

／ 家族の命を守るため！ ／

家庭の事情に合わせて 備えましょう

7 災害に
そなえよう



乳幼児・高齢者など食事に配慮が必要な家族がいる場合は、個別の準備が必要です



乳幼児がいる家庭の「非常用持ち出し品」の一例。避難所などで支給されないものも多いので、数日分用意する必要があります。(写真提供/高荷智也)

レトルトの離乳食は、普段から利用して食べ慣れておくことも大切です

地震などの災害時に、特別な配慮が必要となるのが乳幼児、妊産婦、高齢者、食べる機能(かむこと・飲み込むこと)が弱くなった方、慢性疾患の方、食物アレルギーをもつ方です。

こうした要配慮者のための特殊食品(アレルギー対応食、乳幼児用ミルク、離乳食のほか、軟らかいおかゆなどの食品)は、行政機関でも多く備蓄されていないことがあります。

近年、備蓄している自治体は増えていますが、こうした備蓄品を日常備蓄で準備することが大切です。



食育Point

使い捨て哺乳ビンを活用してみましょう



コップやスプーンでミルクを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るので、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破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、清潔に保ちましょう。

出典：農林水産省「要配慮者のための災害時に備えた食品ストックガイド」(平成31年3月)、「aff(あふ)バックナンバー2019年9月号」(令和元年9月) [全文はこちらから→](#)

