12　緊急避難包必需品

緊急避難包應準備物品

緊急避難包應放置家中及工作場所隨手可拿到的地方，避難包內的必需品，應隨時檢查更新，至少每半年 1 次。

建議必需品

緊急糧食：

飲用水、防災食品、餅乾、真空速食食品等。

在緊急情況下，最好是準備足夠三天食物是比較安全。每人最好準備 3 公升的礦泉水。

有嬰兒的家庭應準備奶粉、嬰兒食品、奶瓶等。

禦寒保暖衣物：

輕便外套、內衣、襪子、毛巾、手套(橡膠手套)、雨衣、小毛毯、暖暖包等，如果有小型睡袋，在可背負範圍內，也可一併帶出。

有嬰兒的家庭要記得帶尿布，嬰兒背帶最好也放在出門可隨手拿得到的地方，一併帶出。

醫療及清潔用品：

優碘、棉花棒、紗布……等急救用品、溫度計、肥皂、面紙、濕紙巾、衛生棉及醫藥（每日服用藥及常用藥等，要注意藥品保存時效及保存方式）等。

貴重物品：

身份證、健保卡及存摺影本，其他合法證明重要證件影本、另需要少許現金，最好準備些零錢，因為可能會使用到公共電話或自動販賣機。

其他：

如哨子、防災地圖(可至內政部消防署或各直轄市、縣(市)政府網站下載)、可攜式收音機、手電筒、電池、打火機、瑞士刀、開罐器、筆和紙、繩索……等，準備備用電池時，請注意您準備的是否是符合您要使用的電器的電池。

注意：

外出避難時，要記得穿上鞋子，以防路上碎石、玻璃刺傷。

請和您的家人討論，有那些東西是一定要放在避難包裡的，而且是個人可以背負得動的，另外家中長輩及小朋友，最好也準備一份，但要考慮是可背得動的，而且是維生必需的。

資料來源：內政部消防署