

## 平成 28 年度 すこやかメールマガジン 第 489 号【「非常持ち出し袋」の確認を】

4 月 21 日配信

みなさんこんにちは (^\_^) /

ちょうど 1 週間前に起こった熊本での地震。大変驚いたと同時に、赤ちゃんがいらっしゃる方の避難先で授乳スペースやミルク、オムツの確保など十分に環境が整備されているかがとても心配です。

倒壊した家屋から赤ちゃんが無事に救出されたというニュースを見たときには、本当によかったと思いました。しかし、悲しいことに亡くなられた方たちも多くいらっしゃり、ご冥福をお祈りするばかりです。今回の地震の被害を知るにつれて、あらためて日常の備えをしておくことの大切さを痛感させられました。

さて今日は、そんな災害への備えの一つである「非常持ち出し袋」について紹介します。

非常持ち出し袋の中に入れておくものとして

- ・現金（小銭も→公衆電話や自動販売機利用に備えて）
- ・ペットボトル水（加熱殺菌済のものであれば赤ちゃんのミルクにも使えます）
- ・懐中電灯
- ・ラジオ
- ・乾電池
- ・非常食

など準備されていることと思います。

赤ちゃんがいる場合はさらにプラスして、

- ・母子手帳（重要です！）
- ・粉ミルク（ストレスなどで母乳が出なくなる場合も想定されます）
- ・オムツ
- ・お尻拭き
- ・離乳食
- ・お気に入りのおもちゃ

など準備されることをお勧めします。お気に入りのおもちゃがあると、赤ちゃんも安心するのではないのでしょうか。

また、ポリ袋や新聞紙は防寒対策として利用できますし、新聞紙は折って紙食器への応用、丸めて添え木にしたりすることもできます。スーパーの袋は両サイドを切って三角巾代わりになりますし、大きいポリ袋などは、頭と手を出す部分をカットすれば、レインコー

トとして応用することもできますので便利です。

できるだけ長い日数分かつ多種類の物を準備できればいいのですが、それを持って避難することができるかが一番重要です。袋に詰めて指定の避難場所まで歩けるかどうか、一度試してみてください。また、昨年9月3日に配信した第457号【災害への備え】も参考にいただければ幸いです。【M】

○メルマガで取り上げて欲しい内容やご感想など、下記アドレスにお寄せいただければ嬉しく思います。(アドレス登録又は配信停止もこちらからどうぞ(^\_^))

mailto:[kosodatem@pref.iwate.jp](mailto:kosodatem@pref.iwate.jp)

○メルマガのバックナンバーを当センターHPで閲覧することができます。

アドレスはこちら

「まなびネットいわて」(<http://www2.pref.iwate.jp/~hp1595/>) > 「発行物・刊行物」  
> すこやかメルマガ

○「すこやかメール相談」このアドレスに返信することで子育てに関わる相談が受けられます。乳児から小中学校での困り事などお気軽にご相談ください。

mailto:[kosodatem@pref.iwate.jp](mailto:kosodatem@pref.iwate.jp)

#### 【転送からの登録手順】

「このメルマガを友人・知人に転送する」→「受け取った方が登録用アドレスを確認する」  
→「『メルマガ配信希望』と入力し送信する」→「配信登録完了！」(次回から直接、メルマガを受信することができます)

#### 【紹介からの登録手順】

アドレス [kosodatem@pref.iwate.jp](mailto:kosodatem@pref.iwate.jp) をご紹介していただき、「配信希望」とメールすれば登録できることをお伝えていただく。

これからも、どうぞよろしく申し上げます(^\_^)/

\*\*\*\*\*

#### 【発行】

岩手県立生涯学習推進センター

025-0301 花巻市北湯口 2-82-13

TEL 0198-27-4555

URL:<http://www2.pref.iwate.jp/~hp1595/> 「まなびネットいわて」で検索