

乳幼児の備え

赤ちゃんを守ることが最優先!

ミルクの備え

どうしても母乳で足りない分は、粉ミルクを活用することもできます。そのため、粉ミルクと哺乳ビンを用意しておくことで安心です。また、紙コップや使い捨てのスプーンを用意しておくことで、災害時に役立ちます。

飲料水は、調乳用に多めに備えましょう。

◆ 災害時の心得

災害時に一時的に母乳が出なくても、赤ちゃんはお母さんのお乳を吸っているだけで安心します。また、吸わせ続けることで、母乳が出てくるようにもなります。

大事なことは、お母さんと赤ちゃんが元気であることです。ですから、災害時に困ったことがあったら、医療・栄養のスタッフに相談し、お母さんは頑張り過ぎないようにしましょう。



アレルギー対応ミルクについては、P24の食物アレルギーのページを参照してください。

コラム

使い捨て哺乳ビン

コップやスプーンで飲ませることもできますが、哺乳ビンが使えると助かります。

使い捨て哺乳ビンが市販されていますので、普段お出かけのときなどにも使用することを想定して、使いやすいものを探して、選んでみてください。

ただし、使い捨て哺乳ビンは、一度使用したら廃棄しなければなりません。替えの乳首や、本体部分が不足した場合は、紙コップ哺乳に切り替えるなど、清潔に保つ工夫が必要です。

写真: ママプラグWebページより

