

非常用持ち出し袋を
作ってみた！！

加西市立下里小学校
6年 松田陽菜

きっかけ

最近、大雨や地震が相次ぐ中、もし自然災害が起こったらどうするか考えた。

そして、非常用持ち出し袋を作っておくと災害に備えることができると思った。

非常用持ち出し袋とは...災害のときに必要なものをまとめて持ち出せるようにしたカバンのこと。

計画

1 何が必要か調べる

何を入れるといいのか調べる。

参考にしたもの

- 学校から配られた非常用持ち出し袋の紙
- 必要だと思ったもの
- 自分の家の非常用持ち出し袋に入っているもの

2 ものを揃える

食料



1

- 1 給水袋
ポイント
- こぼさずに水を運べる
 - 水にゴミが入りにくい

2

- 2 水
ポイント
- 飲み水以外にも使える
 - 長期保存ができる

4

- お菓子
ポイント
- 非常食では補えない糖分を取れる
 - 気持ちを落ち着かせるのにも便利

4

3

- 3 非常食
ポイント
- 主食となり栄養がしっかりしている
 - 長期保存ができる

衛生

①救急セット

普段飲む薬はもちろんのこと、絆創膏なども入れておく。

③コンパクトソーイング

服などが破れたときに使える。

⑤体拭きシート

水がなくても体を清潔に保てる。



1

2

3

4

5

②除菌ウエットティッシュ

身の回りの除菌など様々な使える。

④口腔ケア

被災していても虫歯予防をしっかりと。

衛生

⑦タオル

体を拭いたり、敷いたりできる。

⑨マスク

コロナなどの感染症対策にも欠かせない。避難所で生活する際はつけておくといい。

⑪ティッシュペーパー

手を拭くなど使い方様々。トイレットペーパー同様水に弱い。



⑥手ぬぐい

この手ぬぐいは使い方がプリントされているのでおすすめ。

⑧カイロ

寒い冬などを乗り切るためなど必須グッズ。

⑩トイレットペーパー

ティッシュペーパー感覚で使える。ただし水には弱い。

貴重品・安全

①ホイッスル

助けを呼びたいときに便利。

1



2



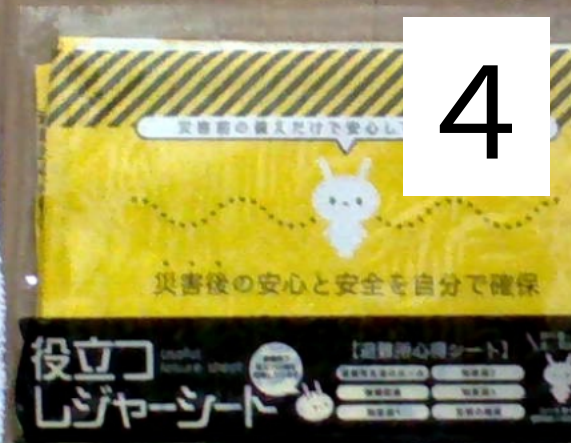
③雑巾

汚れた床を拭いたり、こぼしたものを拭いたりと様々。

3



4



⑤ミニスリッパ

足をガラスなどの破片から守ったり冷え防止におすすめ。

5



6



②ごみ袋

ゴミや荷物をまとめるのに便利。大きめだとなお良い。

④レジャーシート

このレジャーシートは災害後の情報が豊富なため、おすすめグッズ。

⑥懐中電灯

安全な避難のために必要。携帯の充電ができるものもある。

貴重品・安全

⑦レインコート

雨の日も避難がしやすい。ぴったりのサイズのものを用意。

7

⑨アクティブツール8

缶切り、ラージナイフ、ハサミ、栓抜き、プラス・マイナスドライバー、コルク栓抜き、爪やすりの機能が備わっている。

9

⑩保温シート

体に巻くだけで保温される。外部からの熱を遮断し、防水効果がある。災害時以外でも活用できる。

10

⑧反射バンド

暗い夜道を歩いたりするときも便利。反射するので普段から使っても◎

8

⑪軍手

なにか作業するときにつけて怪我を防ぐなど、使い方様々。自分の手の大きさにあったサイズのものを入れておく。

11

⑫貴重品・文房具

文房具は、ボールペン、油性マーカーなど。万がーを考えてフリーザーバッグに入れている。

12



その他

簡易トイレセット

水がなくても使えて便利。

少し多めに用意しておく
と水が使えないのが長く
続いても安心。



防水バッグ

避難の時に雨の時でも安心な防水機能がついたカバン。ショルダーをつければリュックになり、せおうことができるので避難にも便利。



着替え

せめて7日分あるといい。濡れないように保存袋に入れておくと良い。写真は夏用だが、季節によって変えると良い。

ペットがいる人は一緒に避難!!(必ず)
私の家に犬がいるので、母が非常用持ち出し袋
(犬用)を作っていた。

中身

食料

- フード
- おやつ

(食べ慣れたものやお気に入りのもの。家ではボーロ。)

その他

- 首輪
- ご飯、お水入れ

衛生用品

- ペットシート
- ペット用おむつ
- いつも飲んでいる薬
(こまめな入れ替えが必要)
- シャンプータオル
- タオル

この他にも、おもちゃやペットの情報を書いた
ものを入れてくと安心。

フードは最低7日分ある方がいいので、多いく
らいに準備する(消費期限には注意)。

まとめ

- 非常用持ち出し袋に入れておかないといけないのは食料、水、薬、貴重品、着替えである。
- ペットがいる家など、各家庭に合わせて持ち出し袋の中身を変える。

最後に

紹介してきた非常用持ち出し袋はあくまでも一例です。

必要なものは各家庭によって異なります。

自分の家ではどんな物が必要なのか、どんなものがあるといいと思うのかについて一度考えるきっかけとなればいいです。