

8. ママ・パパや赤ちゃんのための防災・防犯

防災対策

危機管理課 ☎ 03-5654-8572

首都直下地震や大規模水害等の大災害に備え、ママ・パパや赤ちゃんのための備えも日頃からしておく必要があります。

大災害によって自宅が倒壊・焼失してしまった場合は、避難所（小・中学校等）で避難生活を送ることになりますが、原則、自宅が無事であれば発災後も自宅で生活を送ることになります。

地震や水害から避難をする時のための「防災バッグ」の中身や、発災後も自宅で過ごす場合の「家庭内の備蓄」について、考えてみましょう。



避難時に持ち出す「防災バッグ」を用意しておきましょう

ママやパパのためのもの

- ☐ LEDライト
- （ヘッドライトなら両手が空きます）
- ☐ 携帯トイレ・トイレットペーパー
- ☐ ラジオ・電池・携帯充電器
- ☐ 除菌シート・消毒液
- ☐ レジ袋・ゴミ袋（不透明）・ラップ
- ☐ 軍手・手袋
- ☐ 下着
- ☐ お泊りお化粧セット・マスク
- ☐ 生理用品・衛生用品・口腔ケアセット
- ☐ お薬手帳（コピー/アプリ）
- ☐ 自分がはっとする食料やアイテム
- ☐ 簡易エアマット・断熱マット
- ☐ 防水バッグ（貴重品を濡らさないため）

ミルクを飲んでいる赤ちゃんのためのもの

- ☐ 乳幼児用液体ミルク・粉ミルク
- ☐ 使い捨て哺乳瓶・紙コップ・攪拌用割り箸
- ☐ 飲料水（洗浄や調乳用）・簡易コンロ

すべての赤ちゃんのためのもの

- ☐ 母子健康手帳（コピー/アプリ）
- ☐ ベビーフード
- ☐ おむつ・おしりふき
- ☐ 着替え
- ☐ 抱っこひも
- ☐ お気に入りのおもちゃ



自宅で避難生活を送れるように、「家庭内の備蓄」を用意しましょう

水（1人1日3ℓ）や食料は、最低3日分、できれば1週間分を備えておきましょう。

特に、災害時には**離乳食**や**アレルギー対応食**は入手しづらいため、多めに買い置きをしておきましょう。

災害のためだけに備えるのではなく、普段から多めに買い置きをしておいて日常生活でも使用し、少なくなったら追加で購入するようにしましょう。

また、**カセットコンロ**や**ガスボンベ**を備えておけば、電気やガスが止まっても温かい食事が食べられたり、お湯でぬらしたタオルで身体を拭くことができます。

他にもライフライン対策として、**蓄電池**や**簡易トイレ**等、食料以外の備蓄についても考えてみてください。





区内で発生した犯罪情報、子どもの安全をおびやかす不審者目撃情報、大規模な災害などの情報、犯罪の被害に遭わないための防犯情報などを、あらかじめご登録していただいた皆さんのパソコンや携帯電話へ、メール配信しています。

ご利用条件・注意事項を区ホームページでご確認ください。

配信される情報

①犯罪情報

区内で発生した犯罪など緊急にお伝えする必要がある情報、週間犯罪情報、安全・安心に関するお知らせ。

②子ども安全情報

子どもを狙う不審者・変質者目撃情報などの情報。

③災害等情報

大規模災害発生時などに、緊急にお伝えする必要がある情報、区内の安全・安心に関する情報。



登録方法

- ①パソコン、携帯電話から、メールマガジン登録用受付アドレス「katsushika@katsushika-mail.jp」へ空メール（タイトル、本文を何も入力しない）を送信してください。※上記の登録用QRコードからもご登録いただけます。
- ②「葛飾区メール配信サービス仮登録完了のお知らせ」のメールが届きます。メールに記載されているURLアドレスをクリックしてください。
- ③メールアドレスと希望情報の入力画面が表示されます。配信を希望される情報にチェックを入れます。葛飾区安全・安心情報メールには、「犯罪情報」「子ども安全情報」「災害時情報」の3種類のメールをご用意しています。複数選択いただくことも可能です。
- ④チェックを入れたら「新規登録」のボタンをクリックします。登録した情報の内容が表示されますので、「上記内容で登録」ボタンをクリックします。
- ⑤「葛飾区メール配信サービス本登録完了のお知らせ」という件名のメールが届きます。これで本登録が完了します。

9. 子どもの事故を防ぐために

起こりやすい事故

子どもの死亡の原因で最も多いのは、不慮の事故です。

子どもの事故は、月齢や年齢によって起きやすい条件や場所がわかっています（下表参照）。

子どもの事故防止のポイントを知って、家族全員で事故防止に努めましょう。

葛飾区では、事故予防についてもっと知っていただくために、各保健センターで実施する乳幼児健診の際に、パンフレット等を活用して注意点や予防策についてお伝えしています。

月・年齢	起こりやすい事故	事故の主な原因と対策
新生児	周囲の不注意によるもの 窒息	☆誤って上から物を落とす ☆上の子が抱き上げてけがさせたり、物を食べさせたりする ☆まくらや柔らかい布団に顔が埋もれる（硬めの布団等を使い、仰向けに寝かせる）
1～6か月	転落 やけど	☆ベッドやソファ、抱っこひも、ベビーカーなどから落ちる（大人用ではなく、出来るだけベビーベッドで寝かせ、ベッドから離れるときは柵を上げる） ☆大人が子どもを抱いたまま熱い飲料をこぼす
7～12か月	転落・転倒・はさむ やけど 溺水 誤飲・中毒 窒息 車中のけが	☆扉、階段、ベッド、ベビーカー、椅子 ☆アイロン、魔法瓶や電気ケトルのお湯、炊飯器やスチーム加湿器の蒸気 ☆浴槽、洗濯機に落ちる（残し湯をしない） ☆たばこ、医薬品、化粧品、洗剤、コイン、ボタン電池、磁石など ☆お菓子、豆、ナッツ類、ブドウ、ミニトマトなどの食品がのどにつまる ☆座席から転落（チャイルドシートで防止できる）
1～4歳	誤飲（中毒） 窒息 転落・転倒 やけど 溺水 交通事故	☆範囲が広がり、あらゆるものが原因になる ☆お菓子、豆、ナッツ類、ブドウ、ミニトマトなどの食品がのどにつまる ☆階段、窓、ベランダ（路台になるものを置かない） ☆歯ブラシでの喉突き事故 ☆熱い鍋に触れる、テーブルクロスを引いて湯をこぼす（テーブルクロスは使用しない）、ライター、マッチなどによる火遊び（子どもの手の届くところにライターなどを置かない） ☆入浴時、浴槽に落ちる、水あそび ☆飛び出し事故（手をつないで歩く）

※参考「子どもを事故から守る !! 事故防止ハンドブック」

（関連情報）消費者庁ウェブサイト「こどもを事故から守る！事故防止ポータル」
https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_safety/child/

子どもの事故予防に関する豆知識や注意点などを、X(エックス)やメール配信しています。

- ・「消費者庁 子どもを事故から守る！」
- ・子ども安全メール from 消費者庁 X(エックス) (@caa_kodomo)



X(エックス)ページ



子ども安全メール登録



子どもの事故防止
ハンドブックページ

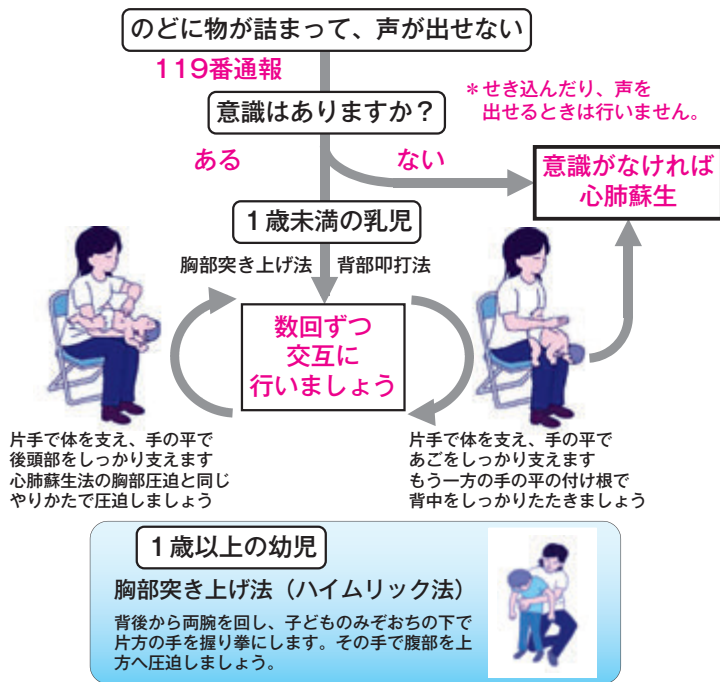
ものがのどにつまった時の応急処置

乳幼児は、大人が思いもよらないものを口にします。食べ物や玩具等がのどにつまると、窒息する危険があります。

周囲の大人が、普段から乳幼児ののどに詰まりやすい大きさの目安（3歳児の最大口径39mm、口から喉の奥までの長さ51mm。39mmとは、トイレットペーパーの芯程度）を知り、窒息につながりやすい食べ物の注意点や玩具の取り扱いに関する注意書きをよく確認するとともに、すぐに対処できるように、応急手当について知っておく必要があります。

※口の中に指を入れて取り出そうとすると、異物がさらに奥へ進んでしまうことがあります。

【ものがのどにつまった時の応急処置】



異物が取れるか、救急隊と交替するまで続けましょう

（監修）日本小児呼吸器学会、日本小児救急医学会

電話相談『中毒 110 番』（公財）日本中毒情報センター）

●大 阪：072-727-2499（365 日 24 時間対応）

●つくば：029-852-9999（365 日 24 時間対応）

●たばこ専用電話：072-726-9922（365 日 24 時間対応・自動音声応答による情報提供）