

乳幼児向け避難準備品

乳幼児向けの避難準備品って何をどれくらい用意したらいいのかな?と悩んでいる方もたくさんいるのではと思います。ここでは近年多くの災害が起こった中で実際に被災されたかたの声を参考に乳幼児向けの避難グッズやちょっとしたプチアイデアを紹介したいと思います。

*防災を考える中で「**自助**(自分の命は自分で守る)」「**共助**(周り・近所の方と助け合う)」「**公助**(国や自衛隊・消防などの支援)」という3つの言葉があります。

その中で公助の支援物資が被災者の元へ届くまでには最短で3日間かかると言われています。最低3日分は避難グッズの準備が必要です。また乳幼児向けの支援物資の配給は難しくたくさんの方が困ったと言うのが現状のようです。

*準備品の注意点!!

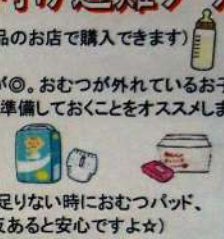
1. 荷物は持てる量で!なるべくリュックサックにまとめておく!
(幼児で自分でリュックを持てる時はお子さん用のリュックを用意してあげましょう。おやつやおむつなど軽めのもを入れてあげてください。)
・リュックの重さはこどもさんを抱っこした上で持てる重さにしましょう(^_^)
2. 防災グッズは定期的の中身の点検を!
(お子さんはすぐに大きくなります。おむつや衣服のサイズ、離乳食の進み具合など気をつけましょう!)
3. 母子手帳や保険証、お薬手帳は普段から持ち歩きましょう!
4. ホイッスルは必需品!
(いつでもどこで災害が起こるかわかりません。自分の居場所を知らせるために大切です)
5. 避難するときはベビーカーより抱っこひもが便利
(でもベビーカー・バギーも赤ちゃんのベッド代わりにもなります)



- ・ミルク
(キューブ式、スティック式など)
- ・使い捨て哺乳瓶
(衛生面を考え使い捨てがオススメ! ネットや乳幼児用品のお店で購入できます)
- ・紙おむつ
(サイズに注意が必要ですが多めにストックしておく方が◎。おむつが外れているお子さんでも災害でのストレスでおねしょをすることもあるので数枚準備しておくことをオススメします)
- ・おしりふき
(お風呂に入れない時の為に体・手足にも使えるもの)
- ・さらし
(今時さらし?と思われるかもしれませんが、紙オムツが足りない時におむつパッド、ママの生理用品、おんぶひも等用途はたくさん! 一反あると安心ですよ☆)
- ・水
(準備品の中でも重量ものですが、なくてはならない必需品です! 自宅に備蓄用と持ち出し用をそれぞれ用意しておくとうれい! 身体への負担にならないようにしましょう☆)
- ・離乳食
(パウチタイプすぐに食べることもできてオススメ☆ 缶詰【魚の水煮、果物、ひじきなど】もそのまま食べられます)
- ・おやつ
(お子さんの好みのもの。おせんべいやポーロなど(°_°)ここで豆情報→おせんべいに水を加え柔らかくするとお粥の代わりになりますよ(°_°))
- ・紙コップ、使い捨てスプーン
(水が使えないときには衛生面でも安心! 哺乳瓶がないときにはスプーンでミルクを飲ませてあげられます)
- ・毛布、バスタオル、タオル
(暖を取るだけではなく、授乳ケープの代わりにもなります。何かと役立ちます)
- ・ファスナー付ポリ袋
(おむつや衣服を圧縮して入れることもできます。また袋で離乳食作りもできます。)
- ・ビニール袋
(汚物を入れたり、はさみで切り目を入れ即席食事用スタイにもなります)
- ・はさみ



乳児向け避難グッズ



災害後いつもと全く違う場所や避難所での生活。周りの環境にとっても敏感な乳幼児は興奮気味になったり、ぐずったり様々です。避難所は災害後とてもビリビリとした空気になります。その中でこどもたちの存在に笑顔になり癒やされることも...でも中には「泣き声がうるさい」と言われ気を遣う思いをすることも(T_T)。ママも避難所生活でとても気を張り、疲れます。そんなときには同年齢のこどもさんたちを持つママやご近所さんと協力して『乳幼児専門の部屋』を用意してもらうことも大切です! またママたちの休息のために数人で交代をして見守りをしたり、ボランティアや防災士の力を遠慮なく使うことです! 赤ちゃんが居るから...という遠慮は必要ありません!! そのためにも日頃からご近所さんとの付き合いも大切になりますよ!!

今後災害のない安心な生活が送れることが一番ですが、備えあればうれいなし!