

おむつ・トイレ

災害時でも、赤ちゃんにとっておむつは必要不可欠なものです。成長に合わせてサイズを更新しておかないと、いざというときに使えず大変です。

おむつについて

- おむつは乳児 1 日 10 ～ 12 枚、幼児 7 ～ 8 枚が目安です。
- 体調を崩し下痢などになりやすいので、紙おむつを多めに用意しておきましょう。

携帯トイレを用意する

- 避難所のトイレは混雑し並ぶので、小さな子どもは我慢しきれずにおもらししてしまうことがあります。できれば携帯トイレを用意しておきましょう。



おむつかぶれ対策

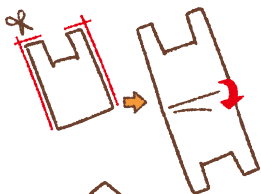
- ティッシュペーパーや使い捨てができるガーゼや布をぬらしてウンチを拭き取ります。
- ペットボトルに入れたお湯（なければ人肌に温めた水）で、おしりを洗います。
- 乾いた布などを押し当てて水分を取ったのち、よく乾燥させてからおむつを当てます。できるだけ、よく乾燥させ、濡れた状態でおむつをしないことがポイントです。

その他

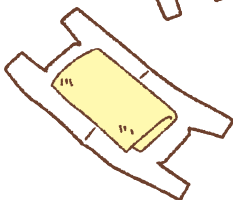
- おむつ交換のあとは、可能な限り手を洗うかアルコール消毒をしましょう。
- トイレが使えない場合、ごみ袋の中に消臭砂や新聞紙などを入れ、排泄しましょう。ナプキンやおむつも同様にごみ袋に入れ、袋の口をしっかりと結びましょう。
- 消毒剤などで生活環境も清潔に保ちましょう。

レジ袋とタオルで 代用おむつをつくる

災害時におむつが手に入らない場合には、レジ袋とタオルなど、さまざまなもので代用ができます。



- 1 ハサミでレジ袋の持ち手の部分と側面をきります。



- 2 開いた部分にタオルをのせます。タオルの上にガーゼやフリースなどを敷いておくと、ウンチをとるときに便利です。



- 3 袋の持ち手を結びます。