



pal*system
パルシステム東京

豊島委員会



災害はいつ起きるかわからないから、いろいろな場面で使えるように
自分に合った防災セットを用意しておきましょう

どこでも 防災

～防災グッズ 持ち歩いてる？～

- ◇ お出かけの時に
- ◇ 職場に
- ◇ 家の中でも



何があると安心か
考えて用意してみ
よう



防災グッズを再点検

常備薬や衛生用品など自分に合った物を入れておこう

ストレスを和らげるために飴やガム、アロマオイルなども！

お出かけの時に防災ポーチ

ティッシュ ウエットティッシュ

マスク 絆創膏

携帯トイレ ガム・飴など



職場に防災バッグ

運動靴・靴下

地図

歯ブラシ

携帯トイレ

マスクなど



家の防災リュック

非常持ち出し袋はコンパクトにまとめてサッと

持ち出せる場所に！

家族に合わせて必要なものを見直そう

寝室、浴室、トイレで災害が起きたら

どうするかも考えて準備しておくことも大切!!

