

乳幼児のいるご家庭は必見！

# 家庭でできる災害対策

災害後の3日間は自力でしのぐ準備を！

大地震では、電気・ガス・水道などの供給が途絶することがあります。また、食料品等の入手が困難になる場合もあります。特に乳幼児のいる家庭は、オムツやミルクなど必要なものをあらかじめ用意しておくことをお勧めします。最低3日間はしのげる備えをしておきましょう。

## 水の備え

- 飲料水は1人1日3リットル3日分を目安に用意する。
- 水の蓄えには、2リットルのペットボトルやポリタンクが便利。

## 食料の備え

- 乳幼児の粉ミルクや離乳食、子どものおやつを用意する。
- 缶詰・レトルト・フリーズドライなど調理済みのものを用意する。
- 1人あたり3日分9食を用意する。

## 燃料の備え

- 卓上カセットコンロや固形燃料を備える。
- 予備のガスボンベも用意しておく。

## 停電に備える

- 懐中電灯を1人に1個備える。
- 携帯用ラジオを用意する。
- 予備の電池も用意しておく。



## 乳幼児のいるご家庭の非常用品リスト

\*他にも各家庭に必要なものを追加しましょう。

品名	品名
紙おむつ、おしり拭き	ほ乳瓶またはコップ（紙コップを使い捨てにしてもよい）
乳幼児の衣類、タオル類	計量カップ（お湯を量るためのもの）
粉ミルク	やかんまたは鍋（お湯を沸かしたり器具を煮沸消毒するため）
飲料水	金属製のトング（消毒したものを取り出すため）
離乳食・子供用のおやつ （食物アレルギーのある方は対応するものを用意）	カセットコンロ、カセットボンベ