



災害時の備え

～乳幼児～



出典：要配慮者のための災害時に備えた食品のストックガイド（農林水産省）、乳幼児と保護者、妊産婦のための防災ハンドブック（日本子ども家庭総合研究所）



ミルクの備え

母乳が不足

母乳だけでは不足する場合には、粉ミルクや液体ミルクで補うことができます。そのため、ミルクや哺乳ビンを用意しておくで安心です。調乳でペットボトルの水を使用する場合は、硬水は赤ちゃんの腎臓に負担がかかるため避け、軟水や加熱殺菌済みベビー用飲料水を備えておきましょう。



キューブタイプのミルクは、スプーンで計量の必要がなく便利

液体ミルク

水不要
熱源不要

液体ミルクは、調乳なしでそのまま飲ませることができます。



保存方法と飲ませ方

- ・常温保存（おおむね 25℃以下）
- ・よく振って、開封したらすぐに飲ませましょう
- ・飲み残しは破棄しましょう

紙コップ、スプーン等使った授乳方法

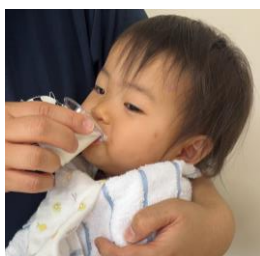
哺乳ビン
代用

清潔な哺乳ビンや乳首がないときは、紙コップ、スプーン等をつかった授乳方法（カップフィーディング）があります。

①赤ちゃんを膝の上に乗せ、やや立て抱きになるような姿勢にします



②コップ内のミルクが赤ちゃんの唇にかかるくらいに、コップを傾けます



③コップに唇をつけたまま、赤ちゃんが自分で飲めるようにします



離乳食の備え



賞味期限の古いものから消費し、消費した分を買い足そう

ビン詰めやレトルトの離乳食を、少なくとも2週間分備える

離乳食を始めた赤ちゃんは、月齢に応じて食べるものが変化します。このため、次のステップへ進むときは、前の月齢のものを消費しつつ、次の月齢のものを買い足して備えるようにしましょう。

好きな食品や飲み物、リラックスするもの、安心するものを備える

災害時には、普段とは違う環境で、落ち着かないことが想定されます。お菓子や缶詰、レトルト食品などの中から、子どもが日頃から大好きな食品や飲み物、リラックスするもの、安心するものを備えておきましょう。

