

チェック	品名	備考
水		
	ミネラルウォーター	主に飲料用
	備蓄用ポリタンク	代替品があれば、わざわざ新品を買う必要はなし
	浄水器	
	殺菌剤	少々大きさが
トイレ用などの生活用水として、大晦日のうちに浴槽に湯水を張っておくといいでしょう。		
食品(冷蔵庫が機能しなくなることを想定。常備しているものがあれば、予め賞味期限を要確認。)		
	米、餅、小麦粉、乾麺	
	アルファー米	災害用品
	缶詰類	缶切りも必須
	瓶詰類	シラム、蜂蜜など
	ドライフルーツ、ナッツ、クラッカー、乾パン等の乾物	100円ショップで結構手に入る
	インスタント食品、レトルト食品類	
	重量野菜・根野菜(白菜、南瓜、芋類、玉葱、ニンニクなど)	
	各種調味料	「さしすせそ」+油や酒
	粉末飲料	粉ミルクも
あとはとにかく常温保存が可能なものや乾燥食品類。氷を大量に用意しておいて、自家製冷蔵庫を用意する手もある。(それなら屋外で保存した方がいいか)		
調理用具		
	バーベキュー道具	
	固形燃料	
	バーナー、チャッカマン	100円ショップでも手に入る
	七輪	売っている店が増えてきた
	ガスコンロ	カセットボンベも
	魔法瓶	保温用
屋内で使う(本来は屋内使用禁止だが)場合、一酸化炭素中毒や火事にならないよう、十分な注意が必要。		
暖房器具		
	灯油ストーブ	
	火鉢、七輪	炭も必須
エコロジカルに過ごすなら、ひたすら厚着した方がいいのだが...		
防寒具		
	ダウンジャケット	羽毛がいいらしい
	寝袋	
	厚手の靴下、手袋	レッグウォーマーや軍手でもOK

チェック	品名	備考
照明		
	懐中電灯	乾電池もお忘れなく
	ヘッドランプ	
	キャンドル、ろうそく	火事には要注意
	ランタン	電池式、灯油式等々
通信		
	電池式ラジオ・テレビ	ラジカセでもOK
	トランシーバー	
燃料		
	ガスボンベ	コンロ使用时
	灯油、プロパンガス	ふだんから使っている場合
	発電機	こういう時こそ、ソーラー発電、風力発電が役に立つ
あとは、上記各種器具に必要な燃料・動力源各種。		
衛生関係		
	携帯トイレ	
	衛生用紙(トイレットペーパー、ティッシュペーパー)	
	ウェットティッシュ	
	石鹸、洗剤	
	生理用品	
医療品、医薬品、救急用品		
常備薬は欠かせない。有効期限の確認もしておくべター。		
その他		
	自転車と自転車メンテ用品	移動手段として、自転車は確実
	サバイバル・アウトドア・救急救命に関するHOW TO本	
	現金	12月30日までに引き出しておく
	乳幼児がいる場合、食品や用品類	
などなど。完全な情報ではないので、あくまで参考まで。どこまで対応するかは自己の判断と責任でお願いしますね。		