



令和3年 冬号 (第27号)

# 子育てコンシェルジュだより

掛川市子育てコンシェルジュ (市役所 1 階南側こども政策課内)

Email:kosodate@city.kakegawa.shizuoka.jp ☎21-1211



乳幼児の

## 防災グッズ



地震、台風、豪雨など、近年各地で自然災害が多く発生しています。ライフラインが止まると、支援物資が届くまでの間、自力で過ごすこととなります。いつ、どこで起きるかわからない自然災害、普段から家族の生活に必要な物を備蓄しておく便利です。

### ◆ マザーズバックに入れておくと便利な物

★外出先(買い物、散歩など)で被災したときにあると便利な物

- ミルク(スティック・液体ミルク)
- 飲料(水・麦茶など)
- ベビーフード・おやつ
- 哺乳瓶・マグ・ベビースプーン
  - ※ プラスチック製で軽く割れる心配がないもの
- 紙おむつ(紙パンツ)
- おしりふき
  - ※ 体も拭けて便利
- ティッシュ・ウェットティッシュ
- ベビーガーゼ
- ビニール袋(ゴミ袋)
  - ※ ゴミ袋はもちろん、給水袋や雨具として代用
- 母子健康手帳・保険証・持病の薬
- フェイスタオル
  - ※ おむつ替えの時に敷く、おくるみや掛布、授乳ケープの代用など
- 着替え
- おんぶひも・だっこひも
  - ※ ベビーカーで避難出来ない時に便利
  - ベビーカーには荷物を載せて避難してもよい
- おもちゃ
  - ※ 遊び慣れたおもちゃは心が落ち着き、癒される



### ◆ 備蓄しておく便利な物

★避難生活をするときにあると便利な物

- 名札(親子の名前・連絡先等)
- 油性ペン・マジック
- 靴・靴下
- 防寒着
- カイロ
  - ※ ミルクや離乳食を温めるときに便利。哺乳瓶をカイロとタオルでくるんでおくとも温まる
- 子ども用防災頭巾
- ビニール手袋
- レジャーシート
- 紙コップ・紙皿・ラップ
  - ※ラップは食器の上に敷いたり、止血や包帯の代用
- 医薬品(オムツかぶれや虫さされなどのぬり薬・ワセリン・消毒液・絆創膏 等)
- 授乳ケープ
- ベビー毛布・バスタオル
- マスク
- 歯ブラシ(歯磨きシート)
- 携帯トイレ
- 飴やチョコ ※ エネルギー補給や癒しになる
- ホイッスル
- モバイルバッテリー
- 小銭
- LED ライト(ヘッドライトがおすすめ)
- マルチツール(はさみ・ピンセット・ナイフ・毛抜き等がコンパクトになったアウトドア用品)



リュックを背負って歩けるお子さんには子ども用の避難リュックを用意し、お気に入りのおもちゃや絵本、お菓子や着替えを入れてあげるといいですね。

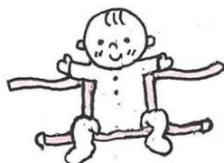
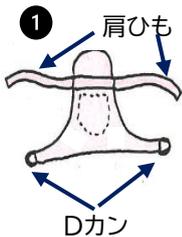
・防災グッズの内容や、置き場所など、時々見直してみることをおすすめします。

# おんぶひも・だっこひもを活用しよう！

避難時や避難先で非常に役に立つのが、おんぶひもや抱っこひもです。  
だっこは赤ちゃんの頭を守りやすく、リュックも背負えます。  
おんぶは身体にピッタリとくっつき安定感があり、子どもの重さを感じにくく両手も使えます。  
また、大人と子どもと同じものを見ているので、コミュニケーションも広がります。  
おんぶ・だっこの両方を使えるようにしておくと、いざという時に便利です。

昔ながらのおんぶひもの使い方を紹介します

## おんぶひもの使い方



おんぶひもを広げた上に寝かせ  
肩ひもは赤ちゃんの脇の下を通す  
(足入れのあるタイプとないタイプ  
があります。お子さんにあった、  
使い易い物をご利用ください)

肩ひもを赤ちゃんの胸元でぎゅ  
っと絞めて握る  
(赤ちゃんとおんぶひもの間に隙間を  
作らない)

ひもが緩まないように気を付け  
ながら背負い、背中の高い位置  
に乗せる(利き手側からだど背  
負いやすい)



肩ひもを頭の上を渡して両肩に乗せる

胸の前でクロスし、Dカンに通して前側で結ぶ

## 避難の備えをしておこう！



### ・避難所の確認

散歩をしながら、避難所の位置を確認しておきましょう。  
日頃より、防災訓練に参加して、小さい子どもがいることを知ってもらい、  
隣近所に避難誘導を助けてもらうようお願いしておきましょう。

### ・避難経路の確認

家の中や避難所までの道のりで、倒れてくるものや落ちてくるものは  
ありませんか？危険な箇所をチェックしましょう。



### ・防災アプリ

ラジオ・防災・お天気などのアプリ  
静岡県防災アプリ（警報や避難所、カメラ画像による河川の様子などが確認できます）

### ・掛川市防災ガイドブック

洪水、土砂災害ハザードマップなども掲載されています。

### ・掛川市防災メールマガジン

掛川市公式ラインで受信設定をすると、この防災メールをラインで受け取れます。



### 掛川市 公式ライン

子育てや観光・防  
災などお役立ち情  
報が満載  
ぜひ友だち登録を  
お願いします

