

(2)防災時の支援

ア. 防災備蓄品である生理用品の見直し

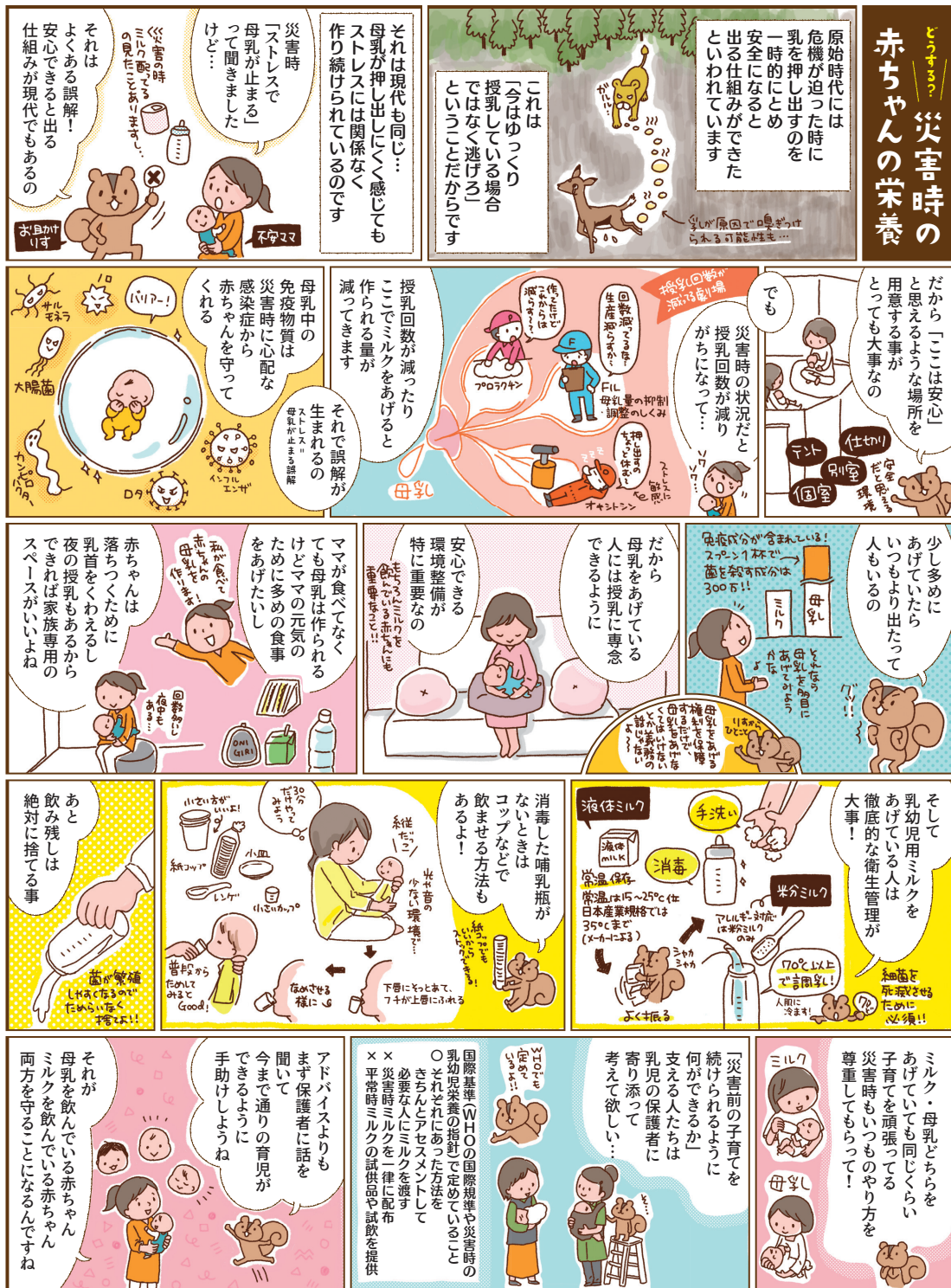
防災備蓄品一覧（中核市より抜粋）

	人口	生理用ナプキン			乳幼児用おむつ			粉ミルク・液体ミルク
		サイズ・枚数	合計枚数	備蓄期間	サイズ・枚数	合計枚数	備蓄期間	
西宮市	483,469	20.5cm 羽なし 105,000枚	105,000	8年	S 29,104枚 M 19,792枚 BIG 40,394枚	89,290	8年	粉 アレルギー対応 570人×3日分 液体 10人×3日分 240本 (240ml)
船橋市	647,105	昼用 79,796枚 夜用 17,920枚	97,716	3年	S 10,836枚 M 8,256枚 L 4,344枚	23,436	3年	粉 非アレルギー対応 110,592g (4096袋×27g (/袋)) アレルギー対応 22,272g (1536本×14.5g (/本)) 液体 768本 (200ml/本)
鹿児島市	587,049	サイズの定めはなし 19,440枚。	19,440	10年	S 2,624枚 M 6,206枚 L 1,944枚 BIG 1,512枚	12,286	10年	粉 200箱 (13g×10本/箱) 液体 798本 (240ml)
八王子市	578,396	20.5cm 羽つき 98,550枚 30cm 羽つき 183,960枚	282,510	10年	新生児 9,900枚 S 11,440枚 M 8,800枚 L 7,480枚	37,620	10年	粉 (800g) 128缶 液体 (200ml) 768缶
姫路市	522,328	29cm 13,200枚	13,200	5年	S 8,760枚	8,760	5年	粉 (1,000)
宇都宮市	513,257	サイズの詳細不明 5,440枚	5,440	10年	サイズの詳細不明 16,160枚	16,160	10年	液体 (200ml×216本)
東大阪市	486,255	羽根つき 20.5cm 18,000枚	18,000	3年	M 4,920枚 L 4,920枚	9,840	3年	粉 69342g 粉(アレルギー対応) 6786g 液体 1680缶
大分市	477,606	27cm 羽根つき 約58,000枚	58,000	5年	S 約16,000枚 M 約12,500枚 L 約10,000枚	38,500	5年	液体 約1000 粉 約1,500
倉敷市	469,606	昼用・夜用あわせて約16,039枚	16,039	4年	約1,890枚 (具体的なサイズは 定めていない)	1,890	4年	粉 25kg
尼崎市	454,676	20.5cm 羽なし 7,056枚 23cm スリム羽なし 2,592枚 33cm スリム羽あり 972枚	10,620	3~5年	Mパンツ 4,736枚 Lパンツ 5,060枚 Sテープ 328枚 Mテープ 768枚	10,892	3~5年	液体 144本(240ml/1本) 粉 810g×24缶=19,440g 粉スティックタイプ (13g×10本/1箱)×120箱=15,600g 粉(アレルギー用) 330g×24缶=7,920g
福山市	452,499	20.5cm 38,478枚	38,478	3年	M 4,905枚	4,905	3年	液体 361,200ml(1本240mlの缶を1,505本備蓄) 粉 40,200ml(1箱600ml分をつくれるものを67箱備蓄)
明石市	305,925	ふつう用 7,308枚 夜用 2,340枚	9,648	5年	新生児 1,089枚 Sテープ 999枚 Mテープ 1,032枚 Lテープ 872枚 Lパンツ 1,760枚 BIGパンツ 1,520枚	7,272	なし	粉 (キューブタイプ) 200ml分×672食 粉 (アレルギー対応) 100ml分×216食 液体24缶 (1ケース)

イ. 乳幼児の栄養摂取の観点からの母子支援

粉ミルク・液体ミルクの哺乳瓶以外の備蓄や取り組み

- 神戸市・・・発熱キットの備蓄。赤ちゃん、妊婦・授乳婦リーフレット（粉ミルクの作り方、紙コップでの飲ませ方などの説明）を準備
- 郡山市・・・紙コップの備蓄
- 富山市・・・紙コップで飲ませる方法などの説明資料を用意
- 豊橋市・・・健診等で配布している防災に関する啓発チラシの中で「カップフィーディング法」について紹介
- 松山市・・・「子育て防災マップ」でコップ授乳の手法を周知するなどの防災啓発



本資料は、災害時の乳児栄養の国際基準に基づく内容です。詳しくは IFE 災害時乳児栄養 巻末 https://jal-net.jp/dl/OpsG_Japanese_Screen.pdf

著作権は発行元にあります。出典を記載し、改変せず、非営利目的であれば自由にコピー出来ます。

発行元 **あんどうりす 本郷寛子** <https://andorisu.jimdo.com>

医学監修：奥 紀久子 東京北医産科センター小児科 小児科専門医、岡田 剛 新生児医学認定新生児専門医 印刷用ページのDLや参考文献は右記サイトを参照 <https://andorisu.jimdo.com/災害時の乳児栄養マンガ/> 2019.11月改訂版

災害時の乳幼児の栄養・授乳相談窓口

緊急相談窓口(無料)

赤ちゃんのママはLINEから相談申し込み

相談の流れ

- 二次元コードからLINEで友だち追加します。
- トーク画面に以下の内容を書いてください

- ・都道府県
- ・お名前(本名)
- ・赤ちゃんの月齢
- ・相談内容
- ・「電話相談希望」か「zoom相談希望」

相談を受けるのは、東日本大震災時にユニセフの「赤ちゃんの栄養ホットライン」を担当したラ・レーチェ・リーグ認定リーダーです

被災したお母さんをご支援しているかた(ボランティアも含む)からの相談はこちらの二次元コードからzoomでの相談を受けています

対応するのは医師が助産師の資格をもつIBCLC(乳児栄養支援の国際資格保持者)

母と子の育児支援ネットワーク (災害時の母と子の育児支援共同特別委員会)

<https://i-hahatoko.net/>

2024年1月2日

資料は **母と子の育児支援ネットワーク HP**より抜粋

災害時の赤ちゃんの栄養

～「疲れた」なんて言えなくて頑張っているお母さんに～
赤ちゃんの栄養で困ったときは

乳児用ミルクをあげているお母さんへ

ミルクを確保し、できるかぎり清潔に調乳しようとして張りつめておられることでしょう。

- 粉ミルクは70度以上で調乳する(一度沸騰させて熱いうちに溶かす)ことができれば、細菌を死滅させることができます。
- 容器を洗って消毒・殺菌することが難しいときは、使い捨ての紙コップが役に立ちます。
- 調乳後の粉ミルクも液体ミルクも飲まなかった分は破棄します。

コップで飲ませる方法

- コップが下唇に軽くふれ、コップの縁が上唇の外側にふれるように
- コップを唇につけたまま、赤ちゃんが自分で飲むようにする
- 赤ちゃんの口の中にミルクを注ぎ込まないようにしましょう

赤ちゃんを落ち着かせ、ママも肩の力を抜くために

- たくさん抱っこ
- 肌と肌をふれあわせ スキンシップ
- 乳房を何回でも含ませてみる
- 深呼吸
- 子育てママが集まって情報交換
- 肩や背中のマッサージ
- 気持ちを聴いてもらう

困ったときに

- 災害時の母乳育児相談～よく聞かれる質問 https://i-hahatoko.net/?page_id=570
- 母乳育児や乳幼児の栄養などの相談窓口 <https://iljapan.org/tel/>

母乳をあげているお母さんへの情報は裏面です

2018年6月 2023年3月一部改訂

災害時の赤ちゃんの栄養

～「疲れた」なんて言えなくて頑張っているお母さんに～
赤ちゃんの栄養で困ったときは

母乳をあげているお母さんへ

母乳には免疫が含まれていますので、あげ続けていると赤ちゃんが病気にかかりにくくなります。

- 欲しがるときに欲しがるだけ吸ってもらいましょう。
- スキンシップをたくさん取りましょう。
- できるかぎり、リラクゼーションして過ごしましょう。
- 一時的に母乳が出にくくなると感じて、大丈夫。赤ちゃんがひんぱんに飲むことで母乳の量は増えていきます。
- 足していたミルクが少なくなってしまうようになり、足さなくなってしまうこともあります。赤ちゃんが十分に母乳を飲んでいないのではと不安になったら、おしっこウンチの回数を数えます。
- “おしっこウンチが今までと同様に出ている”なら飲んでいる証拠です。もし、いつもより少ないと感じたら……、医療者や相談窓口に、遠慮なく相談しましょう。

困ったときに

- 災害時の母乳育児相談～よく聞かれる質問 https://i-hahatoko.net/?page_id=570
- 母乳育児や乳幼児の栄養などの相談窓口 <https://iljapan.org/tel/>

赤ちゃんを落ち着かせ、ママも肩の力を抜くために

- たくさん抱っこ
- 肌と肌をふれあわせスキンシップ
- 乳房を何回でも含ませてみる
- 深呼吸
- 子育てママが集まって情報交換
- 肩や背中のマッサージ
- 気持ちを聴いてもらう

困ったときに

- 災害時の母乳育児相談～よく聞かれる質問 https://i-hahatoko.net/?page_id=570
- 母乳育児や乳幼児の栄養などの相談窓口 <https://iljapan.org/tel/>

乳児用ミルクをあげているお母さんへの情報は裏面です

2018年6月 2023年3月一部改訂