

## 【ママパパ700人への防災に関する意識調査 2025年】

### 乳幼児家庭の9割以上「防災備蓄を十分に行っていない」

防災対策が困難な理由とママパパならではの悩みが明らかに、災害経験者のリアルな声も紹介

東日本大震災（3.11）からまもなく14年になるのを前に、防災意識の重要性が改めて認識されています。避難所では子ども向け物資が不足しがちで、特に乳幼児を育てる家庭にとって災害時の備えは重要です。ベビー&マタニティブランドkerätä（ケラッタ）を運営するケラッタ株式会社（本社:長野県塩尻市、代表:下村 祐貴子、以下:ケラッタ）は、未就学児を持つ保護者と妊娠中の方を対象に防災意識調査を実施しました。調査結果からは、小さな子供を持つ家庭の防災対策に多くの方が困難を感じていることや、実際に災害を経験した方のリアルな情報を求めていることが判明しました。これを受けケラッタは、いま子育て世代が感じている生の声を社会に届けるとともに、ママパパの不安な気持ちや悩みを少しでもサポートしたいとの想いで災害時に役立つ子育て製品や情報をお届けします。

ママパパ 700人への防災に関する意識調査 2025年

## 乳幼児家庭の9割以上

### 「防災備蓄を十分に行っていない」

防災対策が困難な理由とママパパならではの悩みが明らかに



ベビー・マタニティブランド「ケラッタ」調べ

調査期間：2025年1月20日～1月25日

調査対象：2025年1月時点で、未就学児のお子さまがいる保護者、または妊娠中と答えた男女700人

調査方法：LINEリサーチ機能

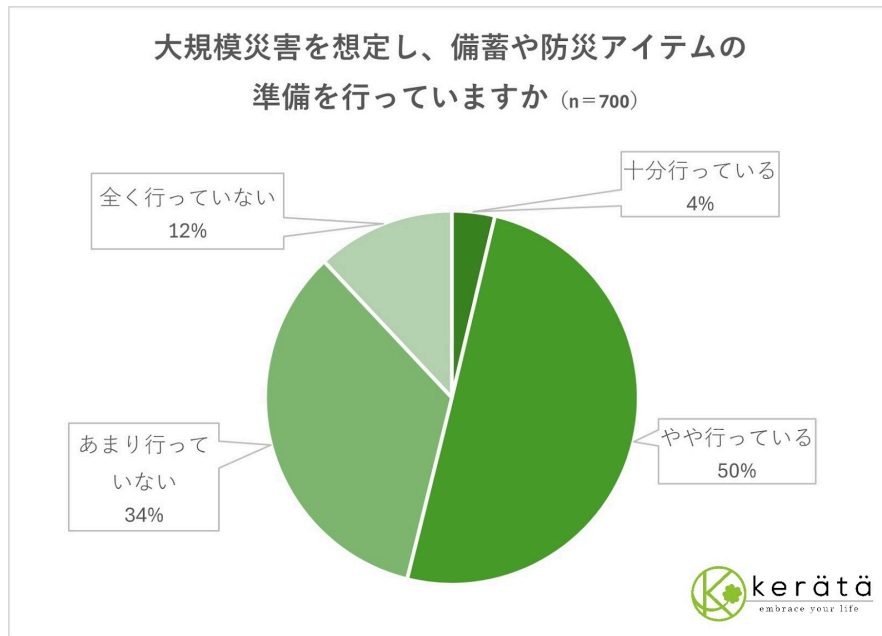
#### 【調査サマリ】

- 9割以上が「防災備蓄を十分に行っていない」と回答。
- 「何を準備したらいいかわからない」「準備をするのが大変・面倒」という声が多数。背景には、災害時に必要な育児用品の優先順位や量がわからない、子供の成長に合わせて必要なものが変わる、乳幼児は普段から必要なものが多く準備が億劫といった、小さな子供のいる家庭ならではの悩みがある。
- 6割以上の方が「防災対策について家庭でしっかり話し合っていない」と回答。回答者からは特に小さな子供を連れての避難方法や避難所生活に対する不安の声が多く寄せられており、実際に被災した際にどんな行動をすればいいのか予想できない、わからないという悩みがある。

## 【調査結果詳細】

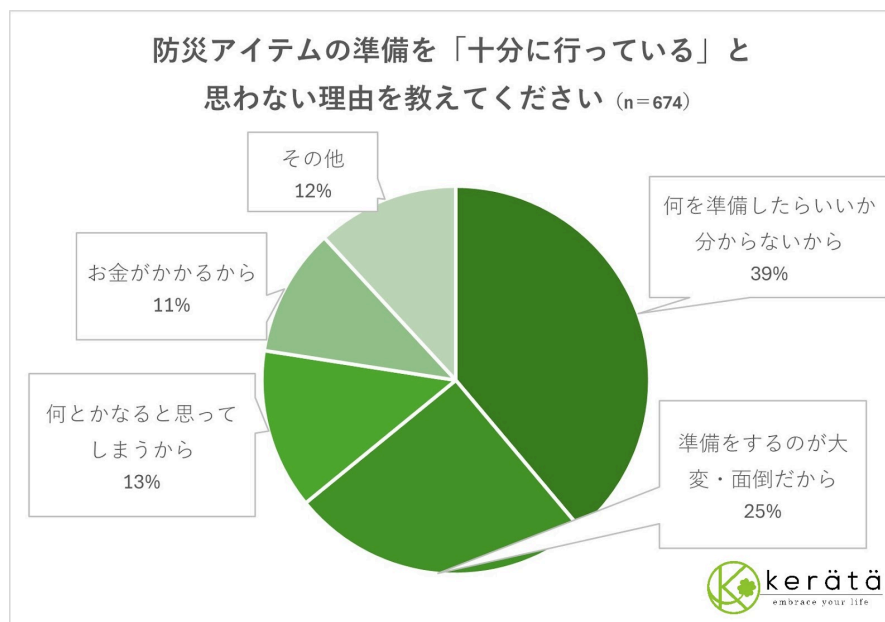
### Q1：大規模災害を想定し、備蓄や防災アイテムの準備を行っていますか

「十分行っている」「やや行っている」が54%、「あまり行っていない」「全く行っていない」が46%と、半数以上の方が防災備蓄に関心を持っている一方で、「十分に行っている」が4%にとどまり、9割以上の方が防災備蓄を十分に行っていないことが分かりました。



### Q2：防災アイテムの準備を「十分に行っている」と思わない理由を教えてください

Q1で防災アイテムの準備を「十分に行っている」と答えなかった674人が、十分に行っていない理由として、「何を準備したらいいかわからないから」が39%、「準備をするのが大変・面倒だから」が25%と多いことが分かりました。回答者からは「災害時に必要な育児用品の優先順位や量がわからない」「子供の成長に合わせて必要なものが変わるので備蓄しづらい」「乳幼児は普段から荷物が多く準備が億劫」という声が多くあがっており、小さな子供のいる家庭ならではの防災備蓄の悩みが浮き彫りとなりました。

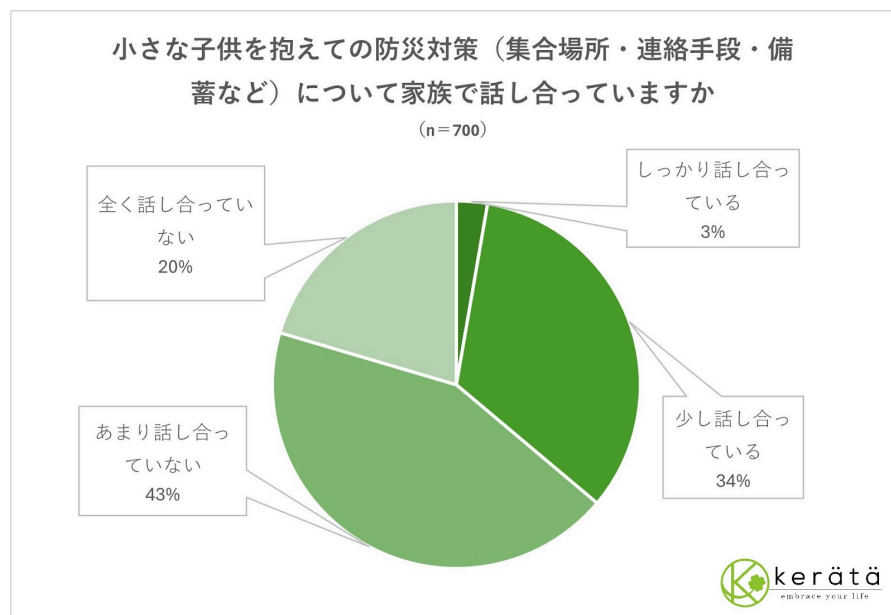


### <回答者の声>

- 子どもが小さいと**成長とともに備えるべきものも日々変わっていく**ので（食べられる離乳食やオムツのサイズなど）こまめに見直さないといけないと思いつつ実施できていない。
- 乳幼児は特に普段から荷物が多いので、**災害時に備えようと思ってもつかさばることがネック**で用意できていません。
- 生後8ヶ月の子どもがいるが、**オムツや液体ミルク、離乳食などにかく量が多くなり**、日中母親1人で子どもを連れて避難する事を考えると**どの程度の期間を想定して準備すれば良いか悩んでしまう**。
- 現在3ヶ月で完ミなので、**哺乳瓶の消毒**はどうしよう。ミルクはどうしよう、オムツはどうなるのか、**お風呂も入れない時はどうしたらよいのか、衛生管理ができるのか**という点が気になっています。

### Q3：小さな子供を抱えての防災対策（集合場所、連絡手段、備蓄など）について家族で話し合っていますか

「あまり話し合っていない」「全く話し合っていない」が合わせて63%と、6割以上の方が防災対策についてしっかり話し合っていないことが分かりました。回答者からは特に、**小さな子供を連れての避難方法や避難所生活に対する不安の声が多く寄せられており**、話し合いが十分にできない大きな理由の一つに、**実際に被災した際にどんな行動をすればいいのか予想できない、分からないことがあげられると推測**できます。

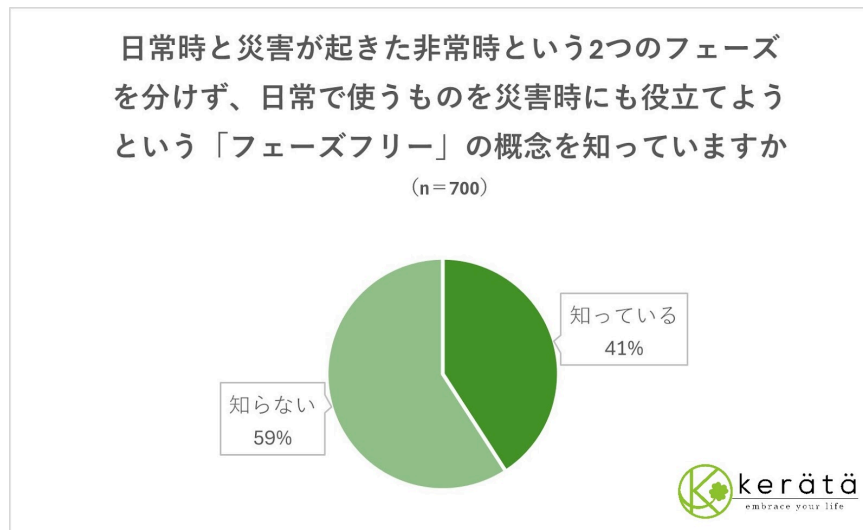


### <回答者の声>

- 新生児であっても**避難所へ避難するべきか**。倒壊の恐れがなければ家のほうが衛生的にも安全？
- 大人が1人の時、**子供が複数いる場合の避難方法**が知りたい。
- もし避難所での避難生活になったら、**オムツや離乳食等子どもに特化した日用品がどの程度届くのか？**大人でさえ大変なのに、子供連れでの災害は対応出来るか不安。
- **普段のタイムスケジュールが定着していないので、防災時のイメージが湧かない**。現在は育休中で上の子は保育園、下の子は自宅保育だが、いずれは共働きになるので…。
- 避難所生活になったら何日くらいで仮設住宅や個室の部屋に移動できるのか。**静かにできない、夜泣きがあるので周りの人に迷惑をかけてしまうと思う**。気を張っていなければならないので親もしんどい。

#### Q4：日常時と、災害が起きた非常時という2つのフェーズを分けず、日常で使うものを災害時にも役立てよう、という「フェーズフリー」の概念を知っていますか？

フェーズフリー（備えない防災）の概念を知っている方は41%という結果に。Q2の結果を経て乳幼児家庭は特に、一から防災アイテムを備蓄しようとするハードルが高いことが伺え、また、災害時は普段使い慣れないアイテムを使うことでパパママ、赤ちゃんも戸惑うことも予想されます。だからこそ、**日常で使っている育児アイテムを少しずつストックし、非常時に持ち出せるようにしておくというフェーズフリーの考え方は、小さなお子さまがいる家庭こそ意識できると良いのではないかと、行動にも移しやすく、心の安心にも繋がるのではないかと**当社は考えます。



#### 【災害経験者・未経験者それぞれの声】

調査対象である未就学児のお子さまを持つ保護者・妊娠中の方700人のうち、185人の方が過去に災害を経験したことがあると回答されました。災害を経験された方、未経験の方、それぞれの声をご紹介します。

#### Q5：過去に災害を経験した際に、役に立ったアイテムや、大変だったこと、小さなお子さまがいるママパパの参考になりそうなことを教えてください。

##### <回答者（災害経験者）の声>

- 能登半島地震で大変だったことは、当時2歳の息子の心のケア。夜眠れなくなったり、静かな空間でも突然「なんのおと?!」と怯えたり。大切なのは、**なるべくたくさん肌を合わせ、時間をかけて安心させてあげること**だと思います。
- 東日本大震災でお店の棚が空っぽだったとき、ローリングストックしていた缶詰や、野菜ジュースが役立った。**液体ミルクなど日常的に使うようにしておく**とよいと思う。
- 電気はすぐに来たけど水道管が破裂し**水回りがしばらく使えなかった**ので、**吸水シートがとても使えた**。おむつ交換の時にも下に敷いて、汚れたら捨てればいいので、洗わなくて済みます。
- 自分が中学生の頃だったので親目線にはなれませんが、**災害時学校にいた私は「どうしよう、どうしたらいいかわからない」という思いだったので、日頃から話し合っておくことが大切**だと思います。
- 使い捨てのプラスチックのカトラリーや、紙皿など、**洗わずに使える食器類**が便利だった。
- スマホを充電できるグッズ、懐中電灯が役立った。食料がなかったり、携帯の充電が切れて誰とも連絡が取れないことが大変だった。
- **子供が喜びそうな非常食のお菓子**を用意。

- 冬だったのでとにかく寒かった。子供がいたら大変だったと思うから、**電気がなくても暖められる暖房器具**を準備したい。
- ガスコンロのおかげで温かいものを食べられた。**温かいものは気持ちを落ち着かせます。**
- 公民館等で寝る時に、**人の気配が気になったり、明かりが常に付いているので気になった。**
- 石川県の知人の話です。家が潰れて中に入れないのでミルクも哺乳瓶もオムツも着替えも無い、準備していた避難用具も取り出せないという話を聞きました。**避難用に用意していたものも実は役に立たなかったり、もっと必要なものがたくさんあったなどもよく聞きました。**

## Q6：小さなお子さまを抱えての防災に関して、欲しい情報は何ですか。

### <回答者（災害未経験者）の声>

- フェーズフリーの考え方も取り入れつつ、**月齢に応じたセット販売**があればいいなと思う。
- **外出中に被災した時が不安**なので、普段から持ち歩きやすい防災アイテムのセットがあればいいなと思っています。
- 1歳の子どもがいますが、好きな食べ物もおむつサイズもコロコロ変わるため、今あるものを切らさないようにするのがやっと。サイズアウトしたり使わなくなっても次の人に譲れるしくみ、たとえば**備蓄サブスク**などがあると嬉しいなと思いました。
- 子供が小さいから出来れば避難所に行かずに家で避難していきたい。その場合、**炊き出しや物資はもらえるのか**気になるし、もらえないならどこへ訴えたらいいのか知りたい。
- **避難所**に行った時のオムツ替えやお風呂等の**衛生面、感染症**なども気になります。
- **ミルクのお湯や哺乳瓶洗浄**が心配。

### 【小さな子供との防災に関する情報】

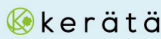
- **あかちゃんとママを守る防災ノート-内閣府**  
乳幼児のいる家庭や妊婦さん向けの防災ノート  
[https://www.bousai.go.jp/kaigirep/kentokai/hinanz yokakuho/wg\\_situ/pdf/dai3kaisankou4.pdf](https://www.bousai.go.jp/kaigirep/kentokai/hinanz yokakuho/wg_situ/pdf/dai3kaisankou4.pdf)
- **防災危機管理eカレッジ-消防庁**  
幼年～小学生が保護者と災害や身を守る方法などについて学べるコンテンツ  
[https://www.fdma.go.jp/relocation/e-college/?utm\\_source=chatgpt.com](https://www.fdma.go.jp/relocation/e-college/?utm_source=chatgpt.com)
- **防災（ぼうさい）について学ぼう！考えよう！防災情報のページ-内閣府**  
内閣府や地方自治体が作成した子ども向けの防災啓発コンテンツをまとめたページ  
[https://www.bousai.go.jp/kyoiku/keihatsu/keihatsu.html?utm\\_source=chatgpt.com](https://www.bousai.go.jp/kyoiku/keihatsu/keihatsu.html?utm_source=chatgpt.com)

### 【ケラッタの防災サポートアイテム・使い方アドバイス】

- 抱っこを楽にし体の負担を軽減する、肩紐付タイプのヒップシート  
<https://item.rakuten.co.jp/yamabikoya/dialhps/>
- 両手が空く、350g超軽量たっぷり容量のマザーズリュック  
<https://item.rakuten.co.jp/yamabikoya/ruck2/>
- 水を流せない災害時に役立つ、吸水おむつ替えシート  
<https://item.rakuten.co.jp/yamabikoya/diapper/>
- 災害時の衛生管理に役立つ、moshimoshiおむつ防臭袋  
<https://item.rakuten.co.jp/yamabikoya/c/0000000206/>
- 水が使えない災害時に服を汚さない、使い捨てお食事エプロン  
[https://item.rakuten.co.jp/yamabikoya/dis\\_bib/](https://item.rakuten.co.jp/yamabikoya/dis_bib/)
- 乾燥しがちな避難所でもパウバ ベビーケアミルク  
<https://item.rakuten.co.jp/yamabikoya/c/0000000230/>







電シ電のときに役立つ!

## 赤ちゃんとの生活に欠かせない消耗品の使い方アドバイス

普段使いやバッグの中の常備品に。災害時にもフェーズフリー®に使えるアイテムです。

**DIAPER** changing pads 50

**漏れても安心。吸水量150ml!**  
**使い捨ておむつ替えシート**

**Point 01 便利な使い捨てタイプ**  
おむつ替えシートは、おむつを脱ぎ捨て、おむつを洗う必要がありません。おむつを洗う必要がないので、おむつを洗う手間が省けます。また、おむつを洗う必要がないので、おむつを洗う手間が省けます。

**Point 02 安心の150ml吸水**  
3層構造でおしっこを漏らさない! 吸水後は表面はサラサラの肌触り。高吸水性ポリマーでしっかり吸収! 水分を漏らさない防水フィルム。高吸水性ポリマーで水分もしっかり吸収。裏側の防水フィルムで漏れを防ぎます。

**スリムでかさばらない**  
薄い・軽い・コンパクト設計でバッグの負担を軽減。ママの荷物も軽減!

**こんな電シ電に使えます**  
お風呂に入れない! そんな時は…

**おむつ替えシートを敷いて 即席! ペットボトルシャワー**  
おむつ替えシートがあれば周りを濡らすことなく赤ちゃんの体をペットボトルシャワーできれいに汚れを流してあげられます。

1. ハスタオルとおむつ替えシート(必要に応じて敷物)を敷いた上に赤ちゃんを寝かせます。

2. キャップに穴をあけたペットボトルでやさしく洗い流します。おむつ替えシートの上から水分が下に流れません。

**ママゆずり** 成分が 乾燥・肌荒れを防ぐ

**BAÜVA. ベビーローション**

3つのケアで つよい肌の土台をつくります

保湿 (保湿にも含まれるアミノ酸)  
3つのケア  
バリア (保湿にも含まれるセラミド)  
チカラ (ママの肌の乳脂)  
肌育 (保湿にも含まれるセラミド)

**こんな電シ電に使えます**  
避難所は乾燥しがち… 保湿や肌荒れ防止に

避難所での赤ちゃんの肌ケアに、家族みんなで使えるスキンケアローションです。

**moshi moshi** おむつ防臭袋

毎日のおむつやペットのお世話に

製品サイズ20×30cm

**Point 01 におわない!**  
7層構造でにおいをシャットアウト  
防臭力の高い活性炭特殊樹脂を使用した7層フィルムでしっかり防臭。臭気センサーによる厳しい試験もクリアしています。

**Point 02 しぼりやすい!**  
マチ付きだから収納力アップ!  
マチ付きだからおむつを入れても口元部分に余裕があるので折りやすく、しっかりと縛ることでにおい漏れを防ぎます。

**こんな電シ電に使えます**  
ゴミが回収されない! そんな時に

**防臭袋でにおいのものを閉じ込める!**  
災害時はゴミの回収が滞ります。思うようにゴミの回収ができないことがあります。

おむつ袋に ペットの排泄物に 赤ちゃんの排泄物に 汚れた服に

赤ちゃんの使用済みおむつや汚れたもの、生理用品や食べ物のゴミなど。多くの人と共有するスペースでは防臭効果のあるビニール袋が役に立ちます。

**なりきり** 使い捨て!! お食事エプロン

disposable bibs

**こんな電シ電に使えます**  
お着替えが早い! そんな時に

**防水仕様で お洋服が汚れない**  
不織布・防水紙、防水フィルムの3層構造で水分が裏まで染みこみません。

**衛生的な個別包装で 持ち運びも便利**  
1枚ずつ包装されているから衛生的。コンパクトサイズで持ち運びやすい!

防水仕様なお洋服を汚す回数が減ります。「防災グッズ」として常備にぴったり。

※フェーズフリーって? 日常生活はもちろん防災時など非日常でも、状況に区切りなく役立つものを考えます。

### <ケラッタ株式会社とは>

自身も二児の母である下村が代表を務める、ベビー・キッズ・マタニティ用品を主に扱う会社です。「憧れより、いちばん近くに」を合言葉に、子育てや介護の悩み等、ケアが必要な方とその家族に寄り添うパートナーとなることを目指しています。信州発の小さなものづくりの会社でありながら「楽天ショップ・オブ・ザ・イヤーベビー・マタニティジャンル賞」(2023~2024年/2年連続受賞)と「Amazon.co.jpマーケットプレイスアワード カテゴリー賞」(2022~2024年/3年連続受賞)をダブル受賞した唯一のベビーブランドとなりました。オンライン販売を主軸としながら店頭販売も拡大中。海外展開は中国・韓国・アメリカにて開始しております。また、行政やNPO法人と連携し、支援を必要とされる方々に製品をお届けするといったサステナビリティ活動「ケラッタはぐくみプロジェクト(ケラはぐ)」を実施。2024年には本社を構える地元・塩尻市と「災害時応援協定」を締結し子育て支援物資を提供する体制を整えるなど、自治体との連携も強化しております。

★災害時応援協定締結プレスリリース: <https://digitalpr.jp/r/95705>

#### ◆ケラッタ株式会社 概要

法人名: ケラッタ株式会社  
代表: 下村祐貴子  
設立日: 2016年9月  
本社: 長野県塩尻市広丘野村1031-1 佐川急便松本営業所5F  
URL: <https://kerata.co.jp/>

#### ◆MOON-X株式会社 概要 (※ケラッタ株式会社はMOON-X株式会社のグループ会社です)

法人名: MOON-X株式会社 (ムーンエックス)  
代表: 長谷川晋  
設立日: 2019年8月  
本社: 東京都港区高輪4-10-18 京急第1ビル 13F  
URL: <https://www.moon-x.com/>

«本件に関する報道関係者のお問い合わせ先»  
ケラッタ広報 E-MAIL: [press@moon-x.com](mailto:press@moon-x.com)