

地震應急材料包
儲存汽車內或桌子內
(計劃夠自己三天用)

水：這是最重要的項目。你需要飲水，用水急救，和服藥。記得為每人每天儲存一加侖水。在你的應急材料包內，最少應有一加侖的水。水應用密封的容器裝載，放入盒內或黑色的袋裡，以防陽光。你可以在露營貨品商店內購一盒錫紙或罐裝的水。

配方藥物：隨身攜備最少三天你必須服用的配方藥物。每星期輪換一次，確保藥物不會過期。此外並應包括任何你經常使用的藥物：滴鼻水、抗組胺、防過敏藥物、腹瀉藥物和消化不良藥物。

照明：一支化學的燃光棒，可以保存長久及提供無火星的光源。配備耐久電池的電筒，或在確定所在地點沒有漏煤氣或汽油後，可燃點長燃的蠟燭。不要依靠用一般電池的常用電筒，因為在汽車的熱度下電池電力很快消散。你可以考慮在露營貨品商店購買一支電氣燈，附上汽車的打火機。

食物：食物在心理上是重要的，並可保持你的血糖度，避免頭暈或有震顫的感覺。有糖尿病、心臟病、或其他健康問題的人士，應向醫生查詢在應急材料包內應包括什麼食物。一般健康的人士，應選一些像餅乾、花生醬、水果包、布甸、燕麥餅、乾果和一份量之罐裝果汁等。計劃每天服食四次，每次小量。避免高度糖份的食物例如糖或汽水，因為它們會令你口乾。避免酒精。

收音機：汽車的收音機是你收聽緊急廣播的來源。找一張你居住、工作和開車前往或經過各地點之 EBS/EAS 電台的名單。將名單保留在汽車前面的隔箱內和應急材料包內。你同時應在工作間備有一個用電池操作的小收音機。記得每六個月更改電池一次，即使沒有用收音機。

緊急毛氈：在露營貨品商店內有 Mylar (聚酯薄膜) 氈出售。亦可以用保暖的毛氈代替。

急救用品：包括不同大小的貼膠布、抗菌膏 (Neosporin、Bacetracin 等)、灼傷膏、一卷紗布、大紗布塊、急救貼帶、剪刀、懸帶或止血帶、扣針、針和粗線、火柴、洗眼藥、阿士匹靈、和化學的冰袋。

個人護理及衛生用品：一盒濕紙巾或類似的產品、小瓶的松木油或其他消毒劑、六個大的膠袋供處理衛生和棄置廢物用、一盒紙巾、一卷廁紙、用做馬桶的膠桶。(較小的物件可放入封口的垃圾袋再放入膠桶內)。

可以考慮的額外物品：牢固的鞋 (特別是上班穿的鞋如不適合走路用)、冷衫或外套、帽／太陽帽、漱口水、女性衛生用品、哨子 (用來吸引注意和求救)、繩索、鉛筆和拍紙簿。

油缸汽油存油不可少於一半：汽車的收音機和暖氣，可能會救回你一命。但沒有汽油你無法啓動汽車的配件和使電池充電。如你在荒僻的地方，或在高速公路上，或離家尚遠，有足夠汽油存量是重要的。所以應經常入滿汽油。在地震後油站因電力未恢復可能有數天無法用泵供油，而一旦可用泵之後，汽油因人們恐慌而會很快被搶光。記得切勿放一罐汽油在車箱內！那是一個炸彈！