

KIDS センター Cafe

防災 No. 1

2022.12

防災

先日、防災ポラネット守山代表の鷲見修さんの防災セミナーにスタッフ一同参加いたしました。

防災というと、何からどうはじめればよいのかわからず、戸惑いますよね。日ごろできることから始めることが**減災**へとつながり、

“命を守ることになる”ということがわかりました。KIDSセンターでは、日ごろの生活の中で、リクシウできる対策を今後発信していきたいと思っています。今回は、子育て中の方におすすめの防災に関するサイトをお伝えします。

おすすめサイト

① 赤ちゃん和妈妈を守る防災ノート

→ 防災ノートのPDFをダウンロードし、コピーすると、ノートに直接書き込めることから、ご自身に必要な備えについて考えることができます。

② 子ども・赤ちゃんと防災。教えて！ドクター

→ アレルギーや発達障害を抱えているお子さんの災害時の注意点についてまとめたページもあります。心のケアについてもまとめてありました。

③ 乳幼児と保護者、妊婦のための防災ハンドブック

→ 地震を具体的に想定し、子育て中、妊婦の女性の視点で、日頃から備えておくこと、災害発生時に対処すべきことについて書かれています。