

○ 災害への備えについて

いつ起こるかわからない地震、雷による停電、大雨による洪水などの災害に備え、準備が大切です。被災時、小さなお子さんがいるご家庭に必要なものがすぐに届くとは限りません。いつ非常事態になっても対応できるように、しっかり準備しておきたいものですね。



何から手をつける??

特別に何かを用意するよりも、まずはいつも食べているものを多めにストック!! 食べた分をそのつど補充しましょう。

例) 家庭での備蓄品 (家族が最低3日間は過ごせるように備蓄しましょう)

<input type="checkbox"/> 飲料水 (1人1日3リットル × 3日分)	<input type="checkbox"/> ラップやアルミホイル・使い捨て食器
<input type="checkbox"/> 主食 (無洗米、パン、乾麺など)	<input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ
<input type="checkbox"/> ツナなどの缶詰 (缶切りのいないタイプ)	<input type="checkbox"/> ビニール袋・筆記用具
<input type="checkbox"/> レトルト食品	<input type="checkbox"/> 携帯電話の充電器
<input type="checkbox"/> 野菜ジュース	<input type="checkbox"/> ラジオ・懐中電灯・乾電池
<input type="checkbox"/> 菓子類 (ビスケット、板チョコなど)	<input type="checkbox"/> マスク・救急グッズなどの衛生用品
<input type="checkbox"/> マッチ・ライター・ろうそく	<input type="checkbox"/> 歯ブラシ・液体ハミガキ・口腔ウェットシート
<input type="checkbox"/> 粉ミルク (調乳は必ず『軟水』で)・液体ミルク	<input type="checkbox"/> 常備薬・生理用品・ティッシュ
<input type="checkbox"/> ベビーフード	<input type="checkbox"/> オムツ・おしりふき (大人も体を拭きます)

※あくまでも参考なので、各家庭に必要なものをリストアップし、オリジナルの非常用品をそろえましょう。アレルギーのあるお子さんは、アレルギー対応のものの準備を忘れずに!!!



災害時こそ衛生面を大切に!!

手洗いができないとバイキンが残ったままに!!

哺乳瓶の消毒などを優先し、水の節約は別なことで行いましょう。

離乳食の場合、食器は使い捨てがオススメ。

すりつぶしたり、細かくする時は、袋に入れて揉むようにすると洗い物がでません。

見落としがちな虫歯予防! 風邪の予防にも!!

1日1回でも、じっくり丁寧に歯を磨くようにしましょう

家族全員の歯ブラシ、液体ハミガキ (ノンアルコールタイプ) が役立ちます



食料の確保以外でも備えは大切です!

- こどもの着替えや紙おむつは定期的にサイズの確認をしましょう
- 公衆電話を利用することもあるかも…小銭の用意があるといいですね
- 母子手帳のコピーや家族全員の写っている写真もいれておきましょう

災害は家族が揃った時間に起きるとは限りません!

お住まいの地域のハザードマップを確認し、家族の集合場所や連絡方法について話し合っておきましょう!!



我が家の避難場所 →

我が家の待ち合わせ場所 →

池田市 ハザードマップ

検索

