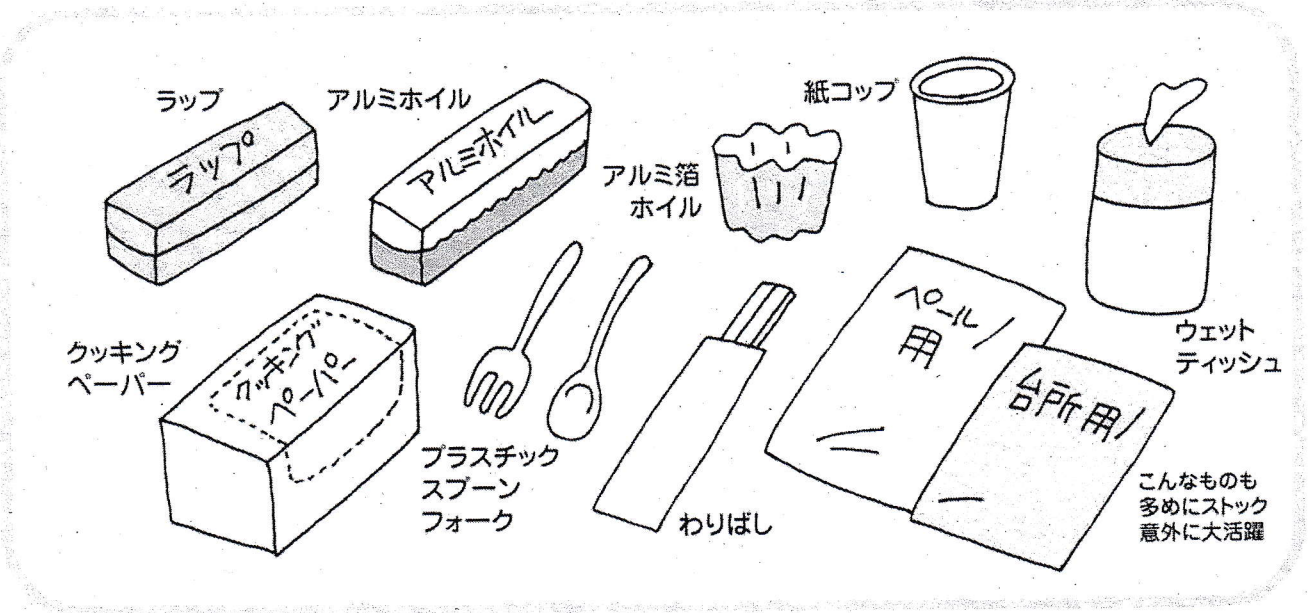


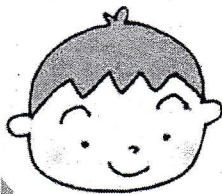
2

あると便利！日ごろからストックしましょう。



3

家族構成に合わせた備蓄を考えましょう。



乳児がいる場合



★水は多めに



○ 災害時には、母乳が出なくなることもあるため、粉ミルクを用意しておきましょう。

○ 食物性アレルギーの乳児がいる場合は、アレルギー用食品(半調理品、調味料、菓子類など)を普段から余分に買っておくようにしましょう。

高齢者がいる場合



★水は多めに

- そしゃく困難な方がいる場合は軟らかくて食べやすい備蓄品を用意しましょう
- 慢性疾患をもっている場合は、自分に合う非常食を用意しておきましょう