

液体ミルクを使用するお母さま、ご家族の方へ

このたびの災害では、ライフラインが不十分な中で、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う。液体ミルクは、調乳の必要がなく、すでに滅菌されており常温で保存可能なので、洪水などで清潔な水が十分に使用できない場合などには有用です。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注意点には以下のようなものがあります。

- 1) 開封前は常温で保存可能ですが、開封後は冷蔵が必要です。高温での保存は想定されていませんので、開封前もできるだけ冷暗所で保存しましょう。
- 2) 未開封で、容器に傷や損傷のない状態なら、賞味期限まで保存できます。飲ませる前には、容器に傷や破損がないことや、試飲して品質に変わりがないことを確認しましょう。
- 3) 開封後はすぐに飲ませ、常温で放置しないでください。赤ちゃんが飲み残した分は廃棄しましょう。開封後に口をつけてない場合でも、常温で2時間経過したものは廃棄してください。（注：常温とは概ね15～25℃）
- 4) 赤ちゃんに飲ませる分だけ他の容器に分けて、残りは適切に蓋をすれば、**冷蔵（4℃以下）なら規定の時間**保存することができます（製品ごとに決まっているので確認しましょう。製品によって18-48時間と大きな違いがあります。必ず規定を守りましょう）。赤ちゃんが飲み残した分は廃棄しましょう。
- 5) 温めてもそのままでも与えることができますが、いったん温めた場合は、赤ちゃんが飲まなかった分は廃棄します。温め方は製品の説明書に従いましょう。（**製品容器のまま電子レンジで加熱しないこと、一度加熱した製品を絶対に再加熱しないことが大切です**）
- 6) 濃度が不均一にならないように、飲ませる前にはよく振って混ぜましょう。
- 7) 人工乳首が付いていないものは、授乳のための容器が必要になります。哺乳びんが手に入らない、または哺乳びんや人工乳首を十分に洗浄や消毒ができない場合には、使い捨ての紙コップなどで与えることができます*。
- 8) 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は、**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。赤ちゃんが欲しがるときに母乳を飲ませると母乳はつくられ続けます***。



*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>