

### รายการสิ่งของที่ควรเตรียมพร้อมเมื่อเกิดเหตุการณ์ฉุกเฉิน

ควรนำสิ่งของต่อไปนี้ใส่ในกระเป๋าเป้เพื่อให้สามารถใช้มือทั้งสองข้างได้สะดวกและให้วางกระเป๋าเป้ไว้ในที่ที่สามารถหยิบออกจากบ้านได้ทันที โดยนำของที่จำเป็นสำหรับสมาชิกในครอบครัวใส่ในกระเป๋าแล้วลงสละพายดู และให้ตรวจเช็คสภาพสิ่งของภายในทุก 1 ปี น้ำหนักกระเป๋าที่เหมาะสมโดยประมาณสำหรับผู้หญิงคือ 10 กิโลกรัม สำหรับผู้ชาย 15 กิโลกรัม

#### รายการสิ่งของพื้นฐาน 32 รายการ (สำหรับผู้ใหญ่ 2 คน)

|                                                          |           |                                                    |                |                                                               |              |
|----------------------------------------------------------|-----------|----------------------------------------------------|----------------|---------------------------------------------------------------|--------------|
| <input type="checkbox"/> ถุงฉุกเฉิน                      | 1 ถุง     | <input type="checkbox"/> ถุงปฐมพยาบาล              | 1 ถุง          | <input type="checkbox"/> ผ้าห่มฉุกเฉิน (Emergency Blanket)    | 2 ผืน        |
| <input type="checkbox"/> ขนมห้างแบกรรจกระป๋อง (110 กรัม) | 2 กระป๋อง | ภายในถุงบรรจุสิ่งของดังต่อไปนี้                    |                | <input type="checkbox"/> ชุดห้อยน้ำแบบง่าย                    | 2 แผ่นขึ้นไป |
| <input type="checkbox"/> น้ำดื่ม (ขวดพลาสติก 500 มล.)    | 6 ขวด     | <input type="checkbox"/> แหวน                      | 1 อัน          | <input type="checkbox"/> ผ้าขนหนู                             | 4 ผืนขึ้นไป  |
| <input type="checkbox"/> ไฟฉาย                           | 2 กระบอก  | <input type="checkbox"/> ยาฆ่าเชื้อ                | 1 ขวด          | <input type="checkbox"/> ถุงพลาสติก                           | 10 ถุง       |
| <input type="checkbox"/> เทียน                           | 2 เล่ม    | <input type="checkbox"/> สำลี                      | ตามความเหมาะสม | <input type="checkbox"/> กระดาษชำระ                           | 1 ม้วน       |
| <input type="checkbox"/> ไฟแช็ค                          | 2 อัน     | <input type="checkbox"/> ผ้าก๊อซ(ผ่านการฆ่าเชื้อ)  | 2 ผืน          | <input type="checkbox"/> ทิชชูแบบเปียก                        | 2 กล่อง      |
| <input type="checkbox"/> วิทยุสำหรับพกพา                 | 1 เครื่อง | <input type="checkbox"/> พลาสเตอร์ยา               | 10 อันขึ้นไป   | <input type="checkbox"/> เงินสด(สำหรับหยอดตู้โทรศัพท์สาธารณะ) | 50 เหรียญ    |
| <input type="checkbox"/> มีดพับ                          | 1 อัน     | <input type="checkbox"/> ผ้าพันแผล                 | 2 ม้วน         | <input type="checkbox"/> เทปกา(ที่ทำจากผ้า)                   | 1 อัน        |
| <input type="checkbox"/> ถุงมือสำหรับงานช่าง/ถุงมือ      | 2 คู่     | <input type="checkbox"/> ผ้าสามเหลี่ยม             | 2 ผืน          | <input type="checkbox"/> ปากกาหมึกแบบกันน้ำ(แบบหัวใหญ่)       | 1 ด้าม       |
| <input type="checkbox"/> เชือก 5 เมตรขึ้นไป              | 1 เส้น    | <input type="checkbox"/> หน้ากากปิดจมูก            | 2 อัน          | <input type="checkbox"/> เครื่องเขียน                         | 1 ชุด        |
| <input type="checkbox"/> ผ้าพลาสติกสำหรับปูพื้น          | 1 ผืน     | <input type="checkbox"/> ยาสามัญ ยาโรคประจำตัว ฯลฯ |                | <input type="checkbox"/> ผ้าอนามัย                            |              |

#### รายการสิ่งของที่ควรเตรียมตามสถานการณ์ของบุคคลหรือครอบครัว

| <u>สิ่งของจำเป็น/ ของมีค่า</u>                                                              | <u>สิ่งของสำหรับทารก</u>                                                                                                   | <u>สิ่งของสำหรับผู้สูงอายุ</u>                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> กุญแจรถหรือกุญแจบ้านสำรอง                                          | <input type="checkbox"/> นมผง <input type="checkbox"/> ขวดนม <input type="checkbox"/> อาหารว่าง                            | <input type="checkbox"/> สมุดพกประจำตัวผู้สูงอายุ |
| <input type="checkbox"/> แว่นตาสำรอง/ คอนแทคเลนส์ ฯลฯ                                       | <input type="checkbox"/> อาหารสำหรับหย่านม <input type="checkbox"/> ช้อน <input type="checkbox"/> สำลีทำความสะอาด          | <input type="checkbox"/> ผ้าอ้อม                  |
| <input type="checkbox"/> บัญชีธนาคาร (สำเนา)                                                | <input type="checkbox"/> ผ้าเช็ดตัว <input type="checkbox"/> ผ้าก๊อซ <input type="checkbox"/> ผ้าอ้อมแบบกระดาษ             | <input type="checkbox"/> เสื้อผ้าสำหรับเปลี่ยน    |
| <input type="checkbox"/> บัตรประกันสุขภาพ (สำเนา) <input type="checkbox"/> ใบขับขี่ (สำเนา) | <input type="checkbox"/> สมุดพกประจำตัวแม่ <input type="checkbox"/> ของเล่น <input type="checkbox"/> เสื้อผ้าสำหรับเปลี่ยน | <input type="checkbox"/> ยาสำหรับโรคประจำตัว      |
| <input type="checkbox"/> หนังสือเดินทาง/ บัตรประจำตัวคนต่างด้าว (สำเนา)                     | <input type="checkbox"/> รถเข็นเด็ก <input type="checkbox"/> เป้ผ้าเด็ก <input type="checkbox"/> ผ้าห่ม                    | <input type="checkbox"/> แว่นตาสำรอง              |
| <input type="checkbox"/> กระดาษอธิบายสิ่งที่ต้องการความช่วยเหลือเป็นพิเศษ                   |                                                                                                                            | <input type="checkbox"/> อุปกรณ์ในการดูแลพยาบาล   |