

どうする？
災害時の
赤ちゃんの栄養

原始時代には
危機が迫った時に
乳を押し出すのを
一時的にとめ
安全になると
出る仕組みができた
といわれています

これは
「今はゆっくり
授乳している場合
ではなく逃げろ」
ということだからです

それは現代も同じ…
母乳が押し出しにくく感じて
もストレスには関係なく
作り続けられているのです

災害時
「ストレスで
母乳が止まる」
って聞きました
けど…

それは
よくある誤解！
安心できると出る
仕組みが現代でもあるの

だから「ここは安心」
 と思えるような場所を
 用意する事が
 とっても大事なの

災害時の状況たと
授乳回数が減り
がちになって…

おっぱい

おっぱい

おっぱい

プロラクチン

乳汁量の抑制
調整のしくみ

押し出す力
オキシトシン

授乳回数が減ったり
ここでミルクをあげると
作られる量が
減ってきます

免疫物質は
災害時に心配な
感染症から
赤ちゃんを守って
くれる

少し多めに
あげていたら
いつもより出たって
人もいるの

母乳をあげている
人には授乳に専念
できるように

安心できる
環境整備が
特に重要な
もの

でも母乳は作られる
けどママの元気の
ために多めの食事
をあげたいし

赤ちゃんは
落ちつくために
乳首をくわえるし
夜の授乳もあるから
できれば家族専用の
スペースがいいよね

そして
乳幼児用ミルクを
あげている人は
徹底的な衛生管理が
大事！

液体ミルク

手洗い

消毒

赤ちゃんミルク

常温保存
常温は15~25℃位
日本産業界規格では
35℃まで
(X-11による)

赤ちゃんミルク

アレルギー対応
は赤ちゃんミルク
のみ

70℃以上
で5分間
煮沸

人用に
冷ます

消毒した哺乳瓶が
ないときは
コップなどで
飲ませる方法も
あるよ！

あと
飲み残しは
絶対に捨てる事

菌が繁殖
しやすくなるので
ためらいなく
手を出せ!!

ミルク・母乳どちらを
あげていても同じくらい
子育てを頑張ってる
災害時もいつものやり方を
尊重してもらって！

「災害前の子育てを
続けられるように
何が出来るか」
支える人たちは
乳児の保護者に
寄り添って
考えて欲しい…

国際基準 WHO の国際規準や災害時の乳幼児栄養の指針で定めていること
○ それぞれにあった方法をして
きちんとアセスメントして
必要な人にミルクを渡す
× 災害時ミルクを一律に配布
× 平時時ミルクの試供品や試飲を提供

アドバースよりも
まず保護者に話を
聞いて
今まで通りの育児が
できるように
手助けしようね

母乳を飲んでる赤ちゃん
ミルクを飲んでる赤ちゃん
両方を守ることになるんですね

本資料は、災害時の乳児栄養の国際基準に基づく内容です。詳しくは [IFE 災害時乳幼児栄養](https://jal-net.jp/dl/OpsG_Japanese_Screen.pdf) [検索](#)
https://jal-net.jp/dl/OpsG_Japanese_Screen.pdf

発行元 あんどうりす 本郷寛子 <https://andorisu.jimdo.com>

縦読みバージョン
(2024年発行)

著作権は発行元にあります。出典を記載し、改変せず、
非営利目的であれば自由にコピー出来ます。

医学監修：奥 起久子 東京北医療センター小児科 小児科専門医、周産期・新生児医学会認定新生児専門医

印刷用のページのDLや参考文献は右記サイトを参照：<https://andorisu.jimdo.com/災害時の乳幼児栄養マンガ/>

2019.11月改訂版

●災害時の乳幼児栄養の国際的ガイドライン(OG-IFE)をとりまとめているENNのサイトに、このマンガが紹介され、各国語に翻訳されています。 <https://www.enonline.net/comicbasedontheogife>



Emergency Nutrition Network (ENN)は国際的な栄養危機に取り組む団体。国連児童基金(UNICEF)世界保健機構(WHO)国連難民高等弁務官事務所(UNHCR)国際連合世界食糧計画(WFP)などの国連機関と緊急救援活動に取り組むNGOや専門家による国際連携で形成された「IFEコアグループ」をとりまとめている。

●内閣府 男女共同参画局のガイドラインにも、ENNのサイトが引用され、このマンガが紹介されています。
<https://www.gender.go.jp/policy/saigai/fukkou/guideline.html>

参考文献 (アルファベット順)

American Academy of Pediatrics. Infant Feeding in Disaster and Emergencies, 2020.

<https://publications.aap.org/DocumentLibrary/Solutions/PCO/FormsTools/disasterfactsheet.pdf>

(災害時は母乳育児の継続支援が基本と記載。内容は日本語で下記の論文に引用紹介されている。)

・板橋家頭夫:災害時の栄養. 周産期医学. 2017; 47:421-424. ・長谷部義幸, 板橋家頭夫. 災害と小児栄養の問題点と課題, 小児内科, 2018; 50(3):401-405.

American Academy of Pediatrics, American College of Obstetricians and Gynecologists. Breastfeeding Issues During Disasters

(AAP/ACOG) in Breast-feeding Handbook for Physicians 3rd ed. p.307-317, 2023. (災害時にストレスで母乳が出なくなることはなく、また十分な栄養摂取ができていなくてもきちんと母乳育児はできるとお母さんに伝えて安心させるよう、と記載されている。)

Bartle, Carol. Infant Feeding in Emergencies: Fact Sheets for Parents and Support Workers.

日本語版: ラ・レーチェ・リーグ日本翻訳. 平時から備えたい災害時の「乳幼児栄養と授乳」情報シート集, ラ・レーチェ・リーグ日, 2016.

Child Protection Working Group (CPWG). Minimum standards for child protection in humanitarian action, 2019

日本語版: セーブザチルドレン翻訳. 人道行動における子どもの保護の最低基準第2版

<https://www.savechildren.or.jp/news/publications/download/cpms2.pdf>

De Brabandere A, David A, Dozio E, under the coordination of Bizouerne C. Baby Friendly Spaces - Holistic Approach for Pregnant, Lactating Women and their very young children in Emergency, 2014. Action contre la Faim, member of the ACF International Network (ACF)

ENN, IBFAN-GIFA, Fondation Terre des hommes, CARE USA, Action Contre la Faim, UNICEF, UNHCR, WHO, WFP, Linkages. Infant Feeding in Emergencies Module 2 Version 1.1 For health and nutrition workers in emergency situations for training, practice and reference, 2007.

Gribble KD, Berry NJ. Emergency preparedness for those who care for infants in developed country contexts. Int Breastfeed. J. 6(1):16, 2011 日本語版: JALC 翻訳. 先進国における災害時の乳児栄養. <https://jalc-net.jp/hisai/gribbleandberry.pdf>

Gribble K, Fernandes C. Considerations regarding the use of infant formula products in infant and young child feeding in emergencies (IYCF-E) programs. World Nutrition 2018;9(3):261-283

Hipgrave, et al. Donated breast milk substitutes and incidence of diarrhoea among infants and young children after the May 2006 earthquake in Yogyakarta and Central Java. Public Health Nutr. 2012; 15(2):307-15.

本郷寛子, 新井基子, 五十嵐祐子. お母さんも支援者も自信がつく母乳育児支援コミュニケーション術. 南山堂, 2012.

IFE Core Group. Infant and Young Child Feeding in Emergencies: Operational Guidance for Emergency Relief Staff and

Programme Managers, version 3.0, 2017. <https://www.enonline.net/resources/operationalguidancev32017>

(災害時の乳児の栄養支援の国際的スタンダード。このチラシの最下段に記載してあるWHOの方針というのは、具体的にはこの手引きに記載されている内容)

日本語版: JALC 翻訳. 災害時における乳幼児の栄養—災害救援スタッフと管理者のための活動の手引き.

https://www.enonline.net/sites/default/files/Ops-Guidance-on-IFE_v3_Japanese.pdf 及び https://www.jalc-net.jp/dl/OpsG_Japanese_Screen.pdf

インフォグラフィック <https://www.enonline.net/ifecoregroupinfographicseries> (日本語訳もあり)

日本栄養士会 日本栄養士会災害支援チーム. 災害時における乳幼児の栄養支援の手引き, 2020.

奥 起久子. 乳児用液体ミルク: その導入と「母乳代用品のマーケティングに関する国際規準」法制化の必要性. Neonatal Care, 2017;30:725-730.

奥 起久子. 災害時の乳幼児の栄養支援～液体ミルク導入に際しての留意事項を含めて～, 助産雑誌, 2019;73(8):676-683.

参議院予算委員会会議録第8号(第13部)第198回国会, 平成31年3月13日, p.23.

Prime DT, Kent JC, Hartman RA, Hartman PE. Oxytocin: Milk ejection and maternal-infant well-being. In TW Hale & PE Hartman (Eds.), Hale & Hartman's Textbook of Human Lactation (pp.141-155). Hale Publishing, 2007.

レスキューストックヤード(RSY)避難所運営の知恵袋改訂版～みんなで助け合える避難所づくりのために～, 2019.

Sphere Association. The Sphere Handbook 2018

日本語版: スフィアハンドブック: 人道憲章と人道支援における最低基準 日本語版, 第4版, 2019.

https://jqan.info/wpJQ/wp-content/uploads/2019/10/spherehandbook2018_jpn_web.pdf

UNHCR, ENN. Infant and Young Child Feeding Practices: Standard Operating Procedures for the Handling of Breastmilk Substitutes (BMS) in Refugee Situations for Children 0 - 23 months, 2015.

WHO. International Code of Marketing of Breast-milk Substitutes, 1981.

日本語版: 母乳育児支援ネットワーク翻訳 母乳代用品のマーケティングに関する国際規準.

https://bonyuikuiji.net/wp-content/uploads/2024/12/International_code_2024.pdf

WHO, UNICEF. Baby Friendly Hospital Initiative: Revised, updated and expanded for integrated care, 2009

日本語版: BFHI2009 翻訳編集委員会翻訳. UNICEF/WHO 赤ちゃんとお母さんにやさしい母乳育児支援ガイド ベーシックコース. 医学書院, 2009.

WHO/UNICEF. Infant and young child feeding counselling: an integrated course: trainer's guide, 2nd ed., 2021.

WHO, UNICEF, LINKAGES, IBFAN, ENN. Infant Feeding in Emergencies Module 1 For emergency relief staff, 2001.