

## 家庭での備蓄について（参考：厚生労働省の新型インフルエンザ対策関連情報）

○ 新型インフルエンザが海外で大流行した場合、様々な物資の輸入の減少、停止が予想され、新型インフルエンザが国内で発生した場合、食料品・生活必需品等の流通、物流に影響が出ることも予想され、感染を防ぐためには不要不急の外出をしないことが原則とされており、このため、災害時のように最低限（2週間程度）の食料品・生活必需品等を備蓄しておくことが推奨されています。

### 個人での備蓄物品の例

○食料品（長期保存可能なもの）の例

米

乾めん類（そば、そうめん、ラーメン、うどん、パスタ等）

切り餅

コーンフレーク・シリアル類

乾パン

各種調味料

レトルト・フリーズドライ食品

冷凍食品（家庭での保存温度、停電に注意）

インスタントラーメン、即席めん

缶詰

菓子類

ミネラルウォーター

ペットボトルや缶入りの飲料

育児用調製粉乳

○日用品・医療品の例

マスク（不織布製マスク）

体温計

ゴム手袋（破れにくいもの）

水枕・氷枕（頭や腋下の冷却用）

漂白剤（次亜塩素酸：消毒効果がある）

消毒用アルコール（アルコールが60%～80%程度含まれている消毒薬）

常備薬（胃腸薬、痛み止め、その他持病の処方薬）

絆創膏

ガーゼ・コットン

トイレットペーパー

ティッシュペーパー

保湿ティッシュ（アルコールのあるものとないもの）

洗剤（衣類・食器等）・石鹼

シャンプー・リンス

紙おむつ

生理用品（女性用）

ごみ用ビニール袋

ビニール袋（汚染されたごみの密封等に利用）

カセットコンロ

ボンベ

懐中電灯

乾電池