新型コロナウイルス対策　　金沢エコライフくらぶ

宿泊療養のための準備リスト

いつだれが発症してもおかしくない状況となったいま、不測の事態に備えて宿泊療養バッグを準備しておきましょう。他県市の準備品を調べ、石川県指定ホテルで働いている方に確認して、必ず持参しなければならない物、あると便利な物をまとめました。リストを参考に、緊急事態になっても慌てずにすむよう日頃から備えておきましょう。

	宿泊施設に備えてある物	各自で持参する物	あると便利な物･各自の必需品
寝具	・枕、寝具 ・シーツ(2 週間分)		
家電	・冷蔵庫　・電気ポット ・テレビ ・無料 wifi	・スマートフォン、携帯電話 ・充電器 ・パソコン、タブレット	・延長コード ・ゲーム機 ・DVD 再生機、DVD
洗面具	・トイレットペーパー ・シャンプー・リンス ・ボディソープ ・ハンドソープ	・バスタオル　数枚 ・フェイスタオル　数枚 ・歯ブラシ　・歯磨き ・浴用石けん　・化粧品 ・ボックスティッシュ	・愛用のシャンプー・リンス ・入浴剤　・ナイロンタオル ・義歯用洗浄剤　・髭剃り ・爪切り・耳かき ・生理用品
衣類		・パジャマ ・日常着（スエット上下など） ・下着　数枚・靴下 ・着替え　数枚 ・羽織るもの	・ひざ掛け
洗濯		・洗濯洗剤　・洗濯バサミ	
コロナ	・消毒用アルコール ・パルスオキシメーター ・体温計・ごみ袋	・マスク　数枚	・冷却シート ・ポリ袋（大・小）
食事	・弁当（３食/日）アレルギー対応 ・お茶・水 ・マグカップ	・箸・先割れスプーン・お椀 ・コーヒー・ティーバッグ ・食器洗剤・ふきん・ラップ	・菓子・ドライフルーツ ・野菜ジュース ・インスタント味噌汁・スープ ・ふりかけ・お粥・カップ麺
その他		・雑誌　・書籍 ・筆記用具　・メモ用紙 ・室内履き（スニーカーなど）	・服用中の薬　・お薬手帳 ・メガネ・コンタクトレンズ ・運動グッズ

※所定の部屋に弁当、飲料を取りに出るときはマスク着用、室内履きで。

※移動、運搬は自力で行うため、運べる量にまとめましょう。

※家族や友人に施設受付まで不足品を届けてもらうことは可能です。

２０２１．５．