×5枚

自宅のトイレが使えない場合や、閉じ込められてしまったときのために用意。



### 歯ブラシセット

口の中を清潔に保つことは、感染症予防にも繋がります。



### 包帯、ばんそうこう

ぬれて汚れないように密封袋などに入れておくとよい。



### ロープ×1本

人命救助や荷物をまとめるなど、緊急時に重宝します。



### ボックスティッシュ

何かと使えるティッシュは、量の多いボックスタイプが安心。



### 現金(千円札、小銭)

ATMが使えない、おつりがなくて買えないということも想定して、いくらか現金を用意しておきましょう。



### 消毒液(ジェルタイプ)

断水して手が洗えない場合も考えられるので、水がなくても使えるジェルタイプがおすすめ。



## 高齢者と共に避難

高齢者の健康状態や普段飲んでいる薬などをメモした用紙を準備しておく、避難所などで処置を受ける際に役立ちます。自分で歩いて避難所まで行ける高齢者の方は、散歩の時などに避難ルートを確認しておきましょう。疲れ具合なども把握しておくで安心です。

### Check 高齢者向け行動チェック

- 老眼鏡や常備薬など日常使っているものを用意
- エコノミークラス症候群(血栓症)予防のため、避難所では適度な運動、水分補給を心掛ける
- 柔らかい非常食(おかゆなど)も用意

