



災害に備えて



乳幼児のいる家庭の防災グッズリスト

いつどこで大きな災害が起こるかわかりません。
最低限度必要なものを3日分は備蓄しておきましょう。

必要な物品(目安)

- | | |
|----------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 紙おむつ50枚・おしりふき100枚 | <input type="checkbox"/> 蓋つきの大きな鍋(煮沸消毒用) |
| <input type="checkbox"/> 粉ミルク900gの缶1個 | <input type="checkbox"/> やかん |
| <input type="checkbox"/> 飲料水85ℓ | <input type="checkbox"/> 洗剤、石けん |
| <input type="checkbox"/> ほ乳瓶(普段使っているもの) | <input type="checkbox"/> ペーパータオル(手や器具をふくため) |
| <input type="checkbox"/> 赤ちゃん用スプーン・食器 | <input type="checkbox"/> ガスコンロ、ガスボンベ、マッチかライター |
| <input type="checkbox"/> 着替え3日分(肌着は余分に) | <input type="checkbox"/> 母子手帳、保険証 |
| <input type="checkbox"/> 離乳食(ベビーフードなど)3食×3日分 | |

あると便利なもの

- | | |
|----------------------------------|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 抱っこ紐 | <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ |
| <input type="checkbox"/> おもちゃ、絵本 | <input type="checkbox"/> 歯みがきシート |
| <input type="checkbox"/> ビニール袋 | <input type="checkbox"/> おかし |

※他にも各家庭に必要なものを追加しましょう。(常備薬、ビニール袋、はさみ、懐中電灯など)

アレルギーがあるお子さんのために

どんなアレルギーがあるか、どんな配慮をしてほしいのかなどは、言わない限り、ほとんどの人は気付かれませんし、理解できません。積極的に周囲の方々に理解を求めることも大切です。食物アレルギーの子どもには、普段から子ども自身が自分の食べられるもの、食べられないものを他人に伝えられるようにしておくことも良いでしょう。

