

＼ 乳幼児のパパ・ママ向け ＼

災害時の持ち出しリスト

通常の持ち出し用品に加えて用意しておく心安心♪

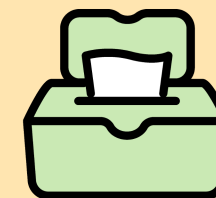
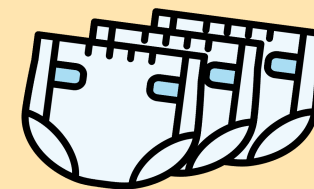
〈食品等〉

- 粉ミルク（キューブが便利） 1日分
※ミルクは必ず70度以上の熱湯で！
- 液体ミルク 1日分
※お湯が使えない場合に便利♪
- 液体ミルク用アタッチメント
- 哺乳瓶、哺乳瓶乳首
- 哺乳瓶洗浄・消毒用品
- レトルト離乳食 1日分
- 子ども用カトラリー
- おやつ（日持ちするお菓子、ジュース等）



〈衛生用品等〉

- おむつ 1日分
- 防臭袋
- おしりふき・清浄綿（濡れコットン）
- ワセリン
- 歯ブラシ
- 母乳パッド



〈日用品等〉

- 子ども用着替え（上下、靴下、下着多めに）
- 母子手帳の写し、受給者証・保険証の写し
- 絵本、おもちゃ、歯固め等
- ノートとペン・クレヨン類（お絵描き用）
- 授乳用ケープもしくはレインポンチョ
- ジップバック（色々なサイズがあると◎）
- ビニール袋

