

# 災害時における調乳について

## Q. 哺乳びんの消毒ができませんがどうしたらよいですか？

- A. 次のように使用してください。
1. 飲み残しはすみやかに捨て、すぐに清潔な水で洗浄してください。食器洗剤がなければ清潔な水できれいになるまでゆすいでください。
  2. 水気を取ってください（振って水気を落とす、清潔な布などで拭き取る、日光に当てて乾燥させて保管する。）

## Q. ミネラルウォーターを使用してもよいですか？

- A. 粉ミルクに使用するミネラルウォーターは商品パッケージに書いてある「硬度」を見て出来るだけ硬度の低いもの（軟水）をおすすめいたします。（大塚食品クリスタルガイザーなど）

## Q. 水がなく、大人用のポカリスエットやお茶などしかありませんが、赤ちゃんに与えてもよいですか？調乳に使えますか？

- A. 大人用の清涼飲料水（イオン飲料、ジュース類）は、浸透圧が高く赤ちゃんに負担をかけることとなりますので、与えるのも、調乳も避けてください。  
緑茶、ウーロン茶、コーヒー、紅茶などもカフェインが含まれるものは赤ちゃんへの影響が考えられるので、与えるのも、調乳も避けてください。  
麦茶は与えてよいです。また、カフェインが含まれていないという点で、調乳にも使用可能と考えます。（麦茶の色が着色しますので、普段のミルクの色と異なります。）

## Q. 被災地にフォローアップミルクしかありません。9か月前の子どもに薄めて飲ませてもよいですか？

- A. フォローアップミルクを調乳するときは、濃くなることのないようにしてください。  
つよいこスプーン1杯で、40ml以上のお湯、または清潔な飲料水で溶かしてください。

## Q. お湯が沸かせないのですが、70℃での調乳が必要ですか？

- A. 赤ちゃんの飲用に適する清潔な水を使ってください。  
（被災地で70℃以上のお湯が手に入らない場合の措置）

## Q. 給水車で配給される水を赤ちゃんに与えてよいですか？

- A. 給水車で配給されている水は水道水と同等と考えますが、飲用に適することを確認して使ってください。

## Q. どのくらいの硬度の高さものは調乳に適さないですか？

- A. 硬度300 (mg/l) を超えるものです。できれば避けたほうが良いですが、その水しか無い状況であれば、また短期的な使用であれば、お使いいただいても大丈夫だと考えます。

※上記の内容は災害時等、緊急時における対応となります。  
ふだんは商品や解説書に記載の手順に従って行ってください。