

LISTA DE ARTÍCULOS DE EMERGENCIA

... Preparación para 3 días ...

Es sabido que las medidas de ayuda después de una calamidad suelen tardar unos tres días. Prepárese, por lo tanto, para sobrevivir durante este tiempo por sus propios medios. Los artículos de emergencia hay que prepararlos en una mochila impermeable e inflamable, que permita dejar las manos libres.

Pruebe a cargar la mochila de emergencia y asegúrese si le es posible caminar con ese peso. Lo normal es 15 kilos para hombre y 10 kilos para mujer.

Alimentos de emergencia y agua potable

- Agua potable :
La media para 1 día es 3 litros por persona. Es suficiente guardar El agua mineral de botella y también se puede comprar el agua mineral que se conserva 3 u 5 años.
- Alimentos :
Preparar alimentos para 3 días por lo mínimo, que no necesiten ser cocinados y sean posibles de almacenar, tales como galletas (kanpan), enlatados, chocolates, etc. Para los ancianos o enfermos, preparar suplementos nutritivos de tipo galleta y para el bebé no se olvide de preparar leche en polvo y tetera.

Artículos de emergencia

- Radio portátil :
Será necesario para obtener informaciones precisas. No se olvide de tener reserva de baterías de repuesto.
- Linterna :
No se olvide de colocar baterías de repuesto.
- Caja de primeros auxilios :
Prepare esparadrapo, gasa, vendas, paño triangular (sankaku-kin), antiséptico, medicamento contra fiebre, analgésico y medicamento para el estómago. Los enfermos crónicos no se olviden de sus medicamentos.
- Encendedor, fósforos y velas :
Meter en bolsas de plástico para protegerlos contra la humedad y agua.

y colocarla en la entrada de la casa (genkan-waki), puerta de la cocina (katte-guchi) o lejos de su casa. Es importante dejarla en un lugar donde se pueda recoger cuando los peligros del terremoto, inundación, vientos o incendio hayan pasado.