



災害時に備えて



乳児用

知っていますか？

液体ミルク



乳児の栄養は、母乳が基本です。

本リーフレットは、乳児用液体ミルクの正しい知識を伝えることを目的としています。

東京都福祉局

都民からの提案で
構築された事業です。
詳細はこちら



はじめに

東京都の災害リスク

今後30年以内に南関東で直下型

大規模地震が発生する確率は70%程度

近年、日本各地で地震や集中豪雨など、多くの自然災害が発生しています。東京都におい

ても、災害はいつ発生するかわかりません。中でも都心南部直下地震では、震度6強以上の地域が区部の約6割に及ぶと想定されています。揺れや火災による建物・人的被害が発生するほか、交通機関の停止・渋滞等に伴い大量の帰宅困難者が発生する見込みです。

1 災害時に想定される事態

ライフライン復旧には4日以上

乳児の栄養補給に課題が

大規模災害が発生した場合には、電気・ガス・水道・下水道などがしばらく使えず(図1)、数日程度は流通が機能しない恐れがあります。皆さんは、そうした環境のもと生活することが想定されます。災害時にも、いつもと同じように授乳を続けることが大切ですが、普段粉ミルクを利用して育児をしている家庭が「粉ミルクを調乳する水、沸騰させるための熱源の確保が難しい」という事態に直面する可能性があります。これらは、近年の災害体験者が「とても苦労した」と語る課題です。乳児用液体ミルクは、その解決策の一つとして期待されています。

被災者の声

「子どもが生まれてすぐに震災に遭い、私は母乳があげられなかったので、ミルクを飲ませなくてはならず、でもガスが使えずにお湯がわかせず、ポットに入っていたお湯だけで足りるか不安だった」



出典:『災害体験に学ぶ～妊婦や乳幼児の保護者に伝えたいこと』
(東京都福祉保健局、2007)

母乳育児の方は

- 災害時も感染症予防等のため、母乳を続けることが勧められています
- 母乳が一時的に減ったり止まったりしたように感じても、吸わせ続けることでまた出てくるようになります
- 母乳不足が心配なときは、医師・管理栄養士、保健師、助産師等に相談しましょう

電力

4日

通信

4日

上下
水道

21日

都市
ガス

42日

図1 大規模災害の際に各ライフラインの機能を回復させるのに要する想定日数
出典:『首都直下地震等による東京都の被害想定(令和4年5月25日公表)』

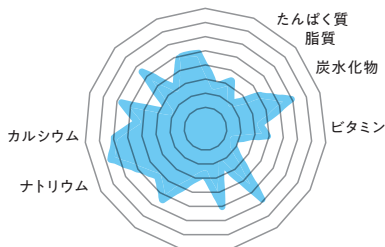
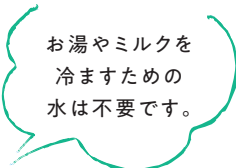
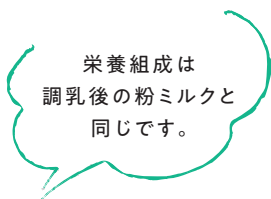
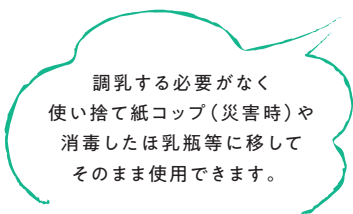
2

災害時に役立つ乳児用液体ミルク

調乳の必要がなく、常温保存も可能

乳児の栄養は母乳が基本ですが、母乳だけでは足りない場合などには、赤ちゃんの発育状況等を確認の上、母乳代替食品で補うこ

とができます。その一つである乳児用液体ミルクは、調乳する必要がなく滅菌済みなのですぐに使用できることや、常温（おおむね25℃以下）で保存できるのが特徴で、災害時に有用です。

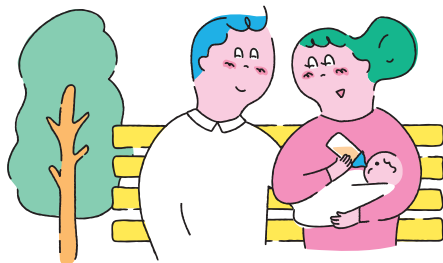


粉ミルク

栄養組成



液体ミルク



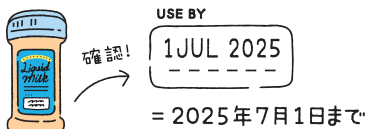


乳児用液体ミルク Q & A

乳児用液体ミルクは調乳の必要のない母乳代替食品ですが、注意点があります。

下記、Q&Aのほか、詳細は実際の商品の表示やメーカーのホームページでご確認ください。

Q 使用前に気をつけることは？



A. 期限表示や容器に破損等がないか確認し、授乳前に製品の色^{#1}や味、匂いをチェック。外国製品の場合^{#2}は、月齢に適した製品であるかを必ず確認。

※1 色は褐色がかったいても問題ない。

※2 外国製品の場合、期限表示が異なる。期限表示の記載「BBE: 07-25」「USE BY: JUL25」はどちらも2025年7月まで、「01.07.25」は2025年7月1日までという意味。

Q どうやって飲ませるの？



A. まず手を洗ったのち、紙バックや缶等の製品をよく振ってまぜ、使い捨て紙コップ(災害時)や、消毒したほ乳瓶等に移し替える。開封したらすぐに飲ませ、飲み残しは捨てる。

Q 消毒したほ乳瓶や乳首がないときは？

A. 使い捨て紙コップのほか、洗浄して熱湯消毒したカップやスプーン等を使う。消毒できないときは、衛生的な水でよく洗ってから使用する。赤ちゃんの口の中にミルクを与えるのではなく、縦抱きにし、赤ちゃんが自分で飲むようにする。

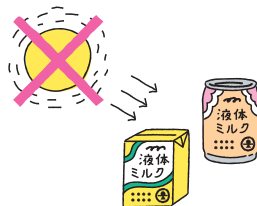


カップを使った授乳方法(カップフィーディング)や、災害時の乳幼児の栄養について詳しくは、こちらで >>

(災害時における乳幼児の栄養支援の手引き
(公益社団法人日本栄養士会))



Q 保存方法は？



A. 直射日光が当たるところは避け、常温(おおむね25℃以下)で適切に保存する。特に夏場は注意。

災害時に備えて 知っていますか？ 乳児用液体ミルク

東京都福祉局子供・子育て支援部家庭支援課

TEL: 03-5320-4372 (直通)

<https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/kodomo/koho/nyujiyoeikitaimilk.html>

監修：順天堂大学大学院医学研究科小児思春期発達・病態学講座主任教授／清水俊明 公益社団法人日本栄養士会 常務理事(日本栄養士会災害支援チーム JDA-DAT総括)／下浦佳之

くわしくは
こちらの
サイトで



令和6年8月改訂 登録番号(6)49