

平成18年10月に誕生したすこやかメールマガジンは、皆様のおかげで第700号を迎えました。子育て中の保護者はもちろん、市町村担当課のご紹介により、保育園や幼稚園、放課後児童クラブの職員の皆様にも配信希望をいただいておりますことに深く感謝を申し上げます。これからも皆様のお役に立つ情報を発信して参りますので、どうぞよろしくお願いたします。

さて、連日の豪雨被害に心を痛めております。いつ起きるかわからない豪雨災害に、コロナ禍で子育て家庭の備えはどうあればよいのでしょうか。そこで今回は、佐久市が提供している無料アプリ「教えて！ドクター」の「災害と防災」から子育て家庭の避難準備について紹介します。(HPでは詳細なPDFがダウンロードできます)



- お住まいの地域のハザードマップをダウンロード・印刷しておく。
- 母子健康手帳・健康保険証・お薬手帳のコピーを入れておく。
- 地域の避難所または福祉避難所を確認しておく。
- 家族らと安否確認の方法・待ち合わせ方法を確認しておく。
- 情報収集手段(携帯ラジオまたは防災アプリ)を準備する。(使い方の練習をしておく)
- 避難のタイミングを決めておく。(子連れ家庭は警戒レベル3「避難準備・高齢者等避難開始」には避難の完了を目指す)
- 避難バッグに感染症予防の物資を追加する。(使い捨てマスク・アルコール消毒・ウェットティッシュ・体温計・使い捨て手袋・ポリ袋)

※基本の避難バッグチェックリストは『マンガでわかる！子どもの病気・おうちケアはじめてBOOK』防災のページ (https://oshiete-dr.net/pdf/20190927bousai_book.pdf) にあります。お子さんは月齢・年齢によって必要なものがどんどん変化するので、定期的な見直しが必要です。

我が家では、熱中症対策のタブレットとゼリー飲料を追加しました。アルコールタイプのウェットティッシュは品薄ですが、赤ちゃんのおしりふき(ノンアルコール)は大判・厚手のものが使いやすく、手に入りやすいようです。大人が手や体を拭くにも便利でオススメです。

バックナンバーは、HP「まなびネットいわて」(<http://www2.pref.iwate.jp/~hp1595/>)で閲覧できます。第604号【洪水から身を守る】、第662号【アウトドアで防災】、第592号【防災ピクニック】も参考になさってください。【Y】

☆メルマガへのご感想、アドレス変更・配信停止はこちらへ(^_^)/
kosodatem@pref.iwate.jp

★=====★

【発行】岩手県立生涯学習推進センター

【HP】 <http://www2.pref.iwate.jp/~hp1595/>

【Facebook】 <https://www.facebook.com/manabinetiwate/>

【Twitter】 <https://twitter.com/manabinetiwate>

★=====★