



日用品

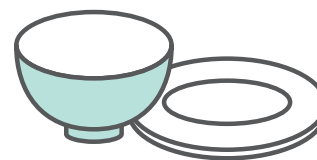
- | | |
|------------------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> ビニール袋 | <input type="checkbox"/> 食品用ラップ |
| <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ | <input type="checkbox"/> ティッシュ |
| <input type="checkbox"/> 裁縫セット | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> アイマスク・耳栓 | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> エアー枕 | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> 多目的ナイフ | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> はさみ | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> ヘアゴム・ヘアピン | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> くし・ブラシ | |

MEMO 

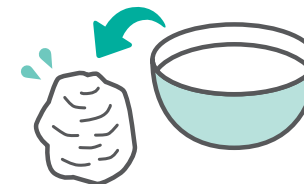
上記の中から、必要なものをご準備ください。足りないものは書き加えてください。

知って役立つ
マメ知識

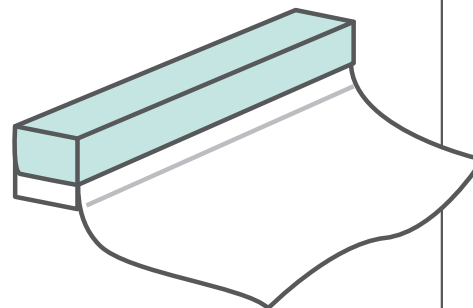
食品用ラップは 災害時の強い味方!!



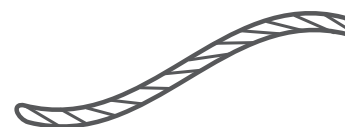
食器にかぶせると
節水に!!



丸めて少しぬらすと
スポンジに!!



止血や包帯代替りの
応急処置に!!



長く伸ばして
ねじると紐の代わりに!!

※3本で三つ編みにすると
さらに強度アップ



お腹には
新聞をあてて
ラップを巻くと
さらに効果的!!

手首やお腹に巻いて
防寒対策に!!