



# 赤ちゃんのための 防災グッズリスト

災害時に避難する際に最低限必要なものをストック！

## □粉ミルク



キューブなど、個包装タイプなら計量いらず。

## □水



調乳にも使えるミネラル含有量の少ない軟水がおすすめ。

## □哺乳瓶・マグ



プラスチック製で割れる心配が無いものを用意。

## □ベビーフード



そのまま食べられるビン詰やレトルトタイプが便利。普段からベビーフードに慣れることも必要。

## □スプーン・紙皿・紙コップ 使い捨てカイロ



赤ちゃんが食べやすいサイズのスプーンを用意。カイロはベビーフードの温めにも。

## □バスタオル



オムツ替えのマットや掛け布団、おくるみの代用にも。

## □紙おむつ・汚れたおむつを入れるポリ袋



食料などの援助物資と違い、届くまでに時間がかかることも。1週間分の備えを。

## □おしりふき



避難所生活で不衛生になりがち。必ず備蓄を。

## □母子手帳・保険証のコピー



病気やケガをしたときのために、必ず用意しておきましょう。