



どうする



防災

2023年8月号

和合町自主防災隊

今月の「どうする」は、「赤ちゃん連れの避難」

1. 抱っこ紐を使おう

大きな災害が起きたとき、ベビーカーに赤ちゃんを乗せて避難することはとても危険です。

2. リュック型の非常持ち出し袋を準備しましょう

両手は開けておきましょう。

3. 赤ちゃん用の食料

最低3日分。水は粉ミルク用に多めに用意しておきましょう。

4. 紙おむつ

使用済みおむつ用のビニール袋も一緒に準備しておきましょう。

5. おしりふき

水が出ない場合もあります。多めに準備しておきましょう。顔や体を拭くことにも使えます。

6. 非常用の液体ミルク

普段は母乳という場合でも災害時のストレスで母乳が出なくなる場合があります

7. 赤ちゃんのおもちゃ

気を紛らすための大好きなおもちゃを一つ準備しておきましょう

8. バスタオルや、授乳ケープ

授乳室がない場合もありますので、準備しておくで安心です。



赤ちゃんのいる人は外出時にママバッグに赤ちゃん用の必要なものをいつも入れていると思います。外出から帰ったら、使ったおしめなどをママバッグにすぐ補充する癖をつけておくと、いざというときにママバッグが赤ちゃん用の非常持ち出し袋にもなります。食べなれた、赤ちゃん用のおせんべいやクッキーの補充も忘れずに。もちろん母子手帳や保険証は必須です。

筆耕：防災コーディネーター 松山 美佐