



子育て世帯の防災対策

乳幼児等のお子様は、日々の成長に合わせて必要なものが変わってきます。いざという時に安全かつ迅速に避難できるよう、ここでは乳幼児等のお子様がいるご家庭に必要な防災対策についてまとめました。

◆子どもを守る部屋作り 〈お子様の目線で部屋の中を見てみましょう〉

乳幼児等のお子様は自分で身を守ることができません。普段から部屋の中にあるものでも、思わぬものが危険になることもあり得ます。

【テーブルの上】

置いてある物が多いと、揺れた時に崩れて落ちてくる!



【調理器具など】

普段は便利な調理器具でも、落ちてきたら凶器に!



【おもちゃ・小物類】

背の低い家具の上でも、乳幼児の目線になると思ったより高さがあります。落下したら大変危険!



【テレビ】

乳幼児が近くに寄りやすいテレビも耐震グッズでしっかり固定しましょう。



◆子どもの防災グッズをプラスしよう!



まずは「戸田市ハザードブック」で基本の防災グッズを確認! 災害を「我が事」として考える本

戸田市ハザードブック

市ホームページでご覧いただけます



非常持ち出し品にプラス!

- 粉(液体)ミルク3日分
- 衣料品3日分(特に下着)
- 哺乳瓶(使い捨てタイプ)
- オムツ3日分
- 子どもの食料3日分
- おしりふき(ウェットティッシュ)
- 食品用ラップ・ホイル
- 軽くて小さいおもちゃ
- 離乳食スプーン
- 簡易毛布(おくるみなど)
- 紙コップ&ストロー
- 手指消毒液(持ち運びできるもの)

非常用備蓄にプラス!

- 子どもの食料7日分(離乳食パウチや子どもの食べやすいもの)
- 粉(液体)ミルク7日分
- オムツ&おしりふき7日分
- 手指消毒液
- カセットコンロ・ボンベ

おさんぽバッグにプラス!

- 母子手帳
- お菓子など
- 笛
- 抱っこ紐
- ビニール袋

抱っこ紐(おんぶ紐)はマストアイテム!

避難をするとき、荷物を運ぶとき、両手が空いていれば動きもスムーズ。



エレベーターが停止したり、道路がでこぼこになっていたらベビーカーでの避難は困難に。

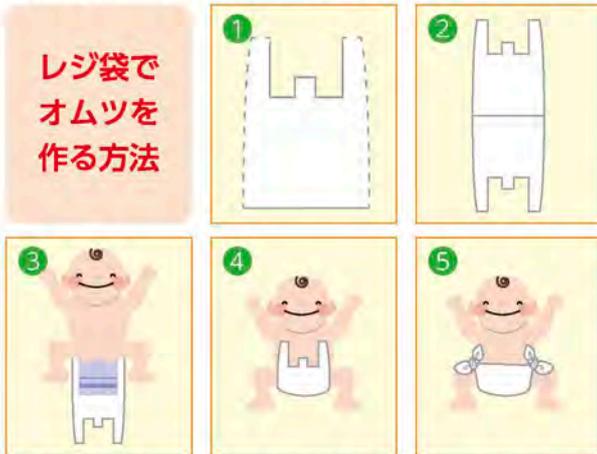


備蓄食料は、お子様が食べ慣れているものや好物を用意しておこう!

★あると便利！～いざという時！身の回りにあるものが役立つ場合があります～

・万能！レジ袋

切って即席オムツカバーやエプロンに♪



- ①ハサミで持ち手と両脇（…部分）を切る
- ②広げる
- ③タオルを敷く
- ④袋が大きい場合は、折り返して調整する
- ⑤レジ袋の持ち手を結ぶ

・ペットボトル・スプレーボトル



キャップに穴を開けて赤ちゃん用簡易シャワーに。少ない水でも身体を拭けます。

・おしりふき

赤ちゃんのおしりはもちろん、家族みんなの顔や手、身体も拭ける！肌にも優しい♪



・使い捨てカイロ



- 哺乳瓶：一緒に包んで服の中に入れてと40℃近くまで温まる。
- おしりふき：身体を拭くとき温かい♪

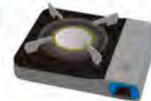
・バスタオル

赤ちゃんのおくるみに。毛布に、膝かけに。授乳の目隠しに。用途いろいろ♪



・カセットコンロ

食事の温めや煮沸消毒用に



*おすすめ！

防災ピクニック

災害時は、日常とは違った生活を送ることになります。アウトドア体験をしておくことで、いざという時、非日常のストレスを少しでも和らげることができます。



実際に非常食を食べてみよう！味だけでなく量もチェック。



たまにはテレビやスマホはお休み。ラジオで音楽を♪

屋外で寝て過ごしてみるのも良い経験！

ローリングストック

子どもの成長はとても早いもの。食べ物・衣類・紙オムツなど、年齢（月齢）に合っているかこまめにチェック！



不安を和らげる 子どもの心のケア

～安らぎは心の回復の第一歩～

優しいスキンシップで心のぬくもりを

スキンシップは、する方もされる方も『安心』『安全』のホルモンが促されます。



からだのどこかに手をあてる

なでる・ふれる



肌と肌をくっつける



さする



抱きしめる

ゆっくり話をきいてあげて

そうなんだ

大丈夫だよ

そばにいるよ

