



# ＼ 哺乳びんがなくてもできる ／ カップでの授乳方法 ～カップフィーディング～

災害時に  
役立つ！

災害時の避難生活では、哺乳びんや人工乳首が無かったり、清潔に管理することが難しい場合があります。そんな時でも、紙コップや小さめのカップ、スプーンなどを使って授乳することができます。

## ポイント1

使用する容器は  
清潔なものを使う

## ポイント2

都度、消毒ができない  
ときは衛生的な水でよく  
洗ってから使う

## ポイント3

縦抱きにし、赤ちゃんが  
自分で飲むように促す



①赤ちゃんが泣かずに起きていること（眠くないこと）を確認します。



②赤ちゃんの手がカップにぶつからないよう赤ちゃんを布で包みます。赤ちゃんを縦抱きにします。



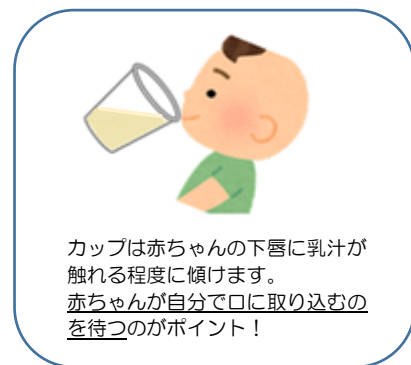
③カップに少なくともカップ半分以上の乳汁が入った状態にし、赤ちゃんの口元にカップを近づけ、軽く傾けます。



④下唇に圧をかけないように気をつけながら、赤ちゃんの口にごく少量の乳汁が入るようにカップを静かに傾けます。



⑤カップの位置をそのままの状態に保ち、赤ちゃんが自分のリズムで飲めるようにします。必要なら休憩し、赤ちゃんが飲まなくなったらやめます。



カップによる授乳は、与えた量の30%以上をこぼすという報告があるため、あらかじめ多めに乳汁を用意しましょう。

出典：神奈川県立子ども医療センター母性病棟,2005/7/15

～大切な赤ちゃんを守るために～

近年、日本各地で大規模な地震や集中豪雨など多くの自然災害が発生しています。災害はいつ発生するか分かりません。日頃から災害への備えを意識しておきましょう。

いざという時に  
備えよう！

