

ここちゃんと防災

～ “ここ” から “ちゃんと” そなえよう～

今月のテーマ



「子どもの防災」

2022年5月 vol.7

作：親子で防災@みやの

福田 みゆき

地震、水害が起こったときのために、防災リュックを準備しておられるご家庭も多いかと思います。

お子さんの防災リュックはご準備されていますか？お子さんを連れて避難するときに役立つものを3つ紹介します。

お子様が好きな
ジュースやお菓子が
あると安心です。



毛布やタオルなど、手触りのいいものや好きなにおいのあるものがあると、子どもが落ち着きます。泣かずに済む場面も出てくるでしょう。避難所だと、一人のスペースが決まっているため、持ち込めるものの大きさが限られることがあるので、小さいぬいぐるみなど日頃から決めておくといいかもしれません。

☑ 気持ち落ち着かせるもの

定期的な飲む薬が必要な子や薬アレルギーがある子は、お薬手帳があることで自分に合う薬を処方してもらうことができます。また、子どもの特性や好きなもの・苦手なものが書いてある「サポートブック」を作っておくと、非常時でも本人の特性を伝える時に役立ちます。名前、住所、連絡先を書いたカードを家族の写真と一緒にに入れておくのも良いですね。

☑ 自分を守るために必要な情報

Point①

その他、子どもの年齢や好み、疾患などによって必要なものもあると思います。
(おむつや眼鏡、アレルギーがあればその対策など)

Point②

子どもによっては事態が呑み込めず、いつもと違う場所に興奮してしまい迷惑をかけてしまうかもしれません。

日頃から避難経路や避難所を確認したり、防災食を食べてみたりして、慣れておくことも防災につながります。



災害時は停電になってしまうなど、避難所では電源確保が難しいので、トランプなどのカードゲーム、ぬり絵、パズルなど電源を使わずに遊べるものがあるといいでしょう。こういったもので日頃から遊んでおくと避難時にスムーズです。電源を使用したおもちゃは音が出してしまうものもあるので、避難所ではあまりおススメできません。

☑ 電源がなくても楽しめるおもちゃ

そして何より、子ども自身が自分で考えて防災リュックを作ることが大事です。

何が入っているかを自分が把握しておくことで「これを持って出よう!」という意識につながるのではないのでしょうか。

防災リュックは十人十色。自分だけの防災リュックを作っておくことがとても大切です。