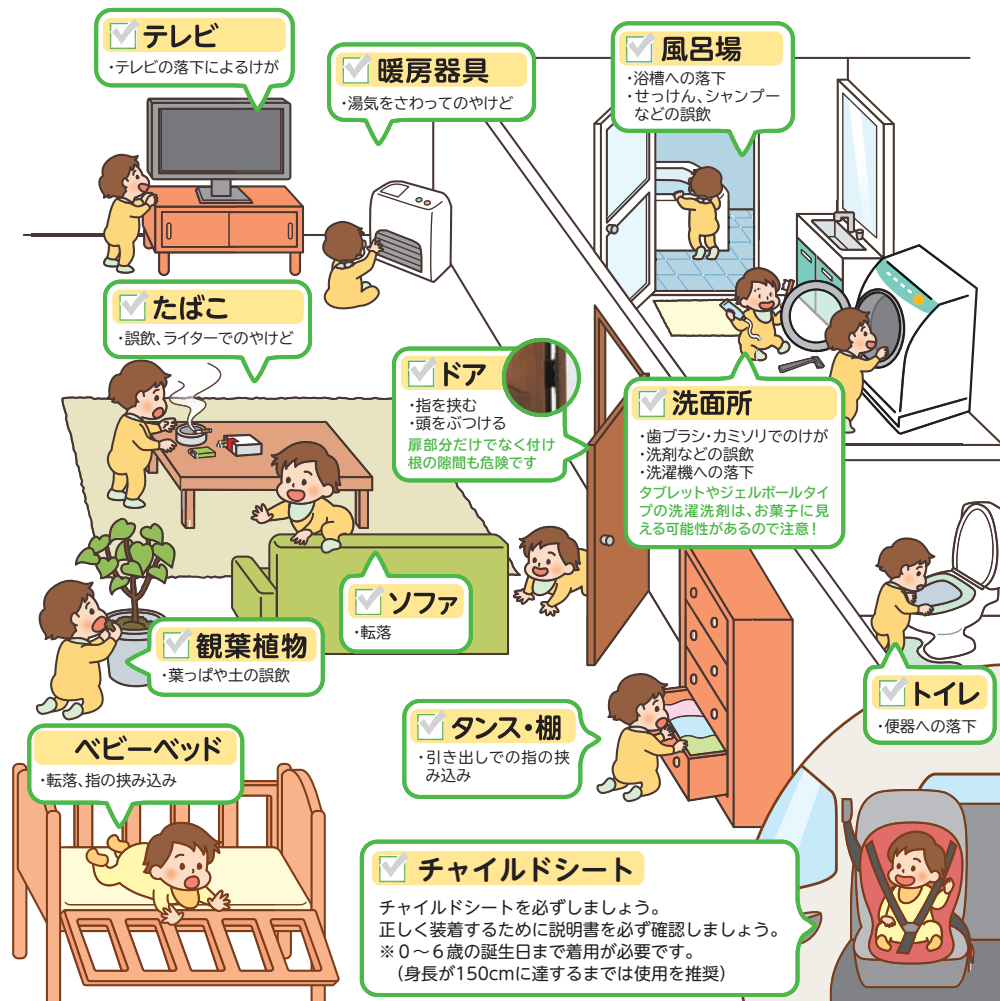
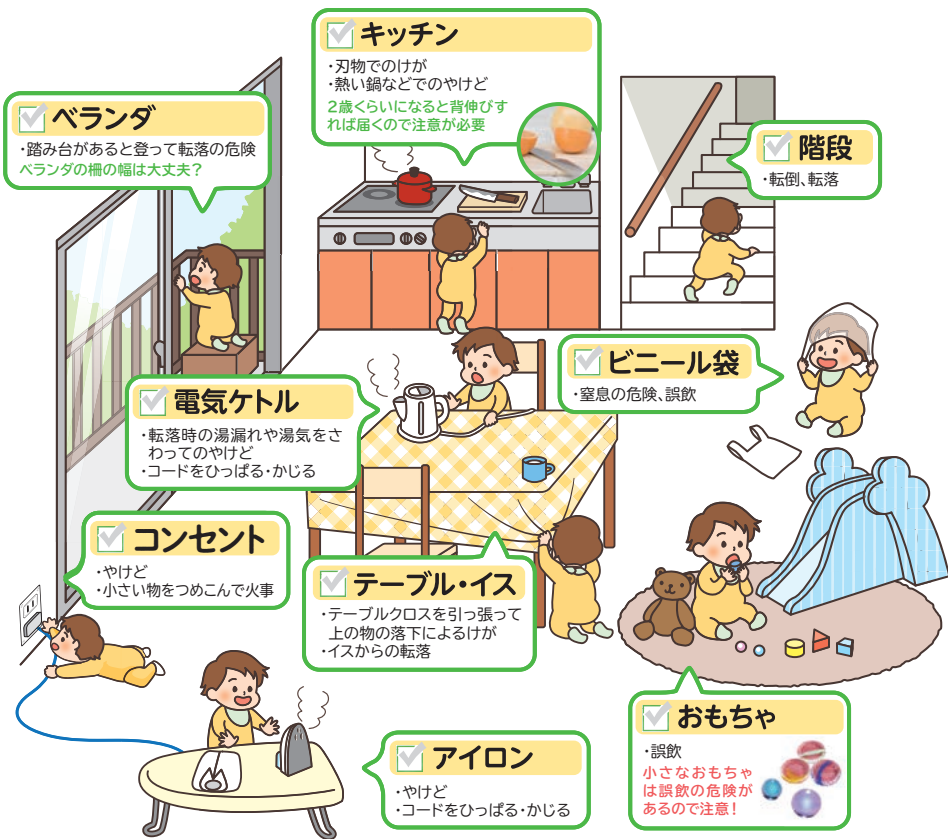


子どもの目線で
見ると危険が
いっぱい!

うちの危険箇所チェック



うちの中には、子どもの興味を引く「危険」がたくさんあります。あてはまる場所や物の位置を
しっかり確認して、事故対策を家族で考えておきましょう。





大人の防災グッズに **プラス** しよう！ **子どもを守る**

防災グッズチェックリスト

いざという時のために、備えておきたい防災グッズ。大人の防災グッズにプラスして、子ども用の防災グッズも見直し、備えておきましょう。



緊急避難



おさんぽバッグに **プラス**

- ☒ 母子健康手帳
- ☒ 絆創膏
- ☒ 笛 (万が一閉じ込められた時に)
- ☒ お菓子 (キャラメル・あめなどカロリーの高いものを少し)
- ☒ 抱っこ紐 (ベビーカーの時も持ち歩くと、避難時に便利です)
- ☒ 子ども用・乳児用マスク

常にバッグに入れておき、誰でもすぐにわかり使えるように！

抱っこ紐はバッグに入る軽量タイプや、ウエストに収納するタイプが持ち歩きに便利！



お散歩楽しいね

自宅から避難



非常持ち出し品に **プラス**

- ☒ 防災頭巾・ヘルメット
- ☒ レインコート
- ☒ マスク・消毒液・除菌シート
- ☒ 衣料品3日分 (特に下着)
- ☒ おむつ3日分
- ☒ おしりふき (ウェットティッシュ)
- ☒ 粉ミルクまたは液体ミルク3日分
- ☒ 哺乳瓶 (使い捨てタイプ) 個包装の物が便利！
- ☒ 子どもの食料3日分 (月齢に合った好きな物)
- ☒ 離乳食スプーン
- ☒ 食品用ラップ (スプーンや皿に巻けば汚さず使える)
- ☒ 紙コップ&ストロー
- ☒ 軽くて小さいおもちゃ (音がならないもの)
- ☒ 常備薬・体温計 おり紙



災害発生後自宅で過ごすための



非常用備蓄に **プラス**

- ☒ 飲料水 (1人1日3リットル、粉ミルク用も)
- ☒ 子どもの食料 (月齢に合った好きな物)
- ☒ 粉ミルクまたは液体ミルク
- ☒ おむつ&おしりふき

※それぞれ1週間分以上を目安に備蓄しましょう。



ベビーフードはそのまま食べられる瓶や容器入りが便利



「使える備え」にしよう！

子どもの防災グッズのそろえ方のコツ！

- ☒ 買い置きを備蓄に！「ローリングストック」を活用！

食品等を多めに買い、半分食べたら買い足す「ローリングストック方式」を活用しましょう。年齢に合わせて変化していく非常食や消耗品 (おむつなど) の管理がしやすくなります。



- ☒ 子どもの食べられるものを用意しよう！

日持ちするお菓子やパン、フルーツの缶詰など子どもが食べ慣れたものや好物を用意してあげましょう。アレルギーがある場合は、少し多めにアレルギー対応食を用意しましょう。



定期的に中身を見直そう

- ☒ 持ち出し品は持ち出せる重さに！

持ち出し品は最小限に、用途が併用できるものを活用しましょう。特に小さい子どもがいる場合、子どもを抱っこした状態で一緒に持てる重さか一度確認してみてください。



- ☒ 避難生活の不安をやわらげよう！

その子ならではの日常に必要なものや安心できるおもちゃ等があれば用意を。また発熱材やカセットコンロ&ガスボンベを用意しておくことで、温かいものを食べることができ、気持ちもほっと温まります。

