

こども
を守る

大人の防災グッズにプラスしよう！ 防災グッズチェックリスト

いざという時のために、備えておきたい防災グッズ。
大人の防災グッズにプラスして、こども用の防災グッズ
も見直し、備えておきましょう。

避難所における感染症対策にも注意
しましょう。



防災
グッズ
チェッ
クリ
スト

緊急避難！

おさんぽバッグにプラス

☑ 母子健康
手帳

☑ 止血パッド

☑ 笛

(万が一閉じ込め
られた時に)

☑ お菓子

(キャラメル・あめなどカロ
リーの高いものを少し)

☑ 抱っこ紐

(ベビーカーの時も持ち歩く
と、避難時に便利です)



常にバッグに入れ
ておく、誰でも
すぐにわかり使
えるように！

抱っこ紐は鞆に入れ
る軽量タイプや、
ウエストに収納す
るタイプが持ち歩
きに便利！

自宅から避難！

非常持ち出し品にプラス

☑ 防災頭巾・ヘルメット

着て行く！

☑ レインコート

☑ マスクや軍手

☑ 衣料品3日分(特に下着)

☑ オムツ3日分

☑ おしりふき(ウェットティッシュ)

☑ 粉ミルク3日分

☑ 液体ミルク3日分

(避難先でお湯が使えないときの備え)

☑ 哺乳瓶(使い捨てタイプ)

☑ こどもの食料3日分(月齢に合った
好きな物)

☑ 離乳食スプーン

☑ 食品用ラップ(スプーンや皿に巻け
ば汚さず使える)

☑ 紙コップ&ストロー

☑ 軽くて小さいおもちゃ

☑ 体温計 ☑ 上着・毛布



個包装の
物が便利！



おり紙

広 告

Ikegami Toso Co.Ltd

西予市宇和町卯之町5-223

TEL 0894-62-4154



災害後自宅で過ごすために！

非常用備蓄にプラス

☑ 飲料水7日分（1人1日3リットル、
粉ミルク用も）

☑ こどもの食料7日分（月齢に合った
好きな物）



ベビーフードは
そのまま食べられる
瓶や容器入りが便利

☑ 粉ミルク7日分

☑ オムツ&おしりふき7日分



「使える備え」にしよう！

こどもの防災グッズのそろえ方のコツ！



☑ 買い置きを備蓄に！ 「ローリングストック」を活用！

普段から少し多めに買い置きをし、使った分だけ買い足す「ローリングストック方式」を活用しましょう。年齢に合わせて変化していく非常食や消耗品（オムツなど）の管理がしやすくなります。



☑ こどもの食べられるものを 用意しよう！

防災用のお菓子やパン、フルーツの缶詰などこどもが食べ慣れたものや好物を用意してあげましょう。アレルギーがある場合は、少し多めにアレルギー対応食を用意しましょう。



☑ 持ち出し品は持ち出せる重さに！



ママでも持てたよ！
持ち出し品は最小限に、用途が併用できるものを活用しましょう。特に小さいこどもがいる場合、こどもを抱っこした状態で一緒に持てる重さか一度確認してみてください。

☑ 避難生活の不安をやわらげよう！

雑音が苦手な子はイヤーマフを



その子ならではの日常に必要なものがあれば用意を。またカセットコンロ&ガスボンベを用意しておく、温かいものを食べることができ、気持ちもほっと暖まります。

広 告



Hair Salon

移動美容室
☎ 0894-89-3655



あなたの町のべんり屋さん
生活のお困りごと
何でもご相談ください

919 SUPPORT
クイックサポート

西予市野村町野村14-19

株式会社 クイックサポート