

# 赤ちゃんがいる家庭の避難グッズリスト



- ☐ おむつ  
1週間で100枚目安



- ☐ おしり拭き  
1週間で200枚目安  
手を拭くなど多用途に



- ☐ 授乳用ケープ



- ☐ ミルクセット



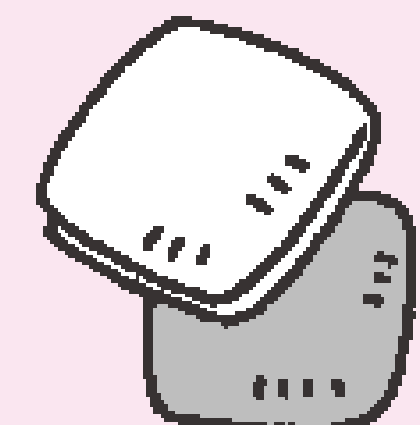
- ☐ スプーン・紙コップ  
紙コップ授乳に使える



- ☐ ラップ  
洗い物を減らすため  
お皿に貼って使う



- ☐ 非常食・離乳非常食



- ☐ ガーゼ  
乳幼児のケアに便利



- ☐ 抱っこひも  
避難の際に  
両手が使えて便利



- ☐ ビタミン剤  
災害時はビタミン不足に  
なりやすい



- ☐ おもちゃ  
子どもが安心できるもの

(内閣府：あかちゃんとママを守る防災ノート [https://www.bousai.go.jp/kaigirep/kentokai/hinanz yokakuho/wg\\_situ/pdf/dai3kaisankou4.pdf](https://www.bousai.go.jp/kaigirep/kentokai/hinanz yokakuho/wg_situ/pdf/dai3kaisankou4.pdf) より一部改変)