

# 災害支援時に必要な物品

<input type="checkbox"/> 身分証(運転免許証など)、名刺	<input type="checkbox"/> リュック、ウェストポーチ
<input type="checkbox"/> 健康保険証のコピー	<input type="checkbox"/> 現地の地図
<input type="checkbox"/> 現金	<input type="checkbox"/> 雨具(レインコートなど濡れても良い服や靴)
<input type="checkbox"/> 時計、ストップウォッチ	<input type="checkbox"/> 上履き
<input type="checkbox"/> 血圧計、聴診器	<input type="checkbox"/> 洗面用具
<input type="checkbox"/> 体温計	<input type="checkbox"/> 裁縫道具
<input type="checkbox"/> 消毒液とガーゼ、絆創膏	<input type="checkbox"/> タオル、ティッシュペーパー、ウェットティッシュ
<input type="checkbox"/> 文房具(ハサミ、ペン、マジック、セロハンテープ、ガムテープ、A4用紙、メモ、バインダーなど)	<input type="checkbox"/> 感染対策(マスク、手指消毒、ゴム手袋)
<input type="checkbox"/> 懐中電灯と予備電池	<input type="checkbox"/> 着替え、ソックス、下着(数日分)
<input type="checkbox"/> 携帯ラジオ	<input type="checkbox"/> 常用薬、生理用品
<input type="checkbox"/> 携帯電話(充電器、充電用乾電池、バッテリー、ACアダプター)	<input type="checkbox"/> ペットボトル飲料水、非常食(3日分)
<input type="checkbox"/> デジタルカメラ	<input type="checkbox"/> ホイッスル

## ・その他

### 現地、新聞紙

情報収集方法についても全国記事ではなく、地方の地元紙の朝刊・夕刊に詳細に掲載されている水の配給場所、水道やガスの日別の復旧工事工程、避難所の状況、店舗の営業時間や販売物品の内容などのローカルで具体的な記事が役に立つことも多いため、活用すべきである。

## CHECK

- 災害支援に行く際は現地の情報を可能な限り収集するようにしてください。
- 災害支援として被災地に赴く場合は、その地域の被災状況や時期によって変わってきます。被災地に赴く際は、電気・ガス・水道・インターネットなどのライフラインの状況や気候、宿泊場所の情報などを確認した上で物品などの準備を行ってください。

特に食事や衣類などは出発前に事前に準備しておくことが大前提であり被災地に迷惑をかけないことが重要です。