



新型インフルエンザに備えて～備蓄品リスト～

新型インフルエンザが発生したら、できるだけ外出を自粛することが必要です。そのため、できれば2カ月、少なくとも2週間分の食料品・薬品・日用品等の備蓄が必要となります。とくにマスクは大事です。

注) このリストはあくまでも目安です。数量は、各人や各家庭の事情に従い、必要に応じて調整してください。

品目		品目		
長期保存の出来る食品	主食	こめ	新型インフルエンザ対策	マスク(インフルエンザ防御用)
		切り餅		うがい薬
		乾麺(そうめん、そば、うどん、スパゲティなど)		消毒用アルコール(ポンプ式)
		カップ麺、インスタントラーメン		漂白剤(塩素系)
		パックご飯		液体石鹸(手洗い用)
	おかず	レトルト食品(カレー、シチュー、味噌汁など)		ゴム手袋(使い捨て)
		缶詰(魚類、肉類など)、缶切り		体温計
		冷凍食品		のど飴(薬用)
	その他	菓子(チョコレート、ドロップなど)		水枕、冷却シート
		調味料(砂糖、塩、醤油、めんつゆなど)		医薬品
	スポーツ飲料(粉末タイプ)	アセトアミノフェン系の解熱鎮痛剤		
	ミネラルウォーター	※薬の成分によっては、インフルエンザ脳症を助長する可能性があります。購入時に医師、薬剤師に確認してください。		
合休調整に	ゼリー状飲料	常備品	胃腸薬	
	フルーツ缶		かぜ薬	
	レトルトのお粥		ビタミン剤	
生活に必要な日用品	洗剤(洗濯、台所)		感染症対策	
	トイレトペーパー			
	ティッシュペーパー			
	保湿ティッシュ			
	ラップ、ホイル			
	ビニール袋			
	防災用ラジオ、懐中電灯、電池			
	貯水用ポリ容器			
	カセットコンロ・ボンベ			
	ろうそく、マッチ、ライター			
	生理用品			
	ベビー用品、介護用品(粉ミルク、紙おむつなど)			
ペットフード				



一度準備したからと安心するのではなく、期限の確認をして、随時入れ替えをしていくよう気をつけましょう。

「平成20年度 子育てを考えるつどい～音楽堂本舗といっしょにゆかいな音楽会★」

「よろうちさかしい武蔵っ子を育つる会」(武蔵町家庭教育推進協議会)は、子育てしやすいまちづくりに向けての活動の一環として、子育てを考えるつどいを行っています。

今年度は、地域で出前コンサートを展開する女性3人組の「音楽堂本舗」が、ピアノカ三重奏や歌遊び、連弾、ミュージックパネルなどの内容で楽しい音楽会を開催します。

親子のふれあいを大切にし、音楽を通じて、みなさんと一緒に楽しい時間を過ごしてみませんか。ご参加お待ちしております。

日時 平成21年2月1日(日) 午前9時30分開場 午前10時開始

場所 武蔵保健福祉センター「つどいの館」

講師 音楽堂本舗(上浦祐美子さん・高倉孝子さん・米田昌子さん)

入場料 3歳以上100円(3歳未満は無料)

*チケットは武蔵保健福祉センター・市役所武蔵総合支所地域市民健康課・市内各保育園・各幼稚園にお申し込みください。(当日券もあります)

*託児もありますので、申し込み際に予約をしてください。

問い合わせ先 武蔵保健福祉センター ☎0978-68-1184
武蔵総合支所地域市民健康課 ☎0978-68-1112

