



あなたも赤十字活動に！！

いつでも・どこでも・誰でもが手を繋いで支え合う仲間、
あなたの笑顔を待っています。

まめ知識！

非常時の持ち出し品・備蓄品 チェックリスト

災害後の救助や
救援物資の到着までに、
最低限必要なものは
準備しておきましょう。



ポイント

- 非常持ち出し品は、両手が使えるリュックタイプの袋などにまとめておきましょう。
- 避難の妨げにならないように、軽くコンパクトにまとめましょう。
- 自分や家族の状況に応じて必要なものを選びましょう。
- 自分に必要なものの優先順位を決めて準備しましょう。
- 定期的に中身をチェックしましょう。

貴重品

- 現金(小銭を含む)※公衆電話用に10円玉、100円玉
- 車や家の予備鍵
- 予備の眼鏡、コンタクトレンズなど
- 銀行の口座番号・生命保険契約番号など
- 健康保険証
- 身分証明書(運転免許証、パスポートなど)
- 印鑑
- 母子健康手帳

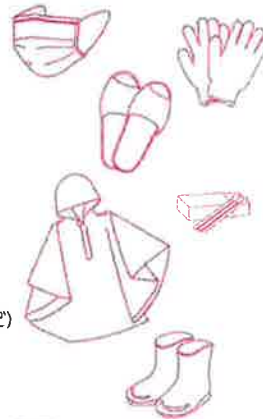


情報収集用品

- 携帯電話(充電器を含む)
- 携帯ラジオ(予備電池を含む)
- 家族の写真(はぐれた時の確認用)
- 緊急時の家族、親戚、知人の連絡先
- 広域避難地図(ポケット地図でも可)
- 筆記用具

清潔・健康 のための もの

- マスク
- ビニール袋
- アルミ製保温シート
- 毛布
- スリッパ
- 軍手か皮手袋
- マッチかライター
- 給水袋
- 雨具(レインコート、長靴など)
- レジャーシート
- 簡易トイレ



食料など

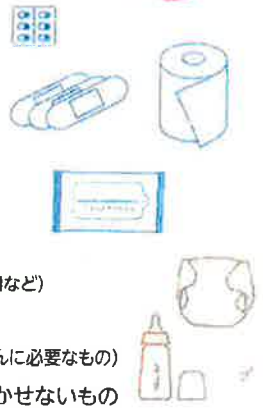
- 非常食
- 飲料水

便利品 など

- 防災ずきんかヘルメット
- 懐中電灯(予備電池を含む)
- 笛やブザー(音を出して居場所を知らせるもの)
- 万能ナイフ
- 使い捨てカイロ

その他

- 救急セット
- 常備薬・持病薬
- タオル
- トイレトペーパー
- 着替え(下着を含む)
- ウェットティッシュ
- 紙おむつ(幼児用・高齢者用など)
- 生理用品
- 粉ミルク・哺乳瓶(赤ちゃんに必要なもの)
- その他自分の生活に欠かせないもの



ご自身の環境に合わせて必要なものを準備してください。

幸区赤十字奉仕団



赤十字ってご存じですか？

毎年区民祭2日間開催されます。
奉仕団は赤十字活動のパンフレットを
手渡し、三角巾指導など行いながら区民の
皆様にご協力頂けるよう広報しております。

<問合せ先>

〒231-8536
横浜市中区山下町70-7
TEL: 045-681-2123
FAX: 045-681-1120
MAIL: hoshika@kanagawa-jrc.jp
担当: 青少年・ボランティア課 ↓

MAIL: kanagawa-rc-volunteer@kanagawa.jrc.or.jp



日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

人間を救うのは、人間だ。Our world. Your move.

活動紹介

活動内容紹介

昭和28年結成、戦後の混乱期から現在まで時代の変化に対応する厳しさを感じています。赤十字奉仕団の使命とする「人道・博愛」の精神のもと“人に優しい、思いやりと奉仕の心”を大切に地域に根差した活動を進めています。

活動内容 5部会と行政連携

①献血ルーム「かわさきルフロン献血ルーム」

②子育て支援

*「あかちゃん銭湯でコンニチワ！」

5か所の銭湯、0歳～3歳まで

*「幼児安全法」講習会 年6回

*幸区「みんなで子育てフェア」

③防災救護（地域と連携を取りながら実施）

区主催の訓練…年3回

地域町内会自主防災…年14回

救急法講習会・年2回 団員全員受講

④地域部会 赤十字の輪を広げるため、地域の方々と手芸や趣味の講座を開き、作品を寄贈
区民祭りにて広報

⑤行政と連携 委員として参画

*子育てネットワーク・地域福祉計画推進・

危機管理防災ネットワーク・まちづくり推進
定例会 隔月 年7回

①献血ルーム 「かわさき献血ルーム」ルフロン9階

毎月7日間（午前 1名 午後 1名）

団員 年間168名が活動しています。



みなさまの善意の献血が
貴い命を救います。

②子育て支援

*「あかちゃん銭湯でコンニチワ！」

5か所の銭湯に協力いただき、0歳～3歳までの親子20組を限度としています。

内容…幼児の健康と子育て相談・親子遊び

区役所保健師も参加

*「幼児安全法」講習会 年6回

*幸区「みんなで子育てフェア」



あかちゃん銭湯でコンニチワ!の様子



子どもの命を守るために、
若いパパ・ママと一緒に体験



③防災救護

区主催の訓練…年3回

地域町内会自主防災…年14回

（応急手当で三角巾）の指導

会場は各学校や町内会

