

## Vật phẩm dự trữ dùng khi khẩn cấp (vật dụng không thể thiếu)

### Ví dụ các vật phẩm dự trữ dùng khi khẩn cấp

<b>Thực phẩm</b>	Hãy dự trữ thực phẩm đóng hộp và thực phẩm chế biến sẵn đóng gói, v.v... trong 3 ngày hoặc từ 7 ngày trở lên nếu có thể. Nếu gia đình có người gặp khó khăn trong ăn uống như người cao tuổi và trẻ em, người dễ bị dị ứng, v.v..., hãy chuẩn bị thêm loại thực phẩm phù hợp với họ.	<b>Đèn pin</b>	Chuẩn bị cho mỗi người một cái nếu có thể. Không được quên pin dự phòng (hoặc đồ vật có thể phát điện)
		<b>Radio di động</b>	Là loại radio gọn nhẹ, có thể nghe cả đài AM và FM. Gần đây, còn có loại có thể sạc bằng tay và loại có thể sạc bằng bộ sạc điện thoại di động, v.v... rất tiện lợi.
<b>Nước</b>	Tiêu chuẩn nước uống cho 1 người lớn/ngày là 3 lít, vì vậy hãy chuẩn bị sẵn nước cho 3 ngày hoặc từ 7 ngày trở lên nếu có thể. Sẽ tiện hơn nếu có bình chứa nước bằng nhựa để nhận nước được cung cấp.	<b>Đồ quý giá</b>	Một ít tiền mặt, bản sao thẻ bảo hiểm y tế, v.v... Cũng nên mang thêm tiền xu để sử dụng điện thoại công cộng.
		<b>Bộ dụng cụ cấp cứu</b>	Ngoài thuốc bôi vết thương, băng cá nhân, thuốc hạ sốt, thuốc cảm cúm, v.v..., bạn cũng phải chuẩn bị bản sao sổ cấp thuốc và thuốc.
<b>Nhiên liệu</b>	Bếp mini và nhiên liệu rắn, bình ga dự phòng, v.v...	<b>Dụng cụ</b>	Dây thừng, xà beng, kéo, cưa, v.v...
<b>Khác</b>	Mũ bảo hiểm, găng tay lao động, bật lửa, chăn, túi ngủ, thảm dã ngoại, dao, bộ vệ sinh xách tay, khăn giấy, chén bát, màng bọc, khẩu trang, túi giữ ấm dùng một lần, đồ lót, đồ dùng để ghi chép, v.v...		

### Hãy chuẩn bị sẵn những việc sau

#### Gia đình có trẻ sơ sinh

Sữa bột, bình sữa, thức ăn dặm, muỗng, tã, bông làm sạch, đai địu, khăn tắm hoặc chăn em bé, băng gạc, v.v...

#### Gia đình có phụ nữ đang mang thai

Bông thấm, băng gạc, đai đỡ bụng, đai chữ T, bông làm sạch và đồ dùng trẻ sơ sinh, khăn giấy, tấm lót bằng nylon, sổ theo dõi sức khỏe bà mẹ và trẻ em, v.v...

#### Gia đình có người cần được quan tâm đặc biệt

Quần áo để thay, tã, khăn giấy, sổ tay người khuyết tật, dự phòng dụng cụ hỗ trợ, thuốc thường dùng, mắt kính dự phòng, thông tin liên lạc khi khẩn cấp, v.v...

Phòng ngừa thảm họa

Ô đánh dấu

### Danh sách kiểm tra các vật dụng dự trữ dùng khi khẩn cấp (ví dụ)

Tên vật dụng	Ô ghi ngày kiểm tra	Tên vật dụng	Ô ghi ngày kiểm tra	Tên vật dụng	Ô ghi ngày kiểm tra
<input type="checkbox"/> Thực phẩm		<input type="checkbox"/> Mũ bảo hiểm, mũ trùm đầu phòng ngừa thảm họa		<input type="checkbox"/> Giấy vệ sinh	
<input type="checkbox"/> Nước (3 lít/ngày/người)		<input type="checkbox"/> Các loại dụng cụ (dây thừng, xà beng, xẻng)		<input type="checkbox"/> Khăn giấy (và khăn giấy ướt)	
<input type="checkbox"/> Nhiên liệu (bếp mini và nhiên liệu rắn, bình ga dự phòng)		<input type="checkbox"/> Găng tay lao động		<input type="checkbox"/> Chén bát đơn giản (đũa dùng một lần, đĩa giấy, cốc giấy)	
<input type="checkbox"/> Đèn pin (bóng đèn, pin dự phòng)		<input type="checkbox"/> Nến, đèn bão, bật lửa (diêm)		<input type="checkbox"/> Màng bọc, giấy bạc	
<input type="checkbox"/> Radio di động (pin dự phòng)		<input type="checkbox"/> Chăn, chăn bông, túi ngủ		<input type="checkbox"/> Túi nilon	
<input type="checkbox"/> Đồ quý giá, tiền mặt		<input type="checkbox"/> Thảm dã ngoại		<input type="checkbox"/> Đồ dùng vệ sinh cá nhân	
<input type="checkbox"/> Bản sao thẻ bảo hiểm y tế		<input type="checkbox"/> Dao, đồ khui đồ hộp, đồ khui chai		<input type="checkbox"/> Khẩu trang, túi giữ ấm dùng một lần	
<input type="checkbox"/> Bản sao sổ cấp thuốc và thuốc		<input type="checkbox"/> Bộ vệ sinh xách tay		<input type="checkbox"/> Máy trợ thính, mắt kính	

### Hãy ghi các vật dụng không thể thiếu của gia đình bạn

Tên vật dụng	Ô ghi ngày kiểm tra	Tên vật dụng	Ô ghi ngày kiểm tra	Tên vật dụng	Ô ghi ngày kiểm tra
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	