



災難供應品 核對單

水

- 為每人每日貯藏一加侖的水。
- 備妥淨化劑；僅使用含百分之 5.25 次氯酸鈉之家用漂白水。請勿使用有香氣、不會褪色、或加了清潔劑之漂白水。每加侖的水注入 16 滴的漂白水，拌勻並在 30 分鐘內不要使用。

食物

- 爲每人貯藏至少供 3 天不會腐壞的食物。選擇輕量和緊密的食品包裝，並每個六月循環供應一次。
- 隨時可吃的罐頭肉、水果和蔬菜
- 羹湯 – 肉清湯粒或乾的羹湯杯
- 舒解壓力的食物 – 糖餅乾、硬糖果
- 汁 – 罐裝、粉狀或結晶
- 提高精力的食物 – 花生醬、乾果、天然雜食等。
- 牛奶 – 粉狀或罐裝
- 調味品 – 糖、鹽、胡椒粉
- 煙燻或乾的肉 (咀嚼肉乾)
- 維他命

方非處方藥物

- 阿斯匹靈或不含阿斯匹靈的止痛藥
- 抗酸劑
- 潟藥
- 擦用酒精
- 防菌劑或雙氧水
- 抗腹瀉藥
- 催吐劑 (誘發嘔吐)
- 洗眼水
- 活性炭

急救用品

- 各樣尺寸的消毒膠黏繃帶
- 3 吋寬消毒紗墊 (8-12)
- 2 吋寬消毒紗墊 (8-12)
- 減低過敏性的膠黏帶
- 濕紙巾 (8-10 包裝)
- 不易破的溫度計
- 舌頭檢查匙和木條
- 管裝的凡士林或其他的滑潤劑
- 清潔劑 – 肥皂 (抗菌)
- 剪刀
- 針
- 鑷子
- 安全刀片
- 一塊肥皂
- 消毒噴劑
- 不易破溫度計
- 各式各樣尺寸的安全別針
- 乳膠手套

工具與用品

- 餐具或紙杯、盤、塑膠器皿
- 乾電池收音機和額外的電池
- 現金、零錢、旅行支票
- 萬能刀子
- 滅火器 – 小罐裝／ABC 類火警
- 防水包裝的火柴
- 塑膠貯藏容器
- 鋁箔紙
- 信號火把
- 針、線
- 關閉煤氣和水的扳鉗
- 防塵面罩和工作手套
- 家庭緊急狀況計劃
- 手電筒和額外的電池
- 不用電的開罐器
- 帳篷(小型、輕量)
- 膠帶
- 挾剪
- 羅盤
- 紙、鉛筆
- 內服藥滴管
- 口哨
- 塑膠布 (蓋布)

下頁續.....

衛生用品

- | | |
|-------------------------------------|------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 衛生紙、紙面巾 | <input type="checkbox"/> 肥皂；液體洗潔劑 |
| <input type="checkbox"/> 女性用品 | <input type="checkbox"/> 私人的衛生物品 |
| <input type="checkbox"/> 塑膠垃圾袋／綁帶 | <input type="checkbox"/> 消毒劑 |
| <input type="checkbox"/> 小鏟子以挖掘臨時廁所 | <input type="checkbox"/> 有緊密蓋子的塑膠桶 |
| <input type="checkbox"/> 家庭用氯漂白水 | |

衣服與床單

包括至少一個人用的全套更換衣服和鞋物。

- | | |
|------------------------------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 堅固的鞋子或工作靴 | <input type="checkbox"/> 雨衣 |
| <input type="checkbox"/> 毛毯或睡袋 | <input type="checkbox"/> 帽子和手套 |
| <input type="checkbox"/> 保溫內衣褲 | <input type="checkbox"/> 太陽眼鏡 |

特別物品

記得有特別需要的家庭成員，如：嬰兒、老年人或殘障者。

嬰兒用

- | | |
|------------------------------|-----------------------------|
| <input type="checkbox"/> 人造奶 | <input type="checkbox"/> 奶瓶 |
| <input type="checkbox"/> 尿布 | <input type="checkbox"/> 藥品 |
| <input type="checkbox"/> 奶粉 | |

成人用

- | | |
|---|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 心臟和高血壓藥物 | <input type="checkbox"/> 胰島素 |
| <input type="checkbox"/> 處方藥 | <input type="checkbox"/> 假牙用品 |
| <input type="checkbox"/> 隱形眼鏡和用品 | <input type="checkbox"/> 後備的眼鏡 |
| <input type="checkbox"/> 適合孩童的遊戲；適合成人的書 | |

重要家庭文件

將這些記錄儲存在一防水、手提式容器內。

- | |
|---|
| <input type="checkbox"/> 遺囑、保險單、合同、契約、股票及債券 |
| <input type="checkbox"/> 銀行帳戶號碼 |
| <input type="checkbox"/> 護照、社會安全卡、免疫記錄 |
| <input type="checkbox"/> 信用卡帳號和公司 |
| <input type="checkbox"/> 家庭物品的庫存清單；重要電話號碼 |
| <input type="checkbox"/> 家庭記錄、出生證明書、結婚證明書、死亡證明書 |

緊急電話號碼：

區域外聯絡資料：	姓名： 地址： 電話(日間)： 電話(晚間)：
本地聯絡資料：	姓名： 地址： 電話(日間)： 電話(晚間)：
警察局	
消防局	
醫院	
家庭醫生	
家人工作電話	母親 父親 其他家人

重聚地點

在你的區域範圍內：_____

在你的區域範圍以外：_____