

在宅避難用 最新防災グッズ12選

NPO法人プラス・アーツ 2022/12/2

NPO法人プラス・アーツが独自の視点で選んだ「在宅での避難生活に役立つ最新防災グッズ」です。日用品と区別せずに置いておき、普段から使いながら補給する「ローリングストック法」がおすすめ。家族の人数に合わせて、必要数量をしっかりと備えておきましょう(各グッズの推奨個数は4人家族を想定したものです)。
 ※これらのグッズは、NPO法人プラス・アーツが独自のリサーチによって選定した参考商品で、各商品の機能を保証するものではありません。
 ※時期によっては価格が変わったり廃版になっている可能性がありますので、購入の際の「参考資料」としてご活用いただけますようお願いいたします。

品名	写真	メーカー名/商品名	解説	推奨個数 ※4人家族の場合	Amazon参考価格 2022/12/2	楽天市場参考価格 2022/12/2
からだふき ウエットタオル		ハイマウント 防災ウエットタオル からだふきポディタオル 20521(12枚入り)	水やガスが使えずお風呂に入れない避難生活の中で、体を衛生的に保つための必需品。防災用備蓄品として5年の長期保存が可能です。1人でも背中がふける大判サイズのウエットタオルです。無着色、無香料、ノンアルコール。	10パック (1ヶ月分)	817円	671円
水		ミネラル ウォーター	のどの渇きを感じたら、すでに「脱水」がはじまっている証拠。そうなる前に水分をとれるよう、水は1人1日最低2リットル、7日分程度を用意しておきましょう。	1日2リットル ×家族人数 ×7日分	1,179円 (2L×9本)	-
非常食		アマノフーズ フリーズドライ 雑炊にゆめめん 丼の具 カレー 詰合せセット 12食 セット	フリーズドライ食品は、以下の特徴があり有効です。 ①少量のお湯で元の状態に戻り、温かい食事をとることができる ②災害時に不足しがちな野菜の栄養素が摂れる(低カロリーなため副菜として) ③パリエーションが豊富で様々なメニューから好みの味を選ぶことができる 最初の2~3日は冷蔵庫や買い置きしている食材を食べたのぎ、3~4日目ぐらいからフリーズドライ食品などの非常食を取り入れましょう。	家族の人数 ×7日分	-	3,980円
カセットコンロ・ ボンベ		イワタニ カセットコンロ 達人スリム 品番:CB-AS-1	温かい食事のための必需品。カセットボンベとセットで備えておきましょう。	1家庭に1台	3,980円 (カセットコンロ)	3,999円 (カセットコンロ)
		イワタニ カセットガス オレンジ CB-250-OR 【3本セット×2】	1本で約60分使用可能です。中身のガスは変質しますが、缶が劣化するので6~7年で使い切る工夫をしてください。	15本 (1か月分)	2,010円 (ボンベ3本セット x2組)	1,650円 (ボンベ3本セット x2組)
クーラー ボックス		クールマン クーラーボックス エクストリームホイールクーラー 60QT 保冷力5日	停電で冷蔵庫が使えなくなったとき、保冷剤を入れて臨時の冷蔵庫に。災害時だけでなく、引っ越し時やキャンプなどでも活躍するアイテムです。	1~2個	17,400円 (クーラーボックス)	10,198円 (クーラーボックス)
		ロゴス 保冷剤 倍速凍結:氷点下1パックM	保冷剤は食材の上に置くこと、保冷効果を高めます。	クーラー ボックスに 合わせて	1,080円 (保冷剤)	1,188円 (保冷剤)
ポリ袋		日本技研工業 タフなゴミ袋 半透明 45L 50枚 ポリ袋 TA-5	汚れたバケツやダンボール、リュックに被せれば「水の運搬」に使えます。手づくりポンチョやサバイバルトイレの材料としても役立ちます。	200枚程度	643円 (50枚入り)	836円 (50枚入り)
		日本サニパック スマートキッチン 保存袋 Mサイズ マチ付き 半透明 50枚【5個セット】	手に被せると、応急手当時の感染防止になります。断水して水が出ないとき、食材を入れて調理すれば衛生的です。また、食器に被せれば洗う水の節約にもなります。	50枚程度	736円	708円
ラップ		旭化成 サララップ 30cm×50cm	食器に被せれば洗う水を節約できます。安い品だと熱いものを入れたときに溶けてしまうこともあるので、メーカー品がおすすめ。応急的に止血にも活用できます。	7~8本	1,439円 (2本)	-
新聞紙		新聞紙	折って食器にしたり、骨折時の添え木代わりにしたり、多用途に使えます。体に巻くことで防寒にもなります。サバイバルトイレを作る際、吸収材としても活用できます(新聞ではなく雑誌、チラシでも可)。	朝刊10日分 程度	-	-
		新聞紙 更紙 Kkoubo	印刷をしていない新品の新聞紙の更紙です。1枚の用紙サイズは、新聞紙2ページ分(サイズ810mm×545mm)。新聞紙は多用途に使用でき、日常生活においては、ペットシートや子どもの落書き用、梱包資材としても利用できます。	朝刊10日分 程度	2,450円 (約50枚、10kg)	2,450円 (約50枚、10kg)
携帯トイレ (シートタイプ)		総合サービス サンタクリンシリーズ トイレ処理袋 ワンズケア (ポータブルトイレ用) 品番:BS-140	地震で排水管が破損し汚水が室内に漏れ出てしまうことがあるため、管の安全が確認できるまではトイレは流さず、便器に携帯トイレを被せて使しましょう。この商品はオムツに使われている吸水シートと袋が一体になっており、洋式便器に被せるだけで簡単に使用できます。また、袋が自立するため便器なしでも用を足せます。	140個程度 (7日分)	2,776円 (20枚セット)	2,990円
携帯トイレ (タブレットタイプ)		エクセルシア 携帯トイレ ほつトイレ タブレット 50g×10袋 HTB-003	地震で排水管が破損し汚水が室内に漏れ出てしまうことがあるため、管の安全が確認できるまではトイレは流さず、便器に携帯トイレを被せて使しましょう。この商品は洋式便器に袋をかませ、用を足す前に錠剤を入れるタイプです。コンパクトなので、たくさん備蓄するのに有効です。	140個程度 (7日分)	2,200円	2,200円
LEDランタン		GENTOS(ジェントス) LED ランタン 【明るさ360ルーメン/ 実用点灯27~78時間/防滴】 エクスペローラー EX-V777D	向けた方向しか照らせない懐中電灯と違い、部屋全体を明るくできるため室内照明として有効です。リビング・キッチン・トイレ用に1個ずつあると便利です。※電池は別売り	最低3つ	2,464円	4,708円
ヘッドライト		エナジャイザー ビジョンHD+ヘッドライトLED 品番:HDL2005GR	片手がふさがる懐中電灯よりも両手が空くヘッドライトの方が、災害時に作業がしやすく有効です。	家族の人数 分	2,160円	2,499円
携帯ラジオ		パナソニック FM/AM 2バンドレシーバー 手回し充電ラジオ 品番:RF-TJ20	コンパクトで、乾電池がなくても使える手回し充電式ラジオです。USB電源で携帯電話・スマートフォンの充電が可能な多機能なものがおすすめ。※電池は別売り	1家庭に1台 常備	5,922円	7,800円
口腔ケア用 ウェット ティッシュ		和光堂 オーラルプラス 口腔ケアウェットティッシュ マイルド	災害後、水道が止まると歯みがきができなくなり感染症などにかかりやすくなるため、口腔ケアは必須です。この商品は、災害時に以下の3つの使用方法があり便利です。 ①歯をみがける/②お管やスプーンなどを拭ける/③手や体も拭ける 保存期間が3年なので、日常的に使いながらストックしましょう。	7本 (1か月分)	644円 (100枚入り)	560円 (100枚入り)
口腔ケア用 液体はみがき		サンスター 長期保存用 ガム・デンタルリンス 水のいらぬ 液体ハミガキ 250ml	災害後、水道が止まると歯みがきが出来なくなり感染症などにかかりやすくなるため、口腔ケアは必須です。この商品は、断水などにより水が調達できない状況でも、水を使わずに歯みがきができる液体ハミガキです。5年間保管でき、ひとり1本(1日3回使用)で約1週間使うことができます。	16本 (1か月分)	-	810円

地震 ITSUMO

NPO法人プラス・アーツ



Amazonで
ご購入



楽天市場で
ご購入