

授乳アセスメントシート① (聞き取り票)

授乳アセスメントシート

※個人情報を含むため、取り扱いに注意

年 月 日

| | |
|--------------------|---|
| 避難状況 | <input type="checkbox"/> この避難所に避難中 <input type="checkbox"/> 在宅避難（自宅・親族宅・その他（ ）） <input type="checkbox"/> 車中避難 <input type="checkbox"/> その他（ ） 住所： 連絡先： |
| お母さんのお名前 | （ふりがな） |
| 授乳中のお子さんのお名前 | （ふりがな） |
| 言語（視聴覚等障害・日本語の理解度） | 視聴覚等障害無・有：見る・聞く・話す・読む 使用言語（ ） 翻訳者有 翻訳アプリ 筆談 その他 |
| 家族構成 | 夫（パートナー）、子ども 人、他（ ） |

○授乳等の状況

| | |
|----------------------------------|---|
| ①授乳中のお子さんの月齢 | カ月 |
| ②お子さんは元気ですか？ おしっこ・うんちはどうですか？ | 元気 <input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> 普段とちがう（ ） おしっこ（おむつの濡れ） <input type="checkbox"/> 1日6回以上 <input type="checkbox"/> 1日6回以下 うんちの状態 <input type="checkbox"/> 普段どおり <input type="checkbox"/> 普段とちがう（ ） |
| ③赤ちゃんの病気・アレルギー・障害など | 無 有（現在は落ち着いている）：（ ） 有（現在症状有り）：（ ） |
| ④お母さんの病気・不調・障害など | 無 有（現在は落ち着いている）：（ ） 有（現在症状有り）：（ ） |
| ⑤災害前の授乳法 | a.母乳のみ b.母乳とミルク c.ミルクのみ |
| ⑥現在の授乳法 | a. 母乳のみ b.. 母乳とミルク c. ミルクのみ d. 何も飲めていない |
| ⑦直接授乳以外で（ミルク等）足しているものがあれば量・回数・方法 | 搾母乳（ <input type="checkbox"/> 手・ <input type="checkbox"/> 搾乳器）・ミルク・その他（ ） 1回（ ）ml x（ ）回/日 哺乳びん・コップ・その他（ ） |
| ⑧母乳分泌について | 母乳分泌に不安が <input type="checkbox"/> ある <input type="checkbox"/> ない 母乳分泌を増やすこと、母乳再開に関心が <input type="checkbox"/> ある <input type="checkbox"/> ない |
| ⑦離乳食の状況 | <input type="checkbox"/> 始めている <input type="checkbox"/> 始めていない [回/日 硬さの目安：ヨーグルト・豆腐・バナナ・肉団子] |

○持参したもの

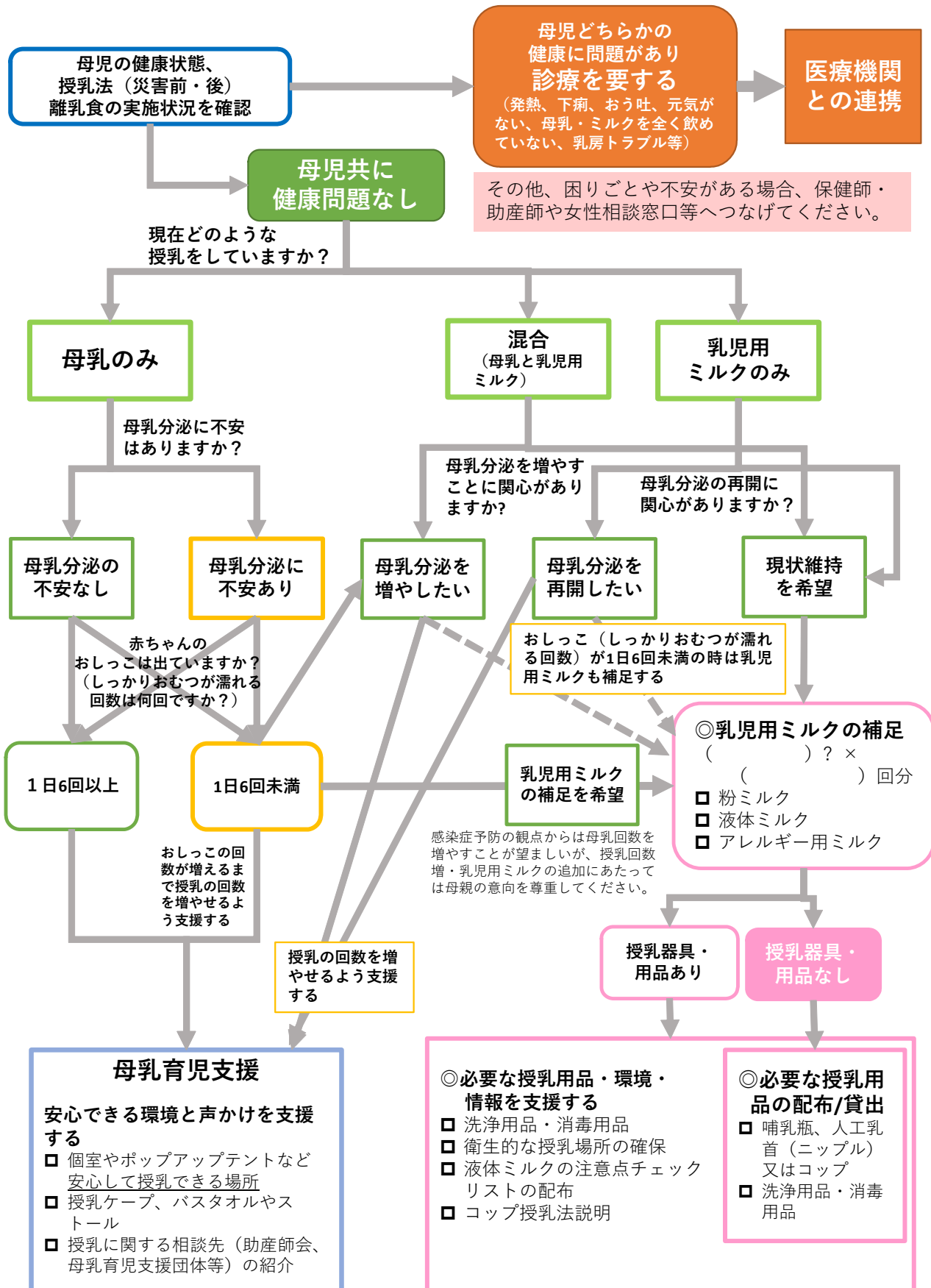
| | あり | なし | 不足 |
|------------|---------|----|-----|
| 母子手帳 | | | |
| 哺乳瓶 | | | 本 |
| 人工乳首（ニップル） | | | 個 |
| 粉ミルク | g 缶/パック | | 個 |
| アレルギー用粉ミルク | g 缶/パック | | 個 |
| 液体ミルク | ml | | 本 |
| 調乳用の水 | ml | | 本 |
| 哺乳瓶洗浄・消毒用品 | | | 日分 |
| おむつ | サイズ： | | 枚 |
| おしりふき | | | パック |

不安、心配なこと

※必要な物資、ケア、健康状態に加え、家族間の悩み等についても拾い上げ、専門機関等につなげてください。

授乳アセスメントシート② (フローチャート)

授乳状況アセスメントシート (フローチャート)



授乳アセスメントシート③ (配布リーフレット)

○液体ミルクの注意点チェックリスト (液体ミルクと共に配布)

**液体ミルクを使用するお母さま、ご家族の方へ
災害時に安心して使うためのチェックリスト**

このたびの災害では、ライフラインが不十分の中で、赤ちゃんにできるだけ安全にミルクを与えられるように心を配っていらっしゃることでしょ。液体ミルクは、調乳の必要がなく殺菌されており常温で保存可能なので、災害時には有効です。液体ミルクを使用する際には製品の説明書に従ってください。一般的な準備や保存上のチェック項目には以下のようなものがあります。項目をチェックしましょう。

| | |
|---------------|---|
| 開封前 | <p>賞味期限までは常温*で保存可能</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 高温での保存は想定されていません。できるだけ冷暗所を保存します。 <input type="checkbox"/> 冷凍保存はできません。 <input type="checkbox"/> 賞味期限を確認し、期限切れのものは廃棄します。 <input type="checkbox"/> 海外のものは表記方法に注意します。 (例：英国式 日/月/年；米国式 月/日/年) |
| 飲ませる準備 | <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 使用前に手を清潔にします。 <input type="checkbox"/> 液体ミルクパッケージに傷や破損がないこと、注ぎ口が汚れていないことを確認します。 <input type="checkbox"/> 濃度が均一になるように、よく振ります。 <input type="checkbox"/> ストローの先や缶の注ぎ口に手を触れないようにして清潔な容器に移します。 <p>清潔な容器とは？</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 1回ごとの使い捨ての人工乳瓶が付いていないタイプは、授乳用の清潔な容器が毎回必要。 ● 繰り返し使うタイプの人工乳瓶を洗浄していくアタッチメントは災害時の使用には適さない。 ● 清潔な雑巾が、人工乳瓶が手に入らない、または十分に洗浄や消毒ができない場合、使い捨ての紙コップなどを利用できる**。 <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 容器に移した後、凝固・分離・異臭がないことを確認します。 <input type="checkbox"/> 温めずに飲ませてかまいません。 <input type="checkbox"/> 温める場合は以下を留意しましょう。 <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 製品の説明書に従い肌まで温める。 <input type="checkbox"/> 電子レンジや直火など高温になる加熱は避ける。 <input type="checkbox"/> 製品パッケージ（缶・紙パック）のままの湯せんはできない。 <input type="checkbox"/> いったん温めたミルクや飲み残しは、絶対に再加熱せず廃棄する。 <input type="checkbox"/> 赤ちゃんが飲み残した分は必ず廃棄しましょう。口をつけていなくても開封後の保存はできません。 |



Tomo Miura

母乳をあげている、またはミルクと母乳の両方をあげているお母さん

災害のストレスで母乳が減ってしまったように感じられるかもしれませんが、それは一時的なものです。赤ちゃんが授乳のたびに母乳を飲ませると母乳はつくられ続けます**。



災害時の赤ちゃんの栄養

* 日本栄養士会「災害時に乳幼児を守るための栄養ハンドブック」では25℃以下、日本工業規格 (JIS) では常温を5℃～35℃と定めています。

** 詳しくは、母と子の育児支援ネットワーク「災害時の赤ちゃんの栄養」を参照してください「災害時の赤ちゃんの栄養」<https://i-hahatoko.net/?p=745>

作成：母と子の育児支援ネットワーク (<https://i-hahatoko.net/>)
2020年1月改訂

出典：

母と子の育児支援ネットワーク

「液体ミルクを使用するお母さま、ご家族の方へ」
<https://i-hahatoko.net/wp-content/uploads/2018/07/液体ミルクを使用するご家族の方へ.pdf>

「災害時の赤ちゃんの栄養」
<https://i-hahatoko.net/wp-content/uploads/2018/06/災害時の赤ちゃんの栄養カラー.pdf>

参考：

母と子の育児支援ネットワーク

「コップ授乳」
<https://i-hahatoko.net/wp-content/uploads/2020/04/cupfeeding.pdf>

○災害時の赤ちゃんの栄養 リーフレット (授乳室や乳幼児用物資配布場所にて配布)

災害時の赤ちゃんの栄養

—「離れた」なんて言えなくて頑張っているお母さんに～
赤ちゃんの栄養で困ったときは

乳児用ミルクをあげているお母さんへ

ミルクを確認し、できるかぎり清潔に調乳しようとして気を配ってあげられることでしょう。

- ★ 粉ミルクは70度以上で調乳する（一度沸騰させて熱いうちに溶かす）ことができれば、細菌を死滅させることができます。
- ★ 容器を洗って消毒・殺菌することが難しいときは、使い捨ての紙コップが役に立ちます。
- ★ 調乳後の粉ミルクも液体ミルクも飲まなかった分は廃棄します。

コップで飲ませる方法

- ★ コップが下唇に軽くふれ、コップの縁が上唇の外側にふれるように
- ★ コップを唇につけたまま、赤ちゃんが自分で飲むようにする
- ★ 赤ちゃんの口の中にミルクを注ぎ込まないようにしましょう

赤ちゃんを落ち着かせ、ママも肩の力を抜くために

- ★ たくさん抱っこ
- ★ 肌と肌をふれあわせ
- ★ スキンシップ
- ★ 乳房を何回でも含ませてみる
- ★ 深呼吸
- ★ 子育てママが集まって情報交換
- ★ 肩や背中をマッサージ
- ★ 気持ちを聴いてもらう

困ったときに

- ★ 災害時の母乳育児相談～よく聞かれる質問 https://liljapan.org/faq_saiga.html
- ★ 母乳育児や乳幼児の栄養などの相談窓口 hisal_support@liljapan.org

- 1) お名前 2) お住まいの地域
- 3) 相談内容
- 4) 電話相談・メール相談どちらをご希望か記入して送信ください

母と子の育児支援ネットワーク「災害時の母と子の育児支援 共同特別委員会」 <https://i-hahatoko.net/>

NPO法人 ムネ・ア・ソノト <https://liljapan.org/>
NPO法人 ムネ・ア・ソノト <https://liljapan.org/>
NPO法人 ムネ・ア・ソノト <https://liljapan.org/>

イラスト：Tomo Miura
写真：Satoru Miyata, Rieko

災害時の赤ちゃんの栄養

—「離れた」なんて言えなくて頑張っているお母さんに～
赤ちゃんの栄養で困ったときは

母乳をあげているお母さんへ

母乳には免疫が含まれていますので、あげ続けていると赤ちゃんが病気にかかりにくくなります。

- ★ 欲しがる時に欲しがるだけ飲ませてあげましょう。
- ★ スキンシップをたくさん取りましょう。
- ★ できるかぎり、リラックスして過ごしましょう。
- ★ 一時的に母乳が出にくくなったと感じても、大丈夫。赤ちゃんがひんぱんに飲むことで母乳の量は増えていきます。足していたミルクが少なくてすむようになり、足さなくてすむようになることもあります。赤ちゃんが十分に母乳を飲めていないのではと不安になったら、おしっこウンチの回数を見ます。“おしっこウンチが今までと同様に出ている”なら飲んでいる証拠です。もし、いつもより少ないと感じたら……、医療者や相談窓口に、遠慮なく相談しましょう。

困ったときに

- ★ 災害時の母乳育児相談～よく聞かれる質問 https://liljapan.org/faq_saiga.html
- ★ 母乳育児や乳幼児の栄養などの相談窓口 hisal_support@liljapan.org

- 1) お名前 2) お住まいの地域
- 3) 相談内容
- 4) 電話相談・メール相談どちらをご希望か記入して送信ください

母と子の育児支援ネットワーク「災害時の母と子の育児支援 共同特別委員会」 <https://i-hahatoko.net/>

NPO法人 ムネ・ア・ソノト <https://liljapan.org/>
NPO法人 ムネ・ア・ソノト <https://liljapan.org/>
NPO法人 ムネ・ア・ソノト <https://liljapan.org/>

イラスト：Tomo Miura
写真：Satoru Miyata, Rieko