

## 2. 必要な物品を備蓄しましょう

— 新型インフルエンザの世界的な流行が起こった場合には何が起こるのでしょうか？ —

### 1) 社会生活の基盤となる活動が停滞する可能性があります

銀行、飲食店、行政機関、電話、郵便局、医療機関が休業や業務の制限などを行う可能性があります。小額の現金を手元に置くようにしましょう。

### 2) 食料品・水・飲料・日用品の供給が制限される可能性があります

電気・水道・ガス・通信・輸送などライフラインが停滞し、食料や日用品が一時的に手に入りにくくなる可能性があります。チェックリストを参考に水・食料品・衛生資材などの備蓄を行いましょう。

#### 食料

- ・調理に加熱や水を必要としない保存食品を備蓄しましょう。
- ・冷蔵の必要のない食料を選びましょう。
- ・必要に応じて乳幼児・高齢者用の食料の準備も考えておきましょう。

#### 水

- ・1週間分の水を備蓄しておきましょう（一人あたり1日3～4Lの水を用意しましょう。内訳：飲料水2L、調理・手洗い1～2L）。

保存食の例 食べ物	器具等の例 電化製品	医療・衛生資材の例 医療器材
<input type="checkbox"/> 米・乾麺 <input type="checkbox"/> 切り餅 <input type="checkbox"/> 乾パン <input type="checkbox"/> シリアル、コーンフレーク <input type="checkbox"/> 肉・魚・果物・野菜・豆・スープの缶詰 <input type="checkbox"/> レトルト食品 <input type="checkbox"/> フリーズドライ食品 <input type="checkbox"/> インスタント食品 <input type="checkbox"/> 木の実・ドライフルーツ <input type="checkbox"/> クッキー <input type="checkbox"/> キャンディー <input type="checkbox"/> ピーナッツバター <input type="checkbox"/> 冷凍食品 <input type="checkbox"/> 特殊な食品（特に介護が必要な方がいる場合） <input type="checkbox"/> ベビーフード・粉ミルク <input type="checkbox"/> その他の保存食	<input type="checkbox"/> 携帯電話・充電キット <input type="checkbox"/> 懐中電灯 <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ <input type="checkbox"/> 携帯テレビ <input type="checkbox"/> 乾電池 <input type="checkbox"/> 手動式充電器  <p style="text-align: center;"><b>台所用品</b></p> <input type="checkbox"/> ビニール袋（各種サイズ） <small>汚染されたごみの密封に利用</small> <input type="checkbox"/> 缶切り <input type="checkbox"/> 携帯用ガスコンロ <input type="checkbox"/> コンロ用ガスボンベ <input type="checkbox"/> 紙食器 <input type="checkbox"/> アルミホイル <input type="checkbox"/> 洗剤  <p style="text-align: center;"><b>日用品・その他</b></p> <input type="checkbox"/> 石けん <input type="checkbox"/> シャンプー・リンス <input type="checkbox"/> トイレトペーパー <input type="checkbox"/> ティッシュペーパー <input type="checkbox"/> ウエットティッシュ <small>（アルコールを含むもの）</small> <input type="checkbox"/> 生理用品類 <input type="checkbox"/> ロウソク・マッチ	<input type="checkbox"/> 体温計 <input type="checkbox"/> 絆創膏・ガーゼ・脱脂綿 <input type="checkbox"/> マスク <input type="checkbox"/> ゴム手袋 <input type="checkbox"/> 水枕 <input type="checkbox"/> 塩素系漂白剤 <small>（室内の清掃・消毒用）</small> <input type="checkbox"/> 血糖測定、血圧測定機器など <small>（医師の指示のある方）</small>  <p style="text-align: center;"><b>医薬品類</b></p> <input type="checkbox"/> 常備薬（解熱薬・胃腸薬など） <small>解熱剤や風邪薬は、成分によってはインフルエンザ脳症を助長する可能性があります。購入時は、必ず、医師や薬剤師に確認してください。</small> <input type="checkbox"/> 手指消毒薬 <small>（アルコールを含むもの）</small> <input type="checkbox"/> イオン飲料（粉末）  <p style="text-align: center;"><b>その他</b></p> <input type="checkbox"/> 排泄物処理（固化）剤
<p style="text-align: center;"><b>飲み物</b></p> <input type="checkbox"/> ミネラルウォーター <small>（3～4L/人・日）</small> <input type="checkbox"/> イオン飲料（スポーツドリンク） <input type="checkbox"/> 缶ジュース		
<p style="text-align: center;"><b>その他</b></p> <input type="checkbox"/> 調味料 <input type="checkbox"/> サプリメント類 <small>（ビタミン剤など）</small> <input type="checkbox"/> ペットフード <small>（動物を飼っている場合）</small>		