

見直すタイミング9月1日（防災の日）、3月11日（東日本大震災）

＜貴重品＞	確認方法・入れ替えのタイミング	＜情報収集＞	
<input type="checkbox"/> 緊急連絡先リスト★	<input type="checkbox"/> 変更があった場合書き変える	<input type="checkbox"/> 電池（単3）★	<input type="checkbox"/> 使用推奨期限の1年前
<input type="checkbox"/> 家族写真★	<input type="checkbox"/> 2、3年で新しいものに入れ替える	<input type="checkbox"/> 電池（単4）★	<input type="checkbox"/> 使用推奨期限の1年前
<input type="checkbox"/> 身分証コピー★	<input type="checkbox"/> 更新の際に入れ替える	<input type="checkbox"/> ラジオ★	<input type="checkbox"/> 動作確認
<input type="checkbox"/> 健康保険証コピー★	<input type="checkbox"/> 更新の際に入れ替える	<input type="checkbox"/> モバイルバッテリー★	<input type="checkbox"/> 動作確認
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	＜リュックにつけるもの＞	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> ヘッドライト★	<input type="checkbox"/> 動作確認
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 懐中電灯★	<input type="checkbox"/> 動作確認
＜便利品＞		＜着替え＞	
<input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ★	<input type="checkbox"/> 有効期限の1年前	<input type="checkbox"/> 靴下★	<input type="checkbox"/> 洗濯
<input type="checkbox"/> トイレットペーパー★	いつ入れたか記入しておく 1-2年新しいものに入れ替える	<input type="checkbox"/> カップ付きヒートテック★	<input type="checkbox"/> 洗濯
<input type="checkbox"/> 流せるティッシュ★	いつ入れたか記入しておく 1-2年新しいものに入れ替える	<input type="checkbox"/> ブラトップ★	<input type="checkbox"/> 洗濯
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 季節で入れ替える（夏用・冬用）	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> ＜応急手当て＞	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 整腸薬★	<input type="checkbox"/> 使用期限の1ヶ月前	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 解熱鎮痛薬★	<input type="checkbox"/> 使用期限の1ヶ月前	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
＜玄関に置いておくもの＞	<input type="checkbox"/>	＜食料＞	
<input type="checkbox"/> 非常食★	<input type="checkbox"/> 賞味期限の一年前	<input type="checkbox"/> 水★	<input type="checkbox"/> 賞味期限の1ヶ月前
<input type="checkbox"/> トイレセット★	<input type="checkbox"/> 使用推奨期限の1年前	<input type="checkbox"/> 非常食★	<input type="checkbox"/> 賞味期限の一年前
<input type="checkbox"/> 電池（単1）★	<input type="checkbox"/> 使用推奨期限の1年前	<input type="checkbox"/> お菓子★	<input type="checkbox"/> 賞味期限の1ヶ月前
<input type="checkbox"/> ランタン★	<input type="checkbox"/> 動作確認	<input type="checkbox"/> 飴★	<input type="checkbox"/> 賞味期限の1ヶ月前
<input type="checkbox"/> 体拭き★	いつ入れたか記入しておく 1-2年新しいものに入れ替える	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
＜衛生用品＞		＜持ち歩き防災＞	
<input type="checkbox"/> 清浄綿★	<input type="checkbox"/> 使用期限の1年前	<input type="checkbox"/> モバイルバッテリー★	<input type="checkbox"/> 動作確認
<input type="checkbox"/> 生理用品★	いつ入れたか記入しておく 1-2年新しいものに入れ替える	<input type="checkbox"/> ライト★	<input type="checkbox"/> 動作確認
<input type="checkbox"/> 子供用オムツ★	いつ入れたか記入しておく 1-2年新しいものに入れ替える	<input type="checkbox"/> 緊急連絡先★	<input type="checkbox"/> 変更があった場合書き変える
<input type="checkbox"/> 保湿用品★	いつ入れたか記入しておく 1-2年新しいものに入れ替える	<input type="checkbox"/> 飴★	<input type="checkbox"/> 賞味期限の1ヶ月前
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

★期間に応じて見直しが必要なもの