非常持ち出し袋の例

避難用品	□ヘルメット（防災頭巾）□懐中電灯　□携帯ラジオ □安全笛（ホイッスル）□防犯ブザー　□軍手　□充電器（携帯電話などの）□乾電池　□筆記用具 □使い捨てカイロ　□ハサミ　□ライター　□缶切り
本人の情報	□ヘルプカード・ヘルプマーク　□救急医療情報キット □かけはし簡易版　□健康保険証　□お薬手帳　　□診察券 □免許証　□障害者手帳　□その他の手帳（ペースメーカー手帳、血圧手帳など）
非常食	□飲料水（ペットボトル）□火を通さないで食べられるもの（缶詰・あめ・チョコレート・クラッカー）
医療品	□ふだん飲んでいる薬　□救急用品（ガーゼ、包帯、絆創膏、殺菌消毒薬、使い捨て手袋など）　□常備薬（胃腸薬など）
衣類	□下着類　□長そで・長ズボン　□防寒着　□雨具 □タオル
生活用品	□マスク　□消毒薬　□体温計　□簡易トイレ □ティッシュ・ウエットティッシュ　　□ビニール手袋　□ビニール袋 □食品包装用ラップ　□オムツ　□おしりふき　□生理用品 □歯ブラシ　□コップ □スプーン　□フォーク　□はし
貴重品	□現金（小銭も）□印鑑　□預金通帳
その他必要と思うもの（自分で書き足しましょう）	□替えのメガネ □ □ □