

# 災害支援ナースの活動の準備

## 参考: 各自で準備する携行品

※ 以下のリストを参考に、各自必要な物を派遣される日数に応じて準備してください。

※ 以下のリストは、第1陣に現地支援入りされる場合を想定しています。

前の班との引き継ぎにより、携行品の調整を行ってください。

※ 自己完結で、滞在・活動できる身支度を整えてください。

※ 携行品の準備にかかる費用については、自施設担当部署に相談してください。



物品名		チェック	物品名		チェック	
支援活動に必要なもの	身分を証明するもの		生活に必要なもの	衣	トレーニングウェア	
	・資格免許のコピー				スラックス	
	・身分証明書				長袖シャツ	
	・看護協会会員証				ソックス	
	・保険証のコピー				運動靴（はき慣れた靴）	
	・運転免許証				着替え（生理用品）	
	災害支援ナース登録証			動きやすい服装		
	ゴム手袋			防寒具		
	軍手			食	携帯食	
	ウェットティッシュ				非常食	
	筆記用具				糖分補給用食	
	懐中電灯・ペンライト				ビタミン・カルシウム食品	
	時計（秒針付き）				飲料水	
聴診器		住	寝袋			
ハンドブック（旧災害支援ナース用）			洗濯道具			
自分を守るためのもの	予防衣（エプロン）			タオル		
	マスク			洗面用具		
	手指消毒薬（ウエルパスなど）			トイレットペーパー		
	常備薬（風邪薬, うがい薬, 目薬など）			ビニール袋		
	使い捨てカイロ			現金・小銭		
	帽子		情報源と物し	携帯電話		
	虫除けスプレー			充電器		
	吸熱シート			モバイルバッテリー		
	携帯袋（リュック、ウエストポーチ等）			フリーWi-Fi		