

チャイまる通信

vol.23 <令和4年7月発行>

子育て世代包括支援センター「チャイまる」は、妊娠期から子育て期の方が元気に安心して生活できるようお手伝いする機関です。

チャイまる通信の今月号は、「災害時の備え」についてご紹介します。災害は、いつ起こるかわかりません。余裕のある時に備えておきましょう。



防災情報の入手方法を確認しましょう！

ひおき情報メールで防災情報をゲット

日置市では、日置市の防災情報などを受け取れるように、スマホやパソコンなどメールで配信するサービスがあります。

<配信する情報>

市民発令情報、避難所開設、閉鎖情報、その他防災の情報、気象警報など

<登録の仕方>

- ①スマホやパソコンなどから下記メールアドレスに空メールを送信
hioki@ansin-anzen.jp
※空メールを送っても返信が届かない方は、ドメイン（anzen.jp）指定受信の設定をお願いします。
- ②返信メール本文に記載のURLをクリックし、WEB接続
- ③表示された画面で「本登録画面へ」のボタンをクリック
- ④必要事項を登録



日置市防災ハザードマップで 自宅災害リスクを確認しよう

ハザードマップは、浸水や土砂災害が発生するおそれの高い区域を着色した地図です。ただし、着色されていないところでも災害が起こる可能性はあります。

自宅の周りに危険な箇所はないか？

いざという時、避難する場所は？

避難所までどうやって行く？



広報ひおき3月号（P15）に「新しくなった防災ハザードマップ」について紹介しています。

- 「避難」とは「難を避ける」ことです。安全な場所にいる人は、避難場所に行く必要はありません。
- 避難先は、小中学校や公民館だけではなく、安全な親戚・知人宅に避難することも考えてみましょう。
- 避難する際には、食料などの他、マスク・消毒液・体温計も持参してください。

子育て世帯の方へ災害に備えましょう！

日置市防災ハザードマップに「非常持ち出し品のチェックリスト」があります。
災害時に備えて、確認をお勧めします。

赤ちゃん用 持ち出し品チェックリスト(例)

- 母子健康手帳・診察券(★)
- 粉ミルク・液体ミルク・マスク
- プラスチック製哺乳瓶
- 哺乳瓶用消毒液
- 保温性のあるマイボトル
- 着替え(★)
- 離乳食・アレルギー対応食
- 小児薬
- 紙おむつ(★)
- 不透明なビニール袋(★)
- おしりふき・ウェットティッシュ(★)
- だっこひも
- おもちゃ(★) など

(★)赤ちゃんのお出かけに必要な物をママバックとしてセットしておく、もしもの時に大活躍です。

乳児用液体ミルクを知っておこう！

液体ミルクは、常温で長期保存できる容器に密封され、あらかじめ調乳ができています。そのまま飲めるので、災害時の備えとして注目されています。



抱っこひもを準備しましょう

急いで避難する場合、ベビーカーでの避難は危険です。日ごろから抱っこひもを準備してお散歩へ。また、「前だっこ」なら子どもの頭を守りやすくなります。



もしもの時の約束を！

災害時は、すぐに迎えに行けないこともあるので、あらかじめ家族・学校・保育園・幼稚園と災害時の避難先や連絡方法などの約束事を共有しておきましょう。



食べながら備える(ローリングストック法)

ローリングストック法とは、日常生活で消費しながら備蓄することです。食料品を一定量に保ちながら、消費と購入を繰り返すことで、備蓄品の鮮度を保ち、いざという時にも日常生活に近い食生活を送ることが目的です。



災害時に備えてお試しを！

家族で楽しみながら一緒に経験してみましょう。例えば、非常食を使った料理を食べしてみる、公衆トイレや和式トイレを使ってみる、公衆電話の使い方を子どもに教えておくなども良いでしょう。



家族や友人の安否情報を集める方法

災害時、通話が集中すると電話がつながりにくくなることがあります。安否の確認は、災害用伝言ダイヤルや災害用伝言サービスなどを活用しましょう。SNSやショートメールなども有効な手段です。

子育て世代包括支援センター チャイまる

- 【お問い合わせ先】〒899-2592 日置市伊集院町郡一丁目100番地
専用ダイヤル TEL:273-2177
- 【開設日時】 月曜～金曜日(祝日・年末年始は除く) 8時30分～17時
- 【所属】 日置市子ども未来課・子育て支援係・健康保険課健やか母子係



子育てに関する
ことなど、
お気軽にご相談
ください。