

チェックリスト

毎年1回このページをコピーして、チェックしましょう。ご自分のチェック項目を追加しましょう。

EX.48受領時

- ☐ マニュアルを読む
- ☐ 家族防災会議を開く
- ☐ 緊急連絡カードに記載
- ☐ 緊急時の遠隔地連絡先を決定
- ☐ 避難経路を確認
- ☐ 防災用品の使用方法・機能確認(1ヶ月確認も)
- ☐ 追加防災用品の選定・購入
 - ☐ 食品・水
 - ☐ カセットコンロ・ボンベ
 - ☐ 高齢者用品
 - ☐ 女性・妊娠女性用品
 - ☐ 乳幼児用品
 - ☐ 車載用緊急避難セット ※1
 - ☐ オフィス・学校用緊急避難セット ※1
 - ☐ 常時携帯緊急避難セット ※2
 - ☐ オイルかいる
 - ☐
 - ☐
 - ☐
 - ☐

家屋の災害対策

- ☐ 建物の耐震性をチェック・補強
- ☐ 塀やブロックの耐震性をチェック・補強
- ☐ 家具の固定
- ☐ 背高家具の寝室からの撤去
- ☐ 食器棚などの扉のロック
- ☐ 窓に飛散防止フィルムを張る
- ☐ お風呂の常時水張り
- ☐ 避難通路の確認・確保
- ☐ 現金・貴重品の常時持出準備
- ☐ 常備薬・緊急薬の準備、更新
- ☐ 車に予備品を搭載
- ☐ 出口をふさぐ物を撤去
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐

※1 車載用緊急避難セット及びオフィス・学校用緊急避難セット 内容物

①多機能自家発電ユニット②簡易トイレセット(3枚入)③雨衣④軍手・笛・ロープセット⑤長期保存甘味物⑥長期保存飲料水500ml⑦収納ポーチ⑧ガーゼ付き救急絆創膏(5枚)⑨マスク(3枚)⑩ライター⑪ポケットティッシュ⑫ボールペン付きメモ帳⑬アルミシート⑭ゴミ袋⑮タオル⑯多機能ツール⑰体温計⑱内容物一覧⑲防災マニュアル

※オフィス・学校用緊急避難セットには、上記に加えカッター、裁縫セットが含まれます。

※車載用緊急避難セットには、上記に加え緊急用ハンマー、車内残置用伝言板が含まれます。

※フード付きナップザックが標準付属のモデルもあります。

※2 常時携帯緊急避難セット 内容物

①ミニポーチ②カラビナ③ポリ袋④笛・コンパス付きLEDライト⑤氷砂糖(2粒)⑥ガーゼ付き救急絆創膏(2枚)⑦マスク⑧ガーゼタオル⑨ポンチョ⑩使い捨て下着⑪体温計⑫手鏡付き裁縫セット⑬防災マニュアル

EX.48サバイバルローラーバッグ 総発売元

健康・快適を世界から
METEX
 株式会社 メテックス
 〒106-0044 東京都港区東麻布 3-3-9
 アネックス麻布十番オフィス 3階
 TEL03-3589-3300 www.metex.co.jp/

ー 本製品や防災用品に関するお問い合わせは下記まで ー

お客様ご相談室

TEL:03-3589-4555
 (土・日曜、祝祭日・年末年始を除く平日9:15~17:15)
 FAX:03-3589-5500 (24時間受付)
 E-mail:metex-master@metex.co.jp



EX.:EXODUS(大脱出)の略語。
 災害時に無事に避難・脱出するための、
 当社防災用品の共通ブランドです。
 本商品を含め、100種類以上の製品を
 用意しております。

緊急連絡カード作成例

緊急連絡カードを作成し、カバンなどにいつも入れておきましょう。

緊急連絡カード	名前	保護者名	名前	保護者名	
		連絡先		連絡先	
	住所	勤務先/学校名	住所	勤務先/学校名	
		緊急連絡先(親戚、知人等)		緊急連絡先(親戚、知人等)	
	生年月日	年 月 日	生年月日	年 月 日	
	性別・血液型	男・女 型		性別・血液型	男・女 型



EX.レディースDX <本体・内容物リストと使用方法>

Copy right
不許複製

商品名称赤字は受取時以降、
3年経過後、交換必要

商品名称青字は受取時以降、
1ヶ月に1回、機能確認必要

改良・改善や災害時の商品不足等の為、お届けした商品の本体や内容物が、本リスト記載の商品と違う事がありますが、基本性能は同等又は同等以上の商品をお届けしておりますのでご了承下さい。
 食品の賞味期限は最低3年間を保証していますが、製造ラインの都合上、期限が統一されていないことがあります、ご了承下さい。変更した商品の詳しい仕様などは、当社ホームページに掲載しています。

重要

本商品を受け取ったら、すぐに内容物が揃っているか・機能製品が動作するか・商品が使用できるか・賞味期限があるかを確認。
 いざと言う時、使い方が判らない、内容物が機能しない、充電切れで使えない等で困らないよう、点検・事前準備して下さい。
 本商品は、災害発生直後、1人が48時間程度しのげる必需品を厳選し、素早く持ち出せるローラーバッグに収納。現在の内容物に、家族構成・個人の嗜好等に合わせた用品を、バッグが重くなりすぎない範囲で追加。特に食料・水は別場所の保管も含め、多めに準備・保存。

● **長期保存飲料水**：500mL 2本。状況によっては、小容量の瓶が複数となる事がありますが、合計 1Lを提供します。

● **長期保存主食**：2食分。高齢の方・乳幼児にも食べやすく、水分もあるレトルトのおかゆが原則ですが、フリーズドライ食品等の代替品となる事もあります。

● **長期保存副食**：2袋。ハンバーグや筑前煮、甘露煮豆等、レトルトタイプの多種の副食が原則ですが、フリーズドライ食品等の代替品になる事もあります。

● **長期保存甘味物**：1袋。氷砂糖又は同等の甘味物になる事もあります。甘味物はエネルギーを回復し、元気を出すのにとても役立ちます。



(1) ローラーバッグ／1個

引いて転がす・肩掛け・背負う、どんな運び方もできます。背負う時に背中を汚さない車輪カバー付き。広幅V字型リフレクター付きで夜間も安心。貯水容量最大約28L(運搬時約23L)の本体一体型の大型防水貯水タンクは、給水車から生活用水など大量の水を運ぶのにとても便利(ハンドルはストッパーの無いタイプですから押し転がしは出来ません)。



(4) 多機能(ラジオ・ライト・携帯他外部機器充電・サイレン)自家発電ユニット／1個

災害時の停電時でも、クランクを回すだけで5種類もの多機能を発揮。商品受け取り時及び1ヶ月に1回、3～5分クランクを回し、機能確認とメンテナンス充電を実施、いざという時に備えて下さい。



(5) 笛・コンパス付きLEDライト／1個

ライトのヘッドを時計周りに回すと点灯、反時計周りに回すと消灯。初回はライトのヘッドを反時計周りに回して蓋を開け、電池の絶縁シートを外す。電池は自然放電するので、本体に収納されている電池と別に予備電池1セット(4個)をポーチに常に携帯。

テスト用(本体収納)・予備用ボタン電池(LR41) 各4個
 [材質] 本体：アルミニウム、チェーン：スチール [連続使用時間(約)] 20～30時間

<コンパス機能について>

本製品のコンパスは戸外において、ある程度の目安の方位を知るためのツールです。コンパスはパソコンや電気製品、その他などから発生する磁気の影響を受けるため室内では正しい方位を示しません。また、戸外であっても高圧線の近辺や地磁気の影響が大きいところでは正しく方位を示しませんので、使用にあたっては使用環境に十分にご留意の上で使用下さい。

(2) 加熱袋／1袋・発熱剤／1個

発熱剤を加熱袋に入れ、水を加えると水がお湯になり、中の食品を温めます。温めたお湯は寒い時の湯たんぽ代わりになります。高温の蒸気に注意。



(3) フォークスプーン／1本

おかゆや食品を食べるのに使いやすいフォークスプーン(ポーチ入り)。



(6) 一体型フード付きナップザック／1個

風雨に強い撥水素材採用、独自の一体型フード付きですから、傘や帽子がない時に便利です。他の人にも貸してあげられます。夜間の視認に安全なリフレクター付き。



(7) 簡易・携帯トイレセット(ポリバッグ・凝固剤)／3セット

女性も安心の、災害時や野外活動の必需品。
 ※災害発生時や需要急増時にも商品を確保する為、同等品を2種類用意しております。更に需要逼迫の際には、他の同等品をお届けする事があります。

●EX.簡易・携帯トイレセット：
 ポリバッグをトイレや、ポリバケツ等にセットし、排泄後、凝固剤で固め、臭いを減少させ、簡単に廃棄できます。



(8) 使い捨てライター／1個

ローソクの着火等に便利(ポーチ入り)。



(9) 包帯／1個

使いやすく、巻きやすいストレッチタイプ(ポーチ入り)。



(10) ガーゼ付き救急絆創膏／6枚

ちょっとした切り傷、擦り傷に(ポーチ入り)。
 材質/[パッド]:不織布、ポリオレフィンフィルム [粘着テープ]:軟質塩化ビニル



(11) 軍手・笛・ロープセット／ 1 セット
軍手は避難時に必ず着用。笛は、居場所を知らせたり、危険を知らせる時に役立ち、ロープはシートを吊るしたり、洗濯物を干す時に便利。



(12) マスク／ 2 枚
災害後の粉塵、煙からのどを守ります。又災害時に発生する疫病の感染予防にも（ポーチ入り）。
材質／不織布



(13) 除菌ウェットティッシュ／ 1 袋
水が使えない、手が洗えない時の消毒や汚れ拭きに便利。



(14) 体拭きシート／ 1 袋
入浴出来ない時、汗をかいた時などの汚れ拭きに便利。



(15) 水のいないドライシャンプー／ 1 本
水なしで使用可能。タオルやコットン等に液を含ませて髪や体を拭いて汚れを落とします。



(16) 洗浄ビデ／ 1 個
デリケートな部分の洗浄に。水を入れてノズルを調節し使用可能。キャップはペットボトルにも取り付け可能。



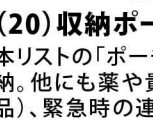
(17) タオル／ 1 枚
汚れや汗を拭く等の基本用途に加え、強く縛って止血をする、首筋に巻いて体温の低下を防ぐ、下着代わりにする、工夫をすれば様々な用途にお使い頂けます。



(18) アルミシート／ 1 枚
寒さから体を守る保温機能、雨でもぬれない防水機能は、災害時の必需品。



(19) ゴミ袋／ 2 枚
ゴミの保管だけでなく、切って開けば大きなシートになり、目隠しや、風除けに活用。濃色ですから、プライバシーも確保。
材質／ポリエチレン



(20) 収納ポーチ／ 1 枚
本リストの「ポーチ入り」と記載された商品を収納。他にも薬や貴重品（現金は非常時の必需品）、緊急時の連絡先など濡らしたくない物を入れて下さい。
材質／ポリエチレン



(21) 歯ブラシ／ 1 セット
避難生活の必需品。歯磨き粉付き（ポーチ入り）。
材質／PET



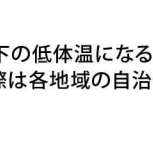
(22) 体温計／ 2 シート
携帯しやすい超薄型。測定範囲35.5～40.4℃（ポーチ入り）。
材質／PET



(23) オールインワンクリーム／ 1 本
1 本で化粧水、乳液、美容液、クリーム機能を備えているので、簡単にお手入れが出来ます。



(24) ヘアブラシ／ 1 本
身だしなみを整えるのに使用。折りたたみ式なので携帯に便利（ポーチ入り）。
材質／ポリエステル、綿、ポリウレタン



(25) 生理ナプキン／ 6 個
災害のショックで生理不順になっても安心。



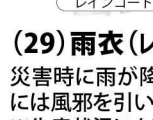
(26) 生理用下着／ 1 枚
生理期間をより快適に過ごすためのショーツ。生理時だけでなく普段もお使い頂けます。
材質／コットン



(27) 使い捨て下着／ 2 枚
洗濯が出来ず、下着が不足した時に便利。ウエスト95cmまで対応、男性も使用可（ポーチ入り）。
材質／不織布



(28) 靴下／ 1 足
寒さ対策は足元から。非常時には手にはめて手袋として、また貴重品などを入れるポーチとしても重宝。
材質／ポリエステル、綿、ポリウレタン



(29) 雨衣（レインコート又はポンチョ）／ 1 枚
災害時に雨が降ってきたら最悪ですし、寒い季節には風邪を引いてしまいます。
※生産状況により、どちらかの商品をお届けします。
材質／ポリエチレンビニールアセテート



(30) 手鏡付き裁縫セット／ 1 個
手鏡は、孤立した時に太陽光に反射させ居場所を知らせる時の必需品。災害時にも身だしなみを整えるのに役立ちます（ポーチ入り）。
材質／ポリエステル、綿、ポリウレタン



(31) ボールペン付きメモ帳／ 1 セット
記録をつけたり、掲示板に用件等を張り出す為の必需品。

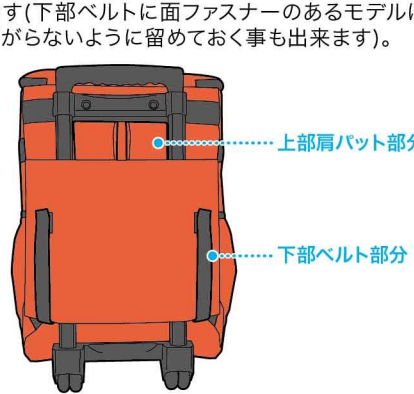


(32) 防災マニュアル・電話会社災害伝言リスト
災害予防、準備、発生時の対応等を簡潔に記載されていますから、ぜひお読み下さい。

EX. サバイバルバッグ取扱説明書と注意事項（大切に保管して下さい） <取扱方法>

バックバックストラップの取り出し・収納方法（ニューコンパックを除く）

- ローラーバッグを引く際に、バックバックストラップが邪魔になる場合は背部ポケットにしまう事が出来ます。
- ストラップ上部を持ち、背部ポケットに入れて下さい。ストラップの長さが短く、収まりが悪い時はストラップを緩めて長くすると入れやすくなります。
- 完全にストラップを背部ポケットに納めてしまい、時には、ストラップを全て緩め、上部肩パッド部分から下部ベルトを外して下さい。上部肩パッド部分、下部ベルト部分を別々に背部ポケットに入れる事が出来ます（下部ベルトに面ファスナーのあるモデルはぶら下がるように留めておく事も出来ます）。



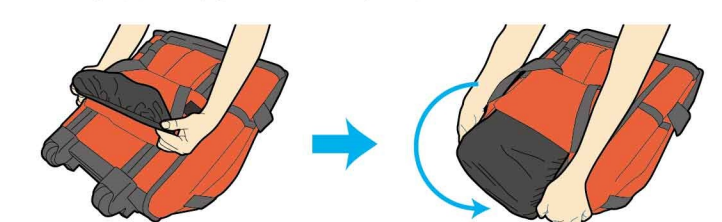
貯水タンクの取り出し・収納方法（ニューベシーックを除く）

- バッグを開き、4箇所の面ファスナーを外すと貯水タンクを取り出せます。
 - 収納するときは逆の手順で戻します（しっかり面ファスナーで固定されているか確認して下さい）。
- ※ スーパーグランデのみ、貯水タンクの水を漏れにくくするジッパー付きカバーが付いています。



タイヤカバーの使用方法（ニューコンパックを除く）

バッグ裏側の底面に泥除けの車輪カバーが収納されていますから、背負う時には引き出して、車輪にかぶせてご使用下さい。



一体型フードの使用方法（ニューコンパック・ホームセーフホーム及びドライブセーフホーム）

ニューコンパックと、ホームセーフホーム・ドライブセーフホームのショルダータイプ及びバックバックタイプ両モデルには、バッグ本体に一体型フードが内蔵されていますので、裏側のチャックを開けて取り出し、必要に応じてご使用下さい。



ご 注 意 事 項

「ローラーバッグ」

- バッグや内容物を火気や高温になるものに近づけないで下さい。内容物が入っている時は、出来るだけ温度変化が少なく、直射日光の当たらない場所で保管して下さい。
- バッグを雨中に放置しないで下さい。濡れた時は乾いた布でよく拭き、陰干しして下さい。
- 本モデルのハンドルには高さ調整のストッパー機能はありませんので、押して転がす事は出来ません。ご使用の際は、ハンドルを最後まで伸ばした状態で、引いて転がしてご使用下さい。ハンドルは軽く押すだけで引っ込みますから、ハンドル部に手を突いたり、寄り掛かったりしないで下さい。又ハンドルを下げる時は、上から手のひらで押して収納し、シャフト部分やシャフトと本体の間に手や指をはさまないようご注意下さい。
- 車輪は素材の性質上、使用頻度や路面状況により経年劣化が進みますので、定期的に点検して下さい。車輪に砂や異物が付着すると、故障の原因になりますから、定期的にお手入れして下さい。
- 非常時で急いでいる時以外は、階段やエスカレーターを昇り降りする時は、バッグ本体の取っ手又は肩ひもを持って、バッグを持ち上げて昇り降りして下さい。又、ハンドルを引っ張って転がして昇り降りしないで下さい。

- ローラーバッグ（※ストッパー付きモデルに限る）を階段を使って降る時は、図のようにハンドルを手に持ち、本体を下にして一段ずつ降ると、重いバッグでもあまり負担なく降れます。その際、片方の手で手すり等を持つようにして下さい。



「防水貯水タンク」

- 本体一体型の防水貯水タンクの中に尖ったものや、硬い凸凹のあるものを入れると、貯水タンクを傷つけ、水が漏れるようになりますからご注意下さい。もし水が漏れた時は、ビニールシート（又はEX、セット付属のゴミ袋）を中に敷けば、応急の貯水タンクとして使用できます。
- 貯水タンクは、食品仕様ではありませんから、飲料水や包装されていない食品等の長期保存には適していません。又、貯水タンクに溜めた水は、飲用以外の生活用水としてだけご使用下さい。
- バッグを開けた時にビニールの臭いがする事がありますが、これは通常の状態です。ビニール臭は保管環境、個人の感覚によって異なりますが、人体への悪影響はありません。気になる方は、バッグのフタを開け、風通しの良い所に1～2週間程度放置すれば自然に臭いはなくなります。

●35℃以下の低体温になると、急速な気力・体力の低下を招きます。内容品を活用して、体温の低下を防いで下さい。
●廃棄の際は各地域の自治体の廃棄区分に従って下さい。

●ご不明の点やご質問、又バッグの内容物に関するお問い合わせは、裏面に記載されている総発売元までお問い合わせ下さい。