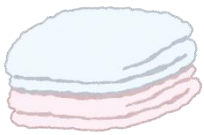


ぼうさい
自分だけの防災セットを作ろう！

☐ 中身が重くなりすぎないように注意！ 	☐ 助けを呼ぶことができる！ 	☐ 日持ちするもの 3 日分 	☐ 
リュック	笛	ひじょうしょく 非常食 (そのまま食べられるもの)	いるい 衣類・下着
☐ 	☐ 	☐ 	☐ 
かんい 簡易トイレ	えい生用品・生理用品	薬・ばんそうこう	ライト
☐ 	☐ 	☐ 	☐ 
タオル(最低2まい)	頭を守るもの	歯ブラシ・歯みがき粉	雨具、寒さ・暑さ対さく
☐ 	☐ 	☐ 自分の「これだけは持っていきたい」もの	☐ 何が足りないかな？ 
ビニールぶくろ	かん電池・モバイルバッテリー		

ふり返し
