

1次持ち出し品 個別品目

必需品・貴重品		数量	チェック	
1	現金			
2	車や家の予備鍵			
3	予備メガネ、コンタクトレンズ			
4	預金通帳			コピーや番号の控えでも可。
5	健康保険証			コピーや番号の控えでも可、身分証明書になる。
6	運転免許証			コピーや番号の控えでも可、身分証明書になる。
7	パスポート			コピーや番号の控えでも可、身分証明書になる。
8	印鑑			
9	証書類			

女性用品		数量	チェック	
1	生理用品			傷の手当て等ガーゼの代用になる。
2	ホイッスル付きライト			LEDが望ましい。防犯用にもなる。
3	鏡			
4	ブラシ			
5	化粧品			
6	おりものシート			下着の代用になる。

高齢者用品		数量	チェック	
1	高齢者手帳			
2	おむつ			
3	着替え			
4	看護用品			

赤ちゃん用品		数量	チェック	
1	粉ミルク			
2	哺乳瓶			
3	離乳食			
4	スプーン			
5	洗淨綿			
6	バスタオル			
7	ガーゼ			
8	紙おむつ			
9	母子手帳			
10	玩具			
11	着替え			
12	ベビーカー			荷物運搬用にもなる。