

子供の事故防止・応急手当ガイド

指導

山中龍宏先生（小児科医／緑園こどもクリニック院長／Safe Kids Japan 理事長）

作成 公益財団法人母子衛生研究会



目次

【ちょっと目を離したスキの事故】

赤ちゃんに多い事故	P5
幼児に多い事故	P6
いざというときのために	P8

【季節別の起こりやすい事故】

とくに夏に多い事故	P10
とくに冬に多い事故	P12

【月例別の起こりやすい事故】

3か月児までに多い事故	P13
3～6か月児に多い事故	P15
6～9か月児に多い事故	P17
9か月～1歳児に多い事故	P19
1～2歳児に多い事故	P21
3～4歳児に多い事故	P23
5～6歳児に多い事故	P25

【場所別の起こりやすい事故】

・家庭内	
リビング	P27
キッチン	P29
寝室	P31

浴室	P32
洗面所、トイレ	P33
階段	P34
ベランダ、窓、サッシ	P35
玄関、廊下	P37
庭、物置	P38
・屋外	
公園	P40
池、川	P41
海水浴	P42
駅、デパートなどの施設	P43
【要因別の事故】	
・墜落、転倒	
寝返りをうつ	P45
歩行器で遊ぶ	P46
椅子に座らせる	P47
窓を開ける	P48
ベランダで遊ぶ	P49
階段が心配	P50
公園で遊ぶ	P51
抱っこ、おんぶ	P52
ベビーカー、自転車の注意	P54
・やけど	
テーブルの上は安全？	P56
アイロンをかける	P58
料理中の注意	P59
暖房器具を使う	P61
お風呂での注意	P62
マッチ、ライターの保管	P63
花火で遊ぶ	P64
・誤飲	
異物を飲み込んだ、異物が耳や鼻に入ってしまった	P66
・ガスや食べ物などの中毒	
ガス中毒	P68
暖房時の換気	P69
食べ物、飲み物の中毒	P70
・おぼれる、窒息	
お風呂は大丈夫？	P71

水を使う家事	P72
水遊び	P73
ベビーベッドで寝る	P74
危険なビニール、コード類	P75
危険な食べ物	P76
・ 傷害	
衝突（打撲）	P77
切りキズ	P79
刺しキズ	P80
はさむ	P81
コンセント	P82
おもちゃ	P83
・ 外出時	
散歩をする	P84
ベビーカーでお出かけ	P85
自転車に子どもを乗せる	P86
車に乗る	P88
自転車、三輪車で遊ぶ	P89
電車、バスに乗る	P90
暑い日の外出	P91
【予備知識としての応急手当】	
・ 事故	
緊急時のチェックポイント	P92
心肺蘇生法	P94
頭を打った	P96
鼻血が出た	P97
水におぼれた	P98
ケガで出血した	P99
やけどをした	P101
動物にかまれた	P102
虫に刺された	P103
骨折、ねんざ、脱臼	P104
・ 誤飲時の対応	
トイレ用洗剤類	P105
漂白剤、カビ取り剤	P106
マニキュア、除光液	P107
灯油、シンナー、揮発油類	P108
ボタン電池	P109

強酸、強アルカリ	P110
乾燥剤の生石灰、トイレ用脱臭剤	P111
・気管・口、耳・鼻、目に異物が入った場合	
気管、のど	P112
耳、鼻	P113
目	P114
・急病	
吐いた	P115
高熱が出た	P116
おなかが痛い	P117
下痢をした	P118
発疹が出た	P119
咳が止まらない	P120
ひきつけを起こした	P121
熱中症になった	P122
	P123

ちょっと目を離したスキの事故

赤ちゃんに多い事故

0歳の赤ちゃんの死亡原因の上位に「不慮の事故」があります。しかし、思いがけない事故もお母さん・お父さんや家族のみなさんに事故防止についての知識があれば、大部分は未然に防ぐことができるのです。

赤ちゃんの事故のほとんどはお母さん・お父さんが家事に追われ、ふと目を離したスキに起こっています。

生まれて1か月頃は、毛布やふとんが赤ちゃんの顔にかかって窒息したり、抱きそこなって落としてしまったり、お風呂に入っているときにおぼれるなどの事故が多くなっています。

寝返りをする頃になると、ベッドやソファなどから落ちてケガをしたり、手の届くものは何でも口に入れてしまいます。誤ってたばこ（加熱式たばこ）、ボタン電池、薬、マグネットボール、高吸水性樹脂ボール、洗濯用パック型液体洗剤（ジェルボール型洗剤）、小銭、化粧品、豆類、カミソリ、ボタン、おはじき、石などを飲み込む事故も珍しくありません。

おしゃぶりにも注意が必要です。プラスチックの継ぎ目のギザギザで口の中を切ったり、壊れた部品が気管につまって窒息することもあります。

ハイハイをするようになると、ぐっと行動範囲が広がります。階段から落ちたり、電気ポットや炊飯器、アイロン、ストーブ、スチーム式の加湿器、電気ケトルなどに手を出してやけどをすることもあります。

さらにつかまり立ちをするようになると、事故の危険度も大きくなります。たとえば、立ち上がろうとしてランチョンマットをひっぱって、テーブルの上の熱い食べ物や飲み物でやけどをしたり、食器などでケガすることもあります。また、ハイチェアや、ベビーカーなどに乗りながら立ち上がろうとしてバランスを崩し、落下することもあります。また転んだ子を起き上がらせようと腕を強く引くと脱臼することもあります。

お風呂場では浴槽に落ちておぼれることがあります。とくに赤ちゃんは、ほんの少しの水でもおぼれてしまうので、バケツや洗面器の水にも注意が必要です。

収納付きのベビーベッドの敷具と収納部分の枠のあいだに子どもが挟まって窒息する事故が起きています。ベビーベッドの扉のロックは必ずかけましょう。

最近、車の中での事故も多くみられます。

季節にかかわらず、窓を閉めきった車の室内は急激に温度が上がるので、体温調整機能が未熟な赤ちゃんは熱中症や脱水症状を起こして死亡することもあります。少しの間でも車の中に赤ちゃんを残すことは絶対にしないでください。

ハチミツやハチミツ入り食品にはボツリヌス菌が混入している危険があるので、1歳未満には与えません。

赤ちゃんは一日一日成長して、昨日までできなかったことが次の日にはできるようになります。寝返りやハイハイ、つかまり立ちなど、ある日突然できるようになるのです。発達の次の段階に備えて防止策をとることが

大切です。

幼児に多い事故

幼児期の死亡原因の上位に「不慮の事故」があります。

両親や家族に事故防止についての知識があれば未然に防げる事故もたくさんあります。もし、思いがけず事故にあったとしても、適切な応急処置をすれば大事に至らずに済むこともあります。

まずは、幼児にどんな事故が多いかをよく知って、正しい事故防止の方法と応急処置の知識をきちんと身につけてください。そして、子どもたちにも、何が安全で、何が危険かを繰り返し教えることが大切です。

自由に歩き始めるようになる幼児期は、行動範囲も部屋の中から家の外へと広がって、走ったり、飛び跳ねたり、ものによじのぼったりするようになり、水におぼれたり、転んだり、やけどを負ったり、交通事故にあう危険性も一段と高くなってきます。

毎日の子どもの行動をよく観察して、どういう危険があるのかを考えておきましょう。

たとえば、歩き始めの頃は転びやすいものです。カーペットのへりなどわずかな段差でも転びやすく、とくに階段のある家では十分な注意が必要です。

家具やテーブルなど角のあるものは、コーナーカバーをしておくのもケガを防ぐために大切なことです。

お風呂場の浴槽や洗濯機に落ちておぼれる事故も珍しくありません。入浴や洗濯が終わったら水は必ず抜いておくように習慣づけましょう。またお風呂場の鍵は、子どもの手の届かない場所に外からかけられるようにすればより安全です。

この時期の幼児は好奇心が強く、どんなものでも口に入れてしまいます。

家の中には薬、化粧品、洗剤、漂白剤、防虫剤、たばこ（加熱式たばこ）、マグネットボール、高吸水性樹脂ボール、ボタン電池、洗濯用パック型液体洗剤（ジェルボール型洗剤）など幼児が飲み込んでしまうものがたくさんあります。

こうした事故を防ぐために、危険なものは子どもの手の届かない場所にしっかりしまっておくことが必要です。

引き出しを自分で開けられるようになったら、薬、マッチやライター、刃物など、危険なものは必ず鍵のかかる場所にしまいましょう。

食べ物でもピーナッツなどの乾いた豆類やナッツ類はのどに詰まって窒息したり、気管に破片が入って気管支炎や肺炎を起こしたりすることもありますから、5歳までは食べさせないようにしましょう。あめ玉、ミニトマト、こんにやくゼリーなどがのどに詰まる事故も起きています。ミニトマトやブドウは4等分にしてから与えます。

歯ブラシや箸、フォークなどを口にくわえたまま転倒し負傷する事故も起きています。

3～4歳になると知恵もつき、好奇心も一層旺盛になります。遊びも窓やベランダの手すりによじのぼったり、公園でブランコやすべり台で遊ぶようになり、事故も起こりやすくなります。

交通事故は、1歳頃から増え始めるので注意が必要です。三輪車、キックバイクや自転車は車の通らない安全な場所だけで乗せるようにしましょう。

夏は、プール、池、川、海でおぼれる事故も多くなりますので、幼児のひとり遊びは絶対に避け、必ず大人がつきそって遊ぶようにしてください。

いざという時のために

もし事故が起こってしまったら、まず気持ちを落ちつけて行動することが大切です。

あわてないためにひと呼吸入れて、冷静になるように努めてください。

そのためには、普段からいざという時の準備をしっかりとしておきましょう。

まず、マイナカード（健康保険証）と母子健康手帳、子ども医療証、かかりつけの病院の診察券はいつでも持ち出せるようにひとつにまとめておきます。

また、かかりつけの医師、病院の電話番号は、スマホの連絡先などに登録しておくといよいでしょう。子どもの様子がおかしいときなど、かかりつけの医師に電話をして状況を説明し、応急処置などの指示を聞くようにしてください。

そして、必ずメモを取りましょう。的確な応急処置ができるかどうかで命を左右することにもなります。

さらに緊急の場合はすぐに救急車を呼びます。

119 番をダイヤルし、「救急です」と告げます。相手に聞かれたことにははっきりと答え、氏名、住所、電話番号、そして救急車が一刻も早く到着できるような目印を教えましょう。

それから、いつ、どこで、誰が、どうしたかの状況を正しく説明します。

また救急車が到着するまでに、何か応急処置の必要があるかを忘れずに聞いておくことも大切です。救急隊員からの指示があれば、それに従って応急処置を行ってください。

救急車が到着するまでの間は、必ず誰か一人は子どものそばについていて、必要な処置を行います。もしほかに人手があれば、外に出て救急車を待って誘導するようにしてください。

救急隊員が到着したら、容態、応急処置の内容、かかりつけの病院名などを手短かに伝え、あとは救急隊員の指示に従って行動します。

ただし、救急車を呼ぶ場合は、事故や急病で一刻を争うときだけです。

救急車を呼ぶか悩んだときは、救急安心センター事業（＃7119）、子ども医療電話相談事業（＃8000）も利用できます。

また、救急箱はいつでもどんなときでも使えるように医薬品を揃えておきましょう。不足しているものや期限切れのものがあればすぐに補充し、日頃から定期的に点検しておくことが大切です。

子どもが毒性の高いもの（薬、化学物質など）を誤飲してしまった際の情報提供を（公財）日本中毒情報センターの中毒 110 番が行っています。

■一般専用電話（365 日 24 時間対応）（情報提供料：無料）

大阪中毒 1 1 0 番 072-727-2499

つくば中毒 1 1 0 番 029-852-9999

■たばこ誤飲事故専用電話（365 日 24 時間対応）（情報提供料：無料）

自動音声応答による一般向け情報提供 072-726-9922

季節別の起こりやすい事故

とくに夏に多い事故

夏には、何といっても水の事故が多くなります。

子どもは10cm くらいの深さの水でもおぼれるといわれます。

お風呂場の浴槽、洗濯機、ビニールプール、バケツの水などで簡単におぼれてしまいます。用が済んだら水はすぐに捨ててください。

夏だけでなく、水を使うときは子どもから絶対に目を離さないことが大切です。

また、車に赤ちゃんや子どもだけを乗せたままにすることは大変危険です。

クーラーをつけていても、突然エンジンが止まったりすると、窓を閉めきった車内の温度は急激に上がり、まだ抵抗力のない赤ちゃんや子どもはすぐに脱水症状を起こしてしまい、ときには死亡することもあります。

わずかな間でも車の中に赤ちゃんを置き去りにすることは絶対にしてはいけません。

子どもは体温調節がうまくできないため、強い日差しや暑い場所に長い時間いると、熱中症になるので十分な注意が必要です。

気温が高く汗をかきやすいときには、こまめに水分補給をしてあげましょう。

クーラーの効きすぎにも注意してください。25～28℃くらいに保つのがよいでしょう。クーラーの風が直接子どもにあたらないようにします。

扇風機の風も直接当たったままにはしないでください。必要以上に体温が下がりすぎるので大変危険です。

また、指を入れたりしないよう、扇風機には網カバーをつけましょう。

夏はのどが渇くので、子どもが飲み物と間違えて、薬品や洗剤、アルコールなどの危険な液体を誤って飲んでしまう事故も多くなります。

とくに、たばこや灰皿にたまった水は少ない量でも危険性が高いので、子どもが飲まないように手の届かないところに置いてください。

また、子どもが勝手に冷蔵庫を開けてしまうこともあります。簡単に扉を開けられないように冷蔵庫専用のロックを取りつけるのもひとつの方法です。

花火で遊んでいてやけどをする事故も多くなります。子どもだけでは絶対に遊ばせないようにします。バケツなどに水を用意し、終わったあとは片づけもしっかりやりましょう。

花火やマッチ、ライターは子どもの手の届かない場所にしまってください。

蚊取り線香も、やけどをしたり口に入れたりすることがあるので、子どもの手の届かないところに置いてください。

屋外で遊ぶと虫に刺されることが多くなります。とくにスズメバチなどの危険な虫には十分注意してください。

とくに冬に多い事故

寒い季節になると、とくに多くなるのがストーブなどの暖房器具でのやけどの事故です。

火のついていいる部分や熱くなった部分にさわってしまったり、お湯を沸かしているやかんにさわったり、ひっくり返してしまう事故が起こります。電気ケトルは、すぐにお湯が沸き、どこにでも持ち運べるのでやけどの危険性が高くなります。湯漏れ防止機能付きの電気ケトルを使うようにしましょう。

こうした事故を防ぐために、ストーブのまわりを柵で囲んで子どもの手が届かないようにします。

ストーブの上ではやかんなどでお湯を沸かさないようにしましょう。

また、子どもが部屋の中を走りまわってストーブにぶつかってやけどやケガをしないように、置く場所にも気をつけてください。

また、定期的に空気の入替えを行って、部屋の温度を 20 度前後に保つようにしてください。

電気ストーブ、石油ファンヒーターなどの電気のコードに子どもが足をひっかけて転んだり、暖房器具を倒したりすることがあるので、注意が必要です。

電気のコードが首に巻きついて窒息することもあるので、コードはなるべく短くまとめておきましょう。

ガスストーブやガスファンヒーターを使うときは、子どもがガスの元栓をひねったり、ゴムのホースを抜いてしまってガス漏れを起こすことがあるので十分注意してください。

電気カーペット、電気毛布、電気あんか、こたつ、湯たんぽなどは、長い時間使うと低温やけどをすることがあります。

低温やけどとは、やけどするほど熱い温度ではなくても、長い時間ずっとふれたまましていると起こるやけどです。

皮膚の表面はわずかなやけどですが、皮膚の内側の組織が壊されてしまうもので、ひどくなると手術をしなければならいこともあります。

低温やけどを防ぐには、電気あんかや湯たんぽにタオルを多めに巻いて子どもから少し離して使います。子どもが寝たらスイッチを切るか、取り出すようにして、長い時間使わないようにします。

寒くなると毛布やふとんも厚手になり、赤ちゃんの顔をふさいで呼吸ができなくなって窒息する事故が起こるので、とくに注意してください。

【月齢別の起こりやすい事故】

3か月児までに多い事故

生まれて3か月頃までの赤ちゃんは、寝ていることがほとんどです。しかし、寝ているからといって、事故が起きないとは限りません。

この時期、最も注意すべきことは、赤ちゃんが寝ているとき、ふとんやタオルなどが顔をおおって呼吸ができなくなる窒息事故です。

まず、枕、かけふとんや毛布、タオルケットなどは使用せず、服で温度調整を行うようにしましょう。ガーゼやタオル、ぬいぐるみ、ビニールなどは、ベッドの中はもちろん、ベッドの近くにも置かないようにしましょう。寝るときはスタイ（よだれかけ）も外します。

パジャマの長い袖口、シーツのたるみなども窒息の誘因になりますので注意が必要です。

また、うつ伏せ寝は窒息の危険があるだけでなく、SIDS（乳幼児突然死症候群）の誘因のひとつとも考えられているので、仰向けで寝かせましょう。

抱っこするときも注意が必要です。

赤ちゃんの首がすわるまでは、横抱きにします。

不慣れなお母さん・お父さんが抱きそくなって落とす事故も珍しくありません。

抱っこに慣れるまでは無理をせずに、誰かにサポートしてもらいましょう。

横抱きのポイントは、まず片手を赤ちゃんのお尻の下に当て、もう一方の手を首の下に差し入れて、頭を静かに持ち上げ、次にお尻を持ち上げます。このとき、大人の上半身を赤ちゃんに近づけます。

そして赤ちゃんのからだを引き寄せ、首を支えながら、もう一方の手でからだを支えます。

首を支えていた手をゆっくり伸ばして、腕で後頭部を支えます。

抱っこがしっかり安定したのを確かめてから立ちあがるようにします。

抱っこひもからの転落もよくみられます。大人の身体に、赤ちゃんをしっかりつけて抱っこしないと、抱っこひもから転落してしまいます。抱っこひもを装着するときは、低い姿勢で、下に布団などやわらかいものがある場所で行いましょう。

お風呂に入るときも、横抱きと同じように首に手を当ててしっかりと支えながら洗います。赤ちゃんは浴槽の中では、ほんの少しの水でも水面に顔がついてしまうと呼吸ができなくなって窒息したり、おぼれてしまうことがありますので十分注意してください。

首掛け式の浮き輪の空気が抜けたり外れたりしておぼれる事故も起きています。子どもを浴槽に入れているときは目を離さないようにします。

また、ミルクは沸騰させた 70℃以上のお湯で調乳しますが、そのまま飲ませると温度が高すぎてやけどをします。おなかをすかせて泣いているからと焦らずに、哺乳びんを水道水などで人肌まで冷ましてから飲ませます。

窓をしめきった車の中に赤ちゃんを寝かせたままにしておくと、短時間でも脱水症状を起こします。とくに暑い時期には、死亡事故につながることもあるので絶対にやめてください。

3～6か月児に多い事故

生後3か月を過ぎると、何にでも興味を持つようになって、手にふれるものは何でも口に入れてしまいます。

薬、たばこ（加熱式たばこ）、マグネットボール、高吸水性樹脂ボール、洗濯用パック型液体洗剤（ジェルボール型洗剤）、ボタン電池、小銭、化粧品、体温計、カミソリ、指輪などを赤ちゃんが誤って飲み込まないように注意することが必要です。

とくに小さなものは飲み込んでしまうと気管につまって窒息することがあるので、必ず赤ちゃんの手の届かない場所に置きましょう。

なかでも、時計やカメラに使われているボタン型電池の処分には十分気をつけてください。

また、ピーナッツなどの乾いた豆類やナッツ類も窒息する危険があるので、5歳までは与えないようにしましょう。ナッツ類は破片が気道に入り気管支炎や肺炎を引き起こす危険もあります。

おもちゃも口に入れたり、なめたりするので、いつも清潔にしておきましょう。

壊れやすいおもちゃや、継ぎ目がギザギザになっているプラスチックのおもちゃ、先がとがっているものなどは、赤ちゃんの口の中を切ることがあります。

また、部品がはずれやすいおもちゃも、口に入れたときに飲み込んでしまうことがあるので与えるおもちゃは慎重に選んでください。

離乳食を与えるときも事故が多くなります。

作りたての料理に赤ちゃんが手を伸ばしてやけどをすることがあります。コーヒーや味噌汁、カップラーメンなどにも気をつけましょう。

最近、目立つ事故は、お湯を注いだカップ麺をテーブルの上に置いた途端に子どもが引き寄せてやけどをするというものです。熱い食べ物や飲み物は必ず離れたところに置くようにします。

赤ちゃんは生後6か月頃になるとそろそろ寝返りをうつようになり、ベッドから落ちてケガをすることがあります。寝返りは突然できるようになるので、まだ寝返りをしないからと安心するのは禁物です。

赤ちゃんが腕や足を伸ばしてからだを動かして落ちることもあります。そばを離れるときは必ずベビーベッドの柵を上げて、固定を確認しましょう。

また、ベッドの柵と柵の間隔は8.5cm以下でなければいけません。それ以上開いていると、赤ちゃんのからだがり抜け落ちてしまうので大変危険です。必ず、大人が確認するようにしてください。

ベビーベッドだけでなくソファや大人のベッド、外出先でのおむつの交換台などから落ちることもあるので注意が必要です。

また、寝返りをうったときに顔が下になり、やわらかいふとんやタオルケットなどで顔をふさがれて呼吸がで

きなくなったり、吐いたものが気管につまって窒息することもあるので、赤ちゃんが寝ていてもときには様子をみるようにしましょう。

赤ちゃんのおでこに貼った冷却シートがずれて鼻や口をふさぎ窒息する事故もあります。

赤ちゃんも1か月を過ぎると、大人と一緒にのお風呂に入れるようになります。赤ちゃんは、わずかな水でも水面に顔がついてしまうと呼吸ができなくなっておぼれてしまいますので、浴槽はもちろん、洗面器の水にも十分注意が必要です。

赤ちゃんと一緒に風呂に入るとき、赤ちゃんをそばに置いたままで自分の髪の毛を洗ったりすることは大変危険です。赤ちゃんや子どもが浴槽に落ちたり、洗面器で窒息していたりすることも珍しくありません。首掛け式の浮き輪の空気が抜けたり外れたりしておぼれる事故も起きています。子どもを浴槽に入れているときは目を離さないようにします。

赤ちゃんをお風呂にいれるときはできるだけ家族と協力し合い、まず赤ちゃんの入浴を済ませて先にお風呂からあがらせて、赤ちゃんと一緒に入った人はその後に頭などを洗うようにしましょう。

6～9か月児に多い事故

生まれて6か月を過ぎた赤ちゃんは寝返りをうつようになります。寝返りをしてベビーベッドから落ちる事故が多くなるのもこの頃です。赤ちゃんのそばを離れるときは、必ずベビーベッドの柵は上げて、固定を確認してください。

ソファや大人用ベッドから落ちる事故を防ぐため、これらの場所には寝かせないようにします。赤ちゃんがハイハイをするようになると、遊ぶ範囲も広がって、高いところから落ちたり、やけどをしたりする事故が多くなります。

赤ちゃんは頭がいちばん重いためバランスが悪いので、階段や玄関から簡単に落ちてしまいます。事故を防ぐためにベビーフェンスをつけて、赤ちゃんを階段や玄関に近づけないようにしましょう。

電気ポットや電気ケトル、炊飯器、スチーム式の加湿器はやけどをしやすいので注意が必要です。電気ケトルなどが倒れたりしたときにこぼれたお湯でやけどをする事故も起きています。電気ケトルやポットなどは湯漏れ防止機能やチャイルドロック機能がついたものを選ぶようにしましょう。畳や床に置くのは絶対にやめましょう。

電気ポットや電気ケトルは、お湯が沸き上がったときに出る熱いスチームにふれてしまったり、電気のコードをひっぱって倒してしまうことがあるので、赤ちゃんの手の届かないところで使うようにしてください。最近目立つのが、赤ちゃんがハイハイをして、電気炊飯器の蒸気の出るところに手をつき、大やけどを負う事故です。

赤ちゃんの皮膚は大変薄くやわらかいので、このような高温のやけどの場合には重傷になることが多いので注意しなければなりません。

離乳食を食べさせるときも、赤ちゃんが料理に手を伸ばしてやけどすることがあるので、熱い食べ物や飲み物は離れたところに置いてください。

アイロンがけはやけどを防ぐために赤ちゃんのいない別の部屋でするか、赤ちゃんが寝ているときにするようにしてください。

また、アイロンがけが終わって冷ますときも、赤ちゃんの手の届かない場所に置きましょう。

赤ちゃんはわずかな水でも顔が水面についてしまうと呼吸ができなくなり、窒息したりおぼれたりしてしまいます。お風呂の水は入浴が終わったらすぐに抜いてください。

バケツや洗面器に水を入れたままにしておくのも危険ですので絶対にやめましょう。

赤ちゃんは目にするものは何でも口に入れてしまうので、薬、化粧品、防虫剤、ボタン電池、体温計、カミソリ、たばこなどを誤って飲み込まないように必ず手の届かない高いところに置いてください。とくにたばこや吸殻の入った灰皿の水は、誤って飲んでしまうと危険です。

おもちゃも口に入れて遊ぶので、つなぎめがギザギザになったプラスチックのおもちゃやこわれやすいもの、

先のとがったものは口の中を切ることがあります。また、小さいおもちゃは気管につまって窒息することがあるので遊ばせないようにしてください。

スタイ（よだれかけ）も、ヒモがひっかかってしまうと、首をしめて呼吸ができなくなって窒息することがあります。

歩行器は自由自在に動くので、歩行器ごと階段や玄関から落ちてしまう危険があります。とくにフローリングの床は意外にスピードが出て、壁やドア、家具の角などにぶつかったり、歩行器ごと倒れたりしますので大変危険です。歩行器で遊ばせるときは周囲に危険なものや障害になるものがないかどうかを必ず確認し、大人がそばについて目を離さないようにします。

歩行器は使わなければいけないというものではありません。
喜んで遊ぶようでも1日1時間くらいにしましょう。

9 か月～1 歳児に多い事故

生後9か月を過ぎる頃には、ハイハイも上手になり、お誕生日近くになるとつかまり立ちして歩くようになります。

この頃は、立ってもすぐに倒れてしまい、テーブルの角やドア、柱などに頭をぶつけることがあります。角のあるものにはコーナークッションを取りつけたほうがいいでしょう。

また、靴下をはかせる際は、足の裏にゴムなどのスベリ止めがついているものの方がよいでしょう。

階段や玄関など段差のあるところから落ちる事故も多くなります。ベビーフェンスをつけて、赤ちゃんが危険な場所に近づかないようにしてください。

注意しなければいけないのが、テーブルクロスやランチョンマットをひっぱって熱い食べ物や飲み物をかぶってやけどをする事故です。テーブルクロスやランチョンマットは敷かないようにしましょう。

また、ポットや炊飯器、電気ケトルなどのコードをひっぱって落としてしまい、やけどやケガをすることがあります。電気のコードは短くまとめて、赤ちゃんの手がふれないようにしましょう。

寒い時期になるとストーブやファンヒーターなどの暖房器具につかまり立ちしようとしてやけどをすることがあります。ストーブのまわりを柵で囲むファンヒーターガードなどを取りつけましょう。

ベビーカーに乗せるときは、赤ちゃんが台座から身を乗り出して落ちたり、ベビーカーごと倒れる事故が起こりやすいので注意が必要です。赤ちゃんをベビーカーに乗せたら必ずシートベルトをしてください。

赤ちゃんは目にするものは何でも口に入れてしまいます。

薬、化粧品、防虫剤、小銭、たばこ（加熱式たばこ）、電池、マグネットボール、高吸水性樹脂ボール、洗濯用パック型液体洗剤（ジェルボール型洗剤）、ボタン電池、などを誤って飲み込んでしまう事故も多くなります。

とくにたばこや吸殻の入った灰皿の水は、誤って飲んでしまうと危険なので、赤ちゃんの手が届かない場所に置いてください。加熱式たばこのスティックを誤飲する事故も起こっています。

おもちゃも口に入れて遊ぶので、つなぎめがギザギザになったプラスチック製品やこわれやすいもの、先がとがったもので口の中を切ってしまうことがあります。

小さいおもちゃは飲み込むと気管につまって呼吸ができなくなり、窒息することがあるので与えないようにしてください。

また、赤ちゃんはからだに比べて頭が重く、たとえわずかな水でも、顔が水面についてしまうと窒息したりお

ぼれたりしてしまいます。

お風呂場の浴槽に落ちておぼれる事故も起こりますので、浴槽の水は入浴が終わったらすぐに抜いてください。

バケツや洗面器に水を入れたままにしておくのは危険ですので絶対にやめましょう。

この頃から自我がめばえてきて、気に入らないとひっくり返ってだだをこねたり、ものをほうり投げたりするようになります。

熱いものがそばにあるときは十分な注意が必要です。赤ちゃんが手を伸ばしてつかんだり、手で払いのけたりすることもあるのでやけどをしないように気をつけてください。

1～2歳児に多い事故

子どもは1歳を過ぎると心もからだも驚くほど成長します。自分ひとりで歩けるようになり、活動する範囲も部屋の中だけでなく家の外へと広がります。

ようやくひとり歩きができるようになると、転んでケガをすることも多くなります。
カーペットのへりのわずかな段差でつまずき、転んだときにテーブルの角やドア、柱などに頭をぶつけることもあります。角のあるところにはコーナーカバーをつけてケガを防ぎましょう。

階段や玄関などの高いところから落ちてケガをすることもあります。
階段や玄関にはベビーフェンスをつけて子どもが近づけないようにして、転落による事故を防いでください。

窓やベランダからの転落事故では死にいたることさえありますから、子どもが遊ぶ場所の近くに窓があるときは、鍵をかけて開かないようにするか、子どもの頭の大きさよりも開かないようにするストッパーをつけます。
またベランダには、子どもが柵によじのぼる足掛かりになる箱や台は置かないようにしましょう。

この頃になるとお母さん・お父さんが目を離したスキに勝手にどこかへ行ってしまうことがよくあります。
たとえばドアの反対側で遊んでいた子どもに気付かず、ドアを開けたときにぶついたり、閉めたときに指をはさんでしまったりすることがあります。
子どもの行動には十分に気をつけましょう。

やけどによる事故も増えてきます。ポットや炊飯器、電気ケトル、スチーム式加湿器の蒸気、鍋ものなどの熱い食べ物に手を出す事故や、アイロンやストーブによる事故が多くなります。

お風呂場では、熱いお湯を張った浴槽やシャワーに注意しましょう。
また、浴槽に落ちておぼれることもあります。お風呂場に子どもが勝手に入れないよう、浴室の外に鍵をつけると安心です。入浴した後は必ず水を抜くようにします。

子どもは何でも口に入れます。たばこ（加熱式たばこ）、マグネットボール、高吸水性樹脂ボール、洗濯用パック型液体洗剤（ジェルボール型洗剤）、ボタン電池、化粧品、洗剤、防虫剤、薬などを誤って飲み込むことのないよう、必ず手の届かない場所に保管しましょう。

ピーナッツなどの乾いた豆類はのどや気管につまって窒息することがあるので、5歳頃までは与えないようにしましょう。ミニトマトやブドウなどは四等分にして与えます。

ビニールが顔をおおって窒息する事故も起こりやすいので、子どものまわりには絶対に置かないようにします。

とくにキッチンでは買い物の包みやラップ、寝室ではクリーニングのビニール袋などをごみ箱に捨ててしまいがちです。ビニールを捨てるときは広がらないように硬く結んで、子どもが遊ばないようにすることが大切です。

交通事故もこの頃から多くなります。三輪車などは車の通らない安全な場所だけで乗せるようにしましょう。

子どもと二人（三人）で自転車に乗るときは必ず子ども用の幼児用座席を使います。

幼児用座席には、子どもの足が車輪に巻き込まれないようにスポークガードを取りつけてください。

また、自転車ごと倒れることも多いので注意しましょう。

子どもの同乗は小学校入学前までで幼児用座席を設けた場合にのみ認められます。必ずヘルメットも着用しましょう。

歩いているときは道に急に飛び出したりしないように、必ず手をつないで大人が車の走る道路側を歩くようにします。

飛び出し事故や迷子になるのを防ぐための道具には、子どもと大人をつなぐセーフティベルトなどが市販されているので活用するのもいいでしょう。

子どもは思いがけない行動をするものです。道路など危険と思われる場所では絶対に遊ばせないでください。

3～4歳児に多い事故

子どもは3歳を過ぎると、行動する範囲が広くなり動きも素早く、知恵もついてきます。

運動能力が発達すると、走ったり飛んだり跳ねたりするようになり、リビングや廊下で転んでテーブルなど角のある家具やドア、窓ガラスにぶつかったり、階段や窓、ベランダなどの高いところから落ちる事故も多くなります。

お母さん・お父さんは、いつも子どもをよく観察して事故が起こらないように心掛ける必要があります。

交通事故にも注意が必要です。

とくに歩いているときに事故にあうことが多くなります。

道を歩くとき、子どもは歩道側を歩かせて、必ず大人が手をつないで道路に急に飛び出さないように注意しましょう。

また絶対に道路では遊ばせないようにします。

とくに三輪車やキックバイク、自転車は車の通らない安全な場所だけで乗せるようにしてください。

子どもを自転車に乗せて二人（三人）乗りする際の事故も多くなります。子どもの足が車輪に巻き込まれることがあるので、幼児用座席にはスポークガードを取りつけてください。

また、自転車ごと倒れてケガをすることがあるので注意が必要です。

子どもの同乗は小学校入学前までで幼児用座席を設けた場合にのみ認められます。必ずヘルメットも着用しましょう。

やけどの事故も多くなります。台所では、とくに揚げ物や炒め物などを調理する際には子どもを近づけないようにします。

リビングではアイロンやストーブなどでやけどをすることがあります。

とくに、アイロンは熱いスチームや、かけ終わった後に冷ましているときもやけどをすることがあるので手の届かないところに置くようにしてください。

ストーブはまわりを柵で囲みましょう。

また花火で遊んでやけどをすることも多くなるので、大人が遊び方をしっかり教えて、子どもだけでは絶対に遊ばせないようにします。

公園では、ブランコやすべり台から落ちる事故が多いので、やはり大人が正しい乗り方をしっかり教えて、危険な遊び方をしないようにくりかえし注意してください。

この年頃になると好奇心も旺盛になります。

引き出しや戸棚を自由に開けるようになり、高いところでも足場を利用する知恵も出てきます。

薬品など危険な物を誤って飲まないように鍵のかかる場所にしっかり保管してください。

水薬（シロップ剤）などは子どもが簡単に操作できない CR（チャイルドレジスタンス）容器が商品化されています。

水におぼれる事故も多くなります。

子どもはわずかな水でおぼれてしまうことを忘れないでください。とくにお風呂場では、フタに乗って遊んでいるうちにフタがたわんだり、ずれて浴槽に落ちることがあるので、浴室は外から鍵がかけられるようにして、入浴した後は浴槽の水は必ず抜いてください。

子どもをお風呂場の中では絶対に遊ばせてはいけません。

また、プールや池、川、海では、必ず大人がつきそって遊ばせるようにします。

川や海辺では認証マーク付きの子ども用ライフジャケットを着用させ股ベルトをしっかり締めます。

この頃になると、耳や鼻などに、身近にあるものを何気なく、また、面白半分に入れてしまう事故が起こります。

たとえば、入れやすいものとして、おもちゃのピストルのたま、鉛筆やマッチ棒、耳かきやおもちゃの部品など、小さなものです。

とくに気をつけなければいけないのが、こうした異物が入ってしまったことを大人に知らせない子どもがいることです。

まわりにいる大人は、いつでも子どもの様子をよく観察して異常がないかをチェックしてください。

5～6歳児に多い事故

5歳を過ぎると、死亡事故のほとんどが交通事故と水におぼれる事故によるものです。

これまでは歩いているときに交通事故にあうことが多かったのですが、この頃から自転車に乗っているときにあうことが多くなります。自転車の安全な乗り方、道路での交通ルールの守り方をしっかりと教えて、車の通らない安全な場所だけで乗るようにさせます。

水におぼれる事故も、これまでは家庭のお風呂場で起きていましたが、この年齢から、プールや海、川などでおぼれることが多くなります。

プールや海、川に行くときは、必ず大人がつきそうようにします。

川や海辺では認証マーク付きの子ども用ライフジャケットを着用させ股ベルトをしっかり締めます。

からだが発達して動きも活発になり、友達同士で遊ぶことが多くなります。

家の中では階段や窓、ベランダから落ちる事故が起こりやすくなります。

また、遊びに夢中になってアイロンや、寒い時期にはストーブなどにぶつかってやけどをしやすいため、十分注意してください。

家の外では、木や塀によじのぼって落ちたり、公園ではブランコやすべり台、鉄棒から落ちる事故が多くなります。

花火で遊んでいてやけどをする事故も目立ちます。それぞれの花火の注意書きをよく読んで、正しい使い方を大人がしっかりと教えて、子どもだけでは絶対に遊ばせないようにします。

また、必ずバケツに水を入れてそばに置くようにしてください。

もし、打ち上げ花火などが途中で火が消えてしまっても、絶対のぞきこんだりしてはいけません。

後片づけもきちんとし、ライターやマッチは鍵のかかる安全な場所にしまします。

とくに使い捨てのライターは、子どもがおもちゃにしてやけどをする事故が起こりやすいため気をつけてください。

子どもが遊ぶ花火は、SFマークなどのついたものを選びましょう。

SFマークのついた花火の欠陥による事故の場合は、損害賠償保険で補償されるので、すぐに販売店に連絡してください。

この頃は好奇心も旺盛で、引き出しや戸棚を開けたり、物置などで遊んだりするようになるので、薬品などの危険なものを誤って飲まないよう十分に注意し、鍵がかけられる場所にしまってください。

鍵も子どもの手の届かないところにしっかり保管しましょう。

とくに農薬などの危険な液体は、ジュースのびんや缶に入れ替えて保存することは絶対にやめてください。
間違って飲んでしまうことがあります。

子どもは、何が危険なのかをまだはっきりとわかりません。
安全と危険の区別や、公園の遊びの用具の正しい使い方をしっかりと教えてください。

【場所別の起こりやすい事故】

・家庭内

リビング

リビングは、大人にとってはくつろぎの場所ですが、子どもにとっては事故の起こりやすい場所であることを忘れないでください。

では、どんな事故がリビングで起こるのでしょうか。

年齢順にみると、まず赤ちゃんは生まれて6か月頃になると寝返りをうつようになります。

この頃からソファに寝かせた赤ちゃんが転落する事故が多くなります。

もし落ちてしまったとき、ソファの下にクッションやタオル、ふわふわの毛布、ぬいぐるみなどが置いてあると赤ちゃんの顔をふさいで呼吸ができなくなり、窒息することがあります。

赤ちゃんは手の届くものは何でも口に入れてしまうので、リビングにうっかり置きやすい化粧品や薬、洋服のボタン、指輪、安全ピン、小銭、マグネットボール、高吸水性給水樹脂ボール、ボタン電池、などを誤って飲み込んでしまう事故も珍しくありません。とくにたばこ（加熱式たばこ）や吸殻の入った灰皿の水は、ほんの少し飲んでも危険なことがあるので、必ず子どもの手の届かない高い場所に置くようにしてください。

また、小さなものはのどや気管につまってしまうと呼吸ができなくなって窒息することもあるので十分気をつけてください。

つかまり立ちをするようになると危険はさらに増えます。

とくに気をつけたいのが、立ち上がろうとしてテーブルクロスやランチョンマットにつかまって、テーブルの上のものを引き落とし、熱い飲み物などでやけどをする事故です。

この頃からテーブルクロスやランチョンマットは使わないようにしましょう。

ひとりでようやく歩けるようになると、カーペットのへりなどのわずかな段差でもつまずいて転ぶことが多くなります。転んだときにテーブルなどにぶつかることがあるので、角のある家具にはコーナーカバーをしておくのもケガを防ぐためには大切なことです。

電気コードに子どもが足を取られて転んだり、首に巻きついて呼吸ができなくなって窒息することもあります。コードは短くまとめておきましょう。

好奇心が強くなると、コンセントに安全ピンなどを差し込んで子どもが感電することがあります。使わないコンセントはカバーをして感電を防いでください。

ハイハイをしたり自由に歩けるようになると、ドアで指をはさむことがあります。子どもが部屋にいるときはドアは閉めておくか、急に閉まらないようにストッパーで固定しておきます。

また、ドアにガラスが使われているときは、子どもがぶつかって割れたガラスの破片でケガをすることがある

ので、できれば破片が飛び散らないようにフィルムを貼っておくと安全です。

寒い時期になるとストーブなどの暖房器具によるやけどが多くなります。事故を防ぐためにストーブのまわりを柵で囲んで、直接子どもの手が届かないようにします。また、子どもがぶつからないように置く場所にも気を配りましょう。そして、ストーブの上では、やかんでお湯を沸かしたり、鍋で煮物をするなどは絶対にしてはいけません。

スチーム式加湿器から出る蒸気でやけどする事故も起きています。

電気カーペットを使うときは、低温やけどに注意してください。低温やけどとは、やけどをするほど熱い温度ではなくても、長時間ずっとふれたまましていると起こすやけどです。皮膚の表面はわずかなやけどですが、皮膚の内側の組織が壊され、ときには手術をしなければならないこともあります。

低温やけどを防ぐために長時間の使用は避けて部屋が暖まったら消すようにしてください。

キッチン

キッチンで多いのは何といってもやけどの事故です。

とくに電気ポットや電気ケトルでのやけどが目立ちます。お湯が出ないようにロック機能がついた電気ポットなども、ロックをし忘れていたり、子どもが偶然にロックをはずしてしまうことがあるので油断はできません。

また、子どもが夢中になって遊んでいるうちに電気ポットや電気ケトルにぶつかって倒してしまうことも珍しくありません。

こうしたやけどに加えて、最近は電気ポットや炊飯器のスチームによるやけども増えています。

また、電気製品のコードをひっぱってお湯をあびてしまうこともあります。

電気コードが首に巻きついて窒息することがあるので、コードは短くまとめ、電気ポットなどは子どもの手の届かない場所で使うようにしてください。

やけどの事故が起こりやすいのは、お母さん・お父さんが料理を作っているときです。

とくに天ぷらなどの油を使う料理は十分気をつけなければいけません。

また、注意しなければいけないのが、お鍋の中にお玉を入れたままにしてあったり、フライパンや鍋の取っ手が飛び出して子どもの手が届いてしまう場合です。

フライパンや鍋の取っ手は必ず子どもの手の届かない位置に移動させましょう。

コンロや鍋のまわりには、いたずらすることを防ぐためのレンジガードなどを使うのもいいでしょう。

まな板の上に包丁を置いたままにするのも大変危険です。子どもの手が届かないところに置くように心がけてください。

料理を運ぶときも注意が必要です。足元に子どもがいないかをよく確かめてから運びます。

赤ちゃんを抱いたまま片手で料理を運ぶことは絶対にやめましょう。

料理を並べたテーブルも危険です。できたての熱い料理に手を出してやけどを負うことがあります。熱い食べ物や飲み物は、必ず子どもから離れたところに置いて、絶対に目を離さないようにしてください。

赤ちゃんがつかまり立ちをするようになるとテーブルクロスやランチョンマットにつかまってテーブルの上の熱い食べ物や飲み物を引き落とすことがあるので、やけどを防ぐためにテーブルクロスやランチョンマットは使わないようにします。

赤ちゃんを座らせる椅子にも注意が必要です。とくにハイチェアは、立ち上がろうとして落ちたり、椅子ごと倒れることがあります。

また、倒れたときに、食器棚のガラスや壁に頭がぶつからないように椅子を置く場所にも注意が必要です。

食器棚や流しの収納庫を開けて、食器を割ってケガをしたり、醤油やソースなどの調味料を飲むことも珍しくありません。

とくに漂白剤、液体洗剤などは誤って飲んでしまうと大変危険ですので、子どもの手の届かない場所にきちんとしまい、鍵をかけるなど簡単に開けられないように工夫しましょう。

ビニール袋やラップなどは、顔をおおってしまうと窒息することがあるのでしっかり管理してください。

また、ガスコンロのレバーを動かしてしまうことがあるので、料理が終わったらガスの元栓は必ず閉めましょう。

お母さん・お父さんが夕飯の支度に追われている時間は子どもの事故が起こりやすくなります。できれば、料理を作るときは、キッチンに子どもが入れないようにベビーゲートなどを設置するようにして、安全を心がけてください。

寝室

寝室で寝ていても事故が起こることを忘れてはいけません。

とくに起きやすいのは窒息事故です。

赤ちゃんが寝返りをうってうつぶせになったときに毛布やふとんで顔がふさがれて窒息したり、吐いたものがのどにつまって窒息することもあるので注意が必要です。

こうした事故を防ぐには、枕やかけぶとんや毛布、タオルケットなどは使用せず、赤ちゃんが寝ていてもときには様子をみるのが肝心です。 また、ガーゼやぬいぐるみなども窒息を防ぐためにベビーベッドの中には絶対に置かないようにします。

収納付きのベビーベッドの上枠と敷具の間に赤ちゃんの頭部がはさまって窒息して死亡する事故も起こっています。ベビーベッドの扉のロックはきちんとかけましょう。

ベビー用品には、安全を保障したいろいろなマークがあります。マークは商品を選ぶひとつの目安ですが、必ず大人の目と肌で安全性を直接確かめてください。

寝返りをうつ頃になると赤ちゃんがベッドから落ちる事故も多くなります。

寝返りは突然できるようになるので、まだ寝返りをしないからと安心はできません。

赤ちゃんが足で柵を押して落ちることもあります。また、同じようにゆりかご・ベビーラックからも落ちることがあるので十分注意してください。

赤ちゃんのそばを離れるときは、必ずベビーベッドの柵をきちんと上げるようにして、大人用ベッドでは寝かせないようにします。

子どもは何でも口に入れてしまいます。寝室のナイトテーブルには、寝る前にはずした指輪やネックレス、イヤリング、ピアスなどを置いておきやすく、子どもが誤って飲み込んでしまうことも珍しくありません。

また、口紅やマニキュア、除光液などの化粧品や、タンスやクローゼットで使うナフタリンなどの防虫剤も誤って飲み込みやすいのでしっかり管理してください。

クリーニングに出した洋服が入れてあるビニール袋などが、子どもの顔にかかると呼吸ができなくなって窒息する危険があります。

ビニール袋を捨てるときは十分な配慮が必要です。

寝室にある出窓や低い窓は、子どもが落ちることがあるので注意してください。

子どもは頭が重くバランスが悪いので、窓から外をのぞいたときに簡単に落ちてしまいます。

とくに窓のそばにベッドや低い家具が置いてある場合は、子どもがのぼれないように場所を移すか、子どもの頭以上に窓を開かなくするストッパーをつけて、窓からの転落事故を防いでください。

浴室

風呂場では、浴槽でおぼれる事故がかなりの割合を占めています。

とくに赤ちゃんがハイハイをするようになるとお風呂場でおぼれる危険が高くなります。

子どもは頭が重く全身のバランスが悪いので、洗面器に溜まったわずかな水でもおぼれてしまいますし、浴槽をのぞきこんで頭から落ちてしまうこともあります。

とくに浴槽の縁の高さが 50cm 以下だと転落しやすいので注意が必要です。

お風呂用の椅子や洗面器、バケツなどは踏み台になるので気をつけてください。

お風呂場に入ってしまったわないような工夫をしましょう。

たとえ浴槽にフタがしてあっても、子どもが上に乗ってフタがたわんだり、ずれて落ちる事故も多くみられます。

沸かしたてのお湯で大やけどを負った、おぼれることもあるので、注意してください。

浴槽のフタは安全を保障したマークの付いたものが商品選びの目安になります。

しかし、大人の目で必ず安全性を確認してください。

首掛け式浮き輪の空気が抜けたり、外れたりしておぼれる事故もあります。

もしおぼれてしまった場合は、まず、呼吸をしているかを確認してください。

呼吸がなかったら、すぐに心臓マッサージ（胸骨圧迫）を開始して、一刻も早く機能を回復させなければなりません。可能であれば人工呼吸を行います。

そして、すぐに救急車を呼びます。もし、可能であれば大声で応援を呼び、AED を持ってきてもらいましょう。

AED 到着後は音声ガイダンスに従って操作しましょう。

心臓マッサージ（胸骨圧迫）や人工呼吸の方法は項目「心肺蘇生法」を参考にしてください。

お風呂場ではやけどにも注意が必要です。

たとえば、シャワーや蛇口から出てきた熱いお湯でやけどをすることも珍しくありません。温度の調節ができる場合は低めに設定しておくことが大切です。

また、お湯の出る蛇口の部分が熱くなっていることがあるので、入浴中に子どもがさわったりしないように気をつけてください。

石けんやシャンプー、リンス、お風呂用の洗剤などは、子どもが誤って飲んでしまうことがあるので、使わないときは手の届かない場所に置いてください。

お風呂場の床はすべりやすいので、転んで頭を打つことがあります。すのこやマットを敷いて転ばないようにしてください。

お風呂場のドアは、子どもの手の届かないところに鍵をつけて、勝手に入れないようにするとより安全です。入浴が終わったら必ず浴槽の水は抜いて事故の防止を心がけましょう。

洗面所、トイレ

洗面所も、油断すると思いがけない事故が起こります。

洗面所で気をつけなければいけないのは、洗剤や石けん類をしまってある棚や引き出しです。

とくに洗濯用の漂白剤を飲んでしまうと大変危険ですので、子どもの手の届かない場所にしまうか、鍵をかけて開かないようにしてください。

洗濯用パック型液体洗剤（ジェルボール型洗剤）を子どもが誤飲する事故も起きています。

化粧品や整髪料なども洗面所に置いたままにしやすいので、使ったら必ずしまうようにします。

手を洗うときもはずした指輪やヘアピンなど置き忘れないように十分注意し、カミソリやヘアードライヤー、ヘアアイロンは必ず手の届かないところにしまってください。

また洗面所は、水を扱うところだけにコンセントで感電することもあるので、使わないコンセントはカバーをしてふさいでおきましょう。

洗面所に洗濯機を置いてある場合はとくに注意が必要です。

子どもは、水を使うものや動くものに興味を示すので、洗濯機のそばに洗濯物の入ったカゴやバケツなどが置いてあると、それを踏み台にして中をのぞこうとします。

子どもは頭が重く全身のバランスが悪いので、簡単に頭から洗濯機の中に落ちてしまいます。

わずかな水が入っていても子どもの顔が水面についてしまうと窒息したりおぼれたりしてしまいます。

洗濯機のチャイルドロック機能を積極的に活用しましょう。

水の入ったバケツや洗面器でもおぼれる場合があるので、使い終わったら必ず水は捨ててください。

トイレも思いがけない事故が起こります。

まず、トイレでも水を使うことを忘れてはいけません。子どもがトイレの便器の中に頭から落ちて窒息したりおぼれたりすることがあります。洋式の場合はもちろん、和式も便座のフタをするようにしてください。

とくに気をつけなければいけないのが、塩酸や硫酸が含まれたトイレ用洗剤を誤って飲んでしまう事故です。トイレ用洗剤は大変危険ですので、子どもの手の届かない場所にしっかり保管することです。

もしも、誤って飲んでしまったときは吐かせないで、牛乳や卵の白身を飲ませて毒性を薄めて、すぐに病院へ連れていきます。

トイレは内側から鍵がかかるようになっていますが、子どもが誤って鍵をかけてしまっても外からドライバーなどを使って開けられるようになっているはずですから、あらかじめ練習しておくといいでしょう。

階段

家の中でも階段は事故が起こりやすい場所のひとつです。

赤ちゃんがハイハイをして自分で動きまわれるようになると階段は危険な場所になります。

1歳から2歳の子どもでは最も多いのが階段からの転落事故で、歩行器で遊んでいて落ちる事故も多くみられます。

では、子どもが階段から落ちないようにするにはどうしたらよいのでしょうか。

子どもの転落は、階段の上や下にベビーフェンスをつけて防ぐことができます。

大人でないと開閉が難しいロックがついていたり、アコーディオン式になっていたりする扉で、この扉で廊下を通れなくして、階段に近づけないようにするものです。

しかし、ベビーフェンスも、子どもの首がはさまって呼吸ができなくなって窒息したり、指をはさんで切断したりする事故が起こります。

ベビー用品には、安全を保障したマークがいろいろあります。マークは商品選びの目安ですが、必ず大人目でベビーフェンスの安全性を直接確かめてください。

階段は、一般的には木製よりもカーペットや階段マットの敷いてあるものがすべりにくいといわれています。しかし、カーペットの毛足が長かったり、たるんでいたりするとかえって危険です。

また、ゴムの帯状のすべり止めをつけても効果があります。

手すりのない階段は、できるだけ手すりをつけて事故を防いでください。この場合手すりの柵は子どもの頭やからだがいり込まないように、せまい間隔にします。

隙間が広いものは子どもが落ちないようにふさぐ必要があります。

子どもが落ちたときのことを考えて、階段のそばの角のある柱や家具などにはコーナーカバーをつけてケガを防ぐようにしておくことが大切です。

階段の上にドアがある場合は、出入りに注意してください。

子どもはどこにいるかわかりませんので、ドアを開けた反対側に子どもがいると、ぶつかって階段から落ちることもあります。

また、赤ちゃんを抱いたお母さん・お父さんや歩けるようになったばかりの子が階段をおりる際につまずいて転落する事故を防ぐため、階段の途中で物を置くのは絶対にやめましょう。

ベランダ、窓、サッシ

何にでも興味を持つ子どもにとって、窓やベランダは外が見える楽しい場所です。

しかし、ベランダや窓から転落する事故が大変多く、場合によっては死亡することもありますので注意が必要です。

子どもは頭が重く全身のバランスが悪いので、窓やベランダからのぞきこもうとすると簡単に落ちてしまいます。

では、窓やベランダからの転落を防ぐにはどこに注意したらよいのでしょうか。

まずベランダでは、手すりが低いものや、手すりの格子の間隔が広いものは注意が必要です。

子どもが手や足をかけると簡単に手すりにのぼれたり、踏み台になるものがある場合は危険です。注意してください。

ベランダに大きな箱やビールなどのケース、古新聞の束などを置くのも危険です。ベランダには物をできるだけ置かないようにしましょう。

エアコンの室外機も足場になるので、ベランダの手すりから 60 cm以上離れた場所に置いてください。子どもが勝手にベランダに出たりしないように窓や網戸には子どもの手の届かない位置に補助錠をつけましょう。

ふとんを干すときは、子どもがふとんの上に乗って一緒に落ちたりしないように、スプリング式やベルト式のふとん止めなどでしっかり固定しておきましょう。

いずれにしても、子どもを一人でベランダで遊ばせないよう、十分な注意が必要です。

お母さんがベランダに出ているときに、部屋にいる子どもが窓の鍵をかけてしまってお母さんが家の中に入れなくなる、というようなこともよく起きています。子どもに閉め出されないような工夫をしましょう。

窓からの転落も大ケガをしたり、ときには死亡につながる事故になりかねません。窓に鍵をかけて開かなくするか、子どもの頭以上に窓が開かないようにストッパーをつけてください。

また、窓に面して置いてあるソファや背の低い家具は、窓から離れた場所に移動してください。

ひとりで歩けるようになった子どもは目を離すとどこにいるかわからなくなります。

カーテンや家具の影にいるのに気づかず、サッシを開けたり閉めたりすると、子どもの指や腕をはさんだり、頭をぶつけることがあります。

最近のサッシは大変すべりがよいので開け閉めは十分注意してください。

また、網戸は簡単にレールから外れてしまいますので、子どもが寄りかかったりしないように気をつけてください。

網戸と一緒に窓から落ちることも珍しくありませんので注意が必要です。

窓や網戸、ベランダの手すりなどに劣化がないか定期的に点検することも大切です。

玄関、廊下

玄関で多いのが、廊下と玄関との段差から転落する事故です。

とくに、ハイハイをするようになった赤ちゃんや、ひとりで歩けるようになったばかりの子どもが転落しやすいので十分注意してください。

玄関の床は石やタイルなど硬いものが多く、子どもが落ちて頭を打つと大きな事故になりかねません。

事故を防ぐため、廊下にベビーフェンスをつけて、子どもがひとりで玄関に近づけないようにすることが大切です。

ベビーフェンスを選ぶときは、アコーディオン式の部分に子どもが首をはさんで呼吸ができなくなって窒息したり、指を切ってケガをする事故が実際に起きていますので、SG マークなどのついた安全基準に合格したものを選んだほうがよいでしょう。

マークは商品選びの目安ですが、必ず大人の目で安全性を確かめてください。

また、玄関の床にはマットなどを敷くといいいでしょう。

玄関のドアにも注意が必要です。玄関のドアは、厚みがあり重いものが多いので、子どもがドアにはさまれて指や腕を骨折したり、ぶつかってはね飛ばされケガをすることがあるので気をつけてください。

子どもはちょっと目を離すと、どこにいるかわかりません。

ドアの開け閉めはまず子どもがいないことを確認することが大切です。

ドアや窓のロック用品などを使うのもよいでしょう。

また、風などで急にドアが閉まることもあるので、ドアの閉まる速度を調整できるドアクローザーをつけておくと安全です。

子どもがドアのちょうつがいの隙間に指を入れているのに気が付かずドアを閉め、大きなケガをすることがあります。事故防止のために市販されているドアの隙間防止グッズを利用するのもいいでしょう。

廊下もまた事故の起こりやすい場所です。

とくにひとりで歩けるようになって間もない子どもは転びやすいのでケガをすることが多くなります。

フローリングの廊下は、すべりやすいので、カーペットを敷くかすべり止めのワックスを塗って少しでも子どもが転ばないようにしましょう。

また、ワックスは誤って飲まないように子どもの手の届かない場所にしまいます。

靴下をはかせる場合は、すべり止めつきのソックスがいいでしょう。

部屋のドアも開け閉めは注意が必要です。とくに階段に面したドアは、開けた反対側に子どもがいることがあり、はね飛ばされて階段から落ちることがあります。

廊下に面したドアにガラスが使われているものは、子どもがぶつかったときのために、割れにくい丈夫なガラスにするか、フィルムを貼って割れてもガラスの破片が飛び散らないようにして、ケガを防いでください。

庭、物置

好奇心旺盛な子どもにとって、庭は大変魅力的な場所です。

また、庭なら車が通らないので外で遊ばせるよりは安全と大人は油断しがちです。

しかし、思いがけない事故が起こることを忘れてはいけません。

まず部屋や廊下から庭に落ちる事故が多くみられます。

とくに、ハイハイをするようになった赤ちゃんや、ひとりで歩けるようになったばかりの子は危険です。

子どもは頭が重く全身のバランスが悪いので、部屋から庭に出ようとしたり、境目に近づいただけでも落ちることがあります。

また、子どもが庭に降りようとして足が地面に届かずに落ちることもあります。とくにはじめのうちは後ろ向きで降りようとするので、敷石など硬いものが下にあると、落ちたときに頭を打って大変危険です。

庭に面した部屋で子どもを遊ばせるときは、庭に出られないように窓や戸は鍵をして開かないようにしてください。

庭への出入りをはじめ、子どもを庭で遊ばせるときは、必ず大人がついている必要があります。

また、子どもはよく転ぶので、庭に砂利や小石が敷いてあるときは、ひじやひざを擦りむくケガが多くなります。

ビニールプールやバケツなど、水を入れたままで庭に放置するのは大変危険です。

子どもはほんの少しの水でも、顔が水面についてしまうと頭が上げられず、窒息したりおぼれたりしてしまいます。使い終わった水はすぐに捨ててください。

庭に池がある場合は、高い柵で囲んで入れないようにしておきましょう。

ガス給湯器が庭にあるときはやけどに注意してください。また、エアコンの室外機に子どもが指を入れてケガをすることもあります。ガス給湯器や室外機にも子どもが近づけないように工夫することが大切です。

犬を飼っているなら、庭で放し飼いにせず、しっかりと綱や鎖でつないでおきます。

じゃれて遊んでいても子どもがケガをすることがあるので注意してください。

垣根や塀、木など高いところにのぼって落ちることもあります。

物置は庭やバルコニーにあることが多く、お母さん・お父さんの目が届きにくいので十分注意してください。

気をつけなければいけないのが、ペンキや洗剤類、薬品類、園芸用の農薬、肥料などを子どもが誤って飲んでしまう事故です。

ペンキや農薬を小分けにしたり、残ったものをジュースの缶やびんに詰め替えたり、縁の下や庭の隅など子ども手の届くところに置くことは絶対にやめましょう。

間違って飲んでしまうことがあります。

このほかにも園芸用のはさみ、ビニールの袋、ヒモなど危険なものがたくさんあります。物置にはしっかり鍵をかけて厳重に保管してください。

・屋外

公園

公園は、子どもにとって大変楽しい場所ですが、思いがけない事故がよく起こる場所でもあります。

公園で起こる事故は大変多く、公園の遊具は間違った使い方をすると危険な存在だということを忘れてはいけません。

子どもは全身に比べて頭が重く、バランスをうまくとることができません。

わずかなことでも転んでしまうので、高いところや、動きのある乗り物にはとくに注意をしてください。

公園で子どもを遊ばせるときは、必ず大人がつきそうようにします。

まず公園で多いのがすべり台やブランコから落ちる事故です。

すべり台では、階段をのぼったりすべろうとしたりしてバランスを崩し、転落することがあります。

また、前にすべった子どもがまだ下にいるのにすべりだし、ぶつかってケガをすることがあります。

ブランコは、こいでいる途中に手を離したり、バランスを崩して落ちることも珍しくありません。

チェーンのつなぎ目に指をはさむこともあります。

ブランコのそばで遊んでいて巻き添えになってケガをしたり、ほかの子どもを巻き添えにしたりすることもあるので注意しましょう。

ジャングルジムや鉄棒は、年齢に従い行動力も出てくるとケガも増え、危険度も大きくなります。

最近では、すべり台やジャングルジム、うんていなどを組み合わせた大型の遊具やロープや網、タイヤを使ったフィールドアスレチック的な遊び用具も多くなっています。

子どもが転落したり、ロープや網が首に巻きついて窒息する事故にならないように十分注意してください。

子どもは好奇心が強く、砂場や広場では、砂や小石など何でも口に入れようとします。

また、ガラスの破片やとがった石など危険なものもたくさん転がっているので裸足になるのは避けたほうがいいでしょう。

公園に池や水遊び用の浅いプールがあるときは、子どもがおぼれないように注意してください。

子どもはわずかな水でも、顔が水面についてしまうと窒息したり、おぼれたりしてしまいます。

たとえ浅くてもおぼれる事故が起こることを忘れてはいけません。

このほかにも公園にはいろいろな遊具があります。

お母さん・お父さんは、それぞれをよく観察して、事故が起こらないように正しい遊び方を教えてあげましょう。

池、川

子どもは水に大変興味があり、池や川で遊ぶのが大好きです。

しかし、池や川、用水路でおぼれる事故は大変多く、死亡することも多いのです。

子どもは、わずかな水でも水面に顔がついてしまうと頭が上げられず、呼吸ができなくなって簡単に窒息したりおぼれたりしてしまうことを忘れてはいけません。

3、4歳までの子どもはお風呂場の浴槽でおぼれる事故が多いのですが、この年齢を境にして外で遊んでいるときに池や川などでおぼれる事故が多くなります。

家の近くに池や川、とくに公園に池がある場合は十分注意してください。

必ず大人がつきそって、子どもだけでは絶対に遊ばせないようにします。

とくに雨が降った後は、足元がすべりやすくなっていたり、普段は安全な場所でも水が多くなっていることがあるので気をつけてください。

池や川に比べて見落としやすいのが防火用水や水たまりです。

防火用水は金網ネットなどで入れなくしてありますが、古くなって破れていたり、子どもが入れるくらいの隙間があいていることがあるので注意が必要です。

また、赤ちゃんは水たまりでもおぼれることがあります。

実際にお母さん・お父さんがほんの少し立ち話をしているスキに、赤ちゃんが転んで水たまりでおぼれる事故が起きています。

大人にとっては何でもない水たまりでも、子どもの命を奪うことがあるので油断はできません。

子どもがおぼれてしまったときは、まず口のそばに耳を近づけて呼吸をしているかどうかを確認し、もし呼吸が止まっている場合は、心臓マッサージ（胸骨圧迫）を開始し、可能なら人工呼吸を行って、同時にすぐ救急車を呼び、周囲の人に協力してもらいAEDを持ってきてもらいましょう。AED到着後は音声ガイダンスに従って操作しましょう。

気道の確保、心臓マッサージ（胸骨圧迫）、人工呼吸の方法は項目「心肺蘇生法」、「水におぼれた」を参考に、いざというときにそなえてください。

海水浴

海水浴でいちばん気をつけなければいけないのが日焼けによるやけどです。

肌の弱い乳幼児にとって夏の海辺は、紫外線や日差しが大変強いので危険です。

薄着をさせ、日焼け防止策をとって、ビーチパラソルなどの下で、直接日光があたらないようにします。

また、気温の高い屋間に水分の補給を忘れると脱水症状を起こしてしまいます。

とくに赤ちゃんは、体温を調節する機能が十分に発達していないため、日差しの強い場所や、暑い場所に長時間いると熱中症になりやすいので注意が必要です。

海辺では、水におぼれる事故も起こります。

子どもは、わずかな水でも顔が水面についてしまうと頭が上げられず、呼吸ができなくなって窒息したり、おぼれたりしてしまうので、大人が子どものそばについて絶対に離れないようにしてください。

波打ち際で遊んでいても、波にさらわれることがあります。水に入らなくても、必ず浮き輪やライフジャケットを子どもにつけて遊ばせるようにしましょう。

海は大人でもおぼれることがあります。当日の天候をはじめ気温、水温、風などに十分注意して事故が起こらないように気をつけて遊んでください。

子どもがおぼれてしまったときは、まず口に耳を近づけて呼吸をしているかどうかを確認し、もし呼吸が止まっている場合は、心臓マッサージ（胸骨圧迫）を行って、同時にすぐ救急車を呼び、周囲の人に協力してもらいAEDを持ってきてもらいましょう。AED到着後は音声ガイダンスに従って操作しましょう。

応急手当の方法については、項目「心肺蘇生法」、「水におぼれた」を参考にしてください。

駅、デパートなどの施設

外出は子どもにとって大変楽しいものです。

しかし危険も多いので、外出先では子どもから決して目を離さないようにしましょう。

おむつ交換台に子どもを乗せているときに少し目を離して転落する事故が起きています。

子どもは何でも大人のまねをします。

自由に歩きまわれるようになると、ちょっと目を離したスキに勝手にどこかに行ってしまうたり、事故にあったりすることを忘れないでください。

駅でも事故は起こります。階段や自動改札口、ホーム、電車など、油断するとすべてが事故につながります。とくに自動改札は注意が必要です。自動改札の扉の高さが小さい子どもの場合は顔面にあたる可能性があります。

子どものための危険防止システムはありますが、扉が自動的に閉まってはさまったり、ぶつかったりすることがないとはいえません。必ず子どもは大人より先に通してください。

子どもひとりで自動改札を通すのは危険です。

また、子どもは自分でキップを入れたがりますが、指をはさんでケガをすることがあります。

駅やデパートなどの自動ドア、エスカレーターでは、乗り降りのタイミングが合わずに転んだり、サイズの大きい靴を履いていて靴が巻き込まれる事故もあるので、注意が必要です。必ず大人が手をつなぎましょう。また階段でも、転んだり落ちたりしないよう、大人が手をつないでください。

電車やバスなどの自動ドアにも注意してください。

とくに電車に乗っていると、子どもは外を見たがってドアのそばに行くことが多く、夢中で外を眺めているときにドアが開いて、指や腕が巻き込まれてケガをすることがあります。子どもの小さな手や指は、わずかな隙間にも入ってはさまってしまうので気をつけてください。

また、抱いたりおんぶしている赤ちゃんの指が巻き込まれることもあるので、ドアの近くにいるときや乗り降りの際は十分注意してください。

同じようにドアに指を巻き込まれる事故は、マンションやデパートなどのエレベーターでも起こります。

スーパーのショッピングカートやベビーカーから転落する事故もあります。

ベビーカーに子どもを乗せる際はベルトをしっかり締め、バックルなどは説明書通りに使用します。

またベビーカーに荷物をかけると転倒することがあるので注意しましょう。

車で出かけるときは、車の出し入れに注意してください。

子どもがしゃがんでいたり、座っているとバックミラーやフロントガラス越しには死角になって見えないことがあります。

まず、子どもが車の前後にいないかをよく確認してから車に乗るようにします。

車のドアの開け閉めも子どもが指をはさまないように注意しましょう。

また、パワーウィンドウで、首がはさまって窒息することも珍しくありません。

お母さん・お父さんが車を運転しているときに、助手席に子どもを座らせているのを見かけることがありますが大変危険です。必ずチャイルドシートに座らせて、シートベルトをしめてください。

チャイルドシートは、助手席につけると運転中のお母さん・お父さんの気が散ったり、事故があったとき死亡率も高いので後部座席につけるようにしましょう。

車から降りるときは、大人が先に降りましょう。そして、子どもは必ず歩道側に降ろすようにして、降りた直後に子どもだけが車道側に飛び出さないように注意しましょう。

【要因別の事故】

- ・ 墜落、転倒

寝返りをうつ

赤ちゃんは、生後6か月前後になると寝返りをうつようになり、それとともにベッドやソファから落ちる事故が多くなります。赤ちゃんは頭が重く全身のバランスが悪いので、ベッドの縁に近づいただけでも簡単に落ちてしまいます。

落ちたときに頭を打つと大変危険ですから十分な注意が必要です。

寝返りは突然うつようになります。まだ、寝返りをうたないからと安心はできません。

寝返りだけでなく、腕や足を伸ばして自分でからだを動かして落ちることもあります。そばを離れるときは必ずベビーベッドの柵を閉めてください。

ベビーベッドの柵と柵の間隔は8.5cm以下でなければいけません。

それ以上開いていると、赤ちゃんの頭がすり抜けて落ちてしまうので、必ず柵の間隔を確認してください。

転落を防ぐ柵のない大人用ベッドやソファで寝かせるのは危険です。やむを得ず寝かせるときは絶対に目を離さないでください。

同じようにゆりかごやベビーキャリーも赤ちゃんが寝返りをうって落ちることがあります。

また、デパートなどの外出先でおむつを交換するときも、台から落ちないように注意が必要です。

もしも赤ちゃんがベビーベッドから落ちてしまったとき、下に水の入った洗面器やタオル、ふかふかの毛布、ぬいぐるみなどが置いてあると、おぼれたり、顔をふさいで窒息したりすることがあります。

ベビーベッドの中はもちろん、まわりにも窒息するおそれのあるものは絶対に置かないようにしてください。

また、ベビーベッドによっては、赤ちゃんが寝返りをうったときに、柵とマットの間に顔がはさまって、窒息する事故も起こります。

ベビー用品には、安全を保障したいろいろなマークがあります。マークは商品選びのひとつの目安にはなりますが、必ず大人の目と肌でベビーベッドの安全性を確かめてください。また説明書通りに使用しましょう。

歩行器で遊ぶ

まだひとりで立って歩くことができない赤ちゃんにとって、歩行器は自由に動ける楽しい遊び道具です。しかし、それだけに思いがけない事故が起こりやすく、欧米諸国の中には、その危険性が強調されて販売中止になっている国もあります。

また、赤ちゃんはからだの割に頭が大きくてバランスが悪いため、足が十分に発達しないまま歩行器で立たせると、足に過度の負担がかかって発達に悪影響を及ぼすことがあると指摘する整形外科医もいます。

実際の事例では、赤ちゃんが立ち上がろうとしたり、身を乗り出そうとして、歩行器ごと倒れてケガをする事故が目立ちます。歩行器を使うときは、必ず親がそばにいて目を離さないことが大切です。

そして、わずかな段差でも歩行器が倒れることがあるので、しきいや引き戸などのレールには気をつけましょう。

床に置いてある物や、電気のコードにひっかかって倒れたり、ストーブなど暖房器具にぶつかったりして危険です。

赤ちゃんを歩行器に入れるときは、まず部屋の中を片づけて、周囲に危険なものがないかを確認しましょう。

また、とくに気をつけなければいけないのが階段や玄関などです。大きな段差のある場所は歩行器ごと落ちることがあるので、ベビーフェンスをつけて、近づけないようにしてください。

ベビーフェンスでは、アコーディオン式の部分に赤ちゃんがはさまって窒息したり、指などをはさんでケガをしたりすることがあります。

ベビー用品には、安全を保障したいろいろなマークがあります。マークは商品選びのひとつの目安にはなりますが、必ず大人の目と肌でベビーフェンスの安全性を直接確かめるようにしてください。

床がフローリングの場合は、すべりやすく、思いがけないスピードが出ることがあります。

勢いがついたまま壁などにぶつかってケガをすることがあるので、テーブルなどの角のある家具にはコーナークバーをつけてケガを防ぐようにしてください。

また、窓などのガラスにぶつかったときにケガをしないように、できれば丈夫なガラスに替えるか、割れたときにガラスの破片が飛び散らないようにフィルムを貼っておくことをおすすめします。

歩行器を使うときは、ローラーが正常にまわっているかどうかを必ず確認しましょう。ひとつでもまわりにくいローラーがあると、方向が定まらず転倒するおそれがあるので注意してください。

椅子に座らせる

赤ちゃんも生後6か月頃になると、両手で支えてあげなくても自分でお座りができるようになります。

この頃から椅子にも、ひとりで座れるようになります。

しかし、赤ちゃんは頭が重く全身のバランスが悪いうえに、じっとしていません。

そのため椅子から落ちたり、椅子ごとひっくり返ってケガをする事故が起こりやすくなります。

とくに気をつけなければいけないのが、赤ちゃん用のハイチェアです。高いので落ちると大変危険です。赤ちゃんを座らせたなら、必ず大人がそばにいて目を離さないようにしましょう。

ハイチェアに座わらせたらずぐに安全ベルトをします。

赤ちゃんが椅子の上で立ち上がろうとしたり、自分でおりようとしたときは、危険だということを何度でも繰り返し教えてあげてください。

また、赤ちゃんが足でテーブルを蹴って、椅子ごと倒れることがあります。倒れたときのことを考えて、窓や食器棚のガラス、家具などの角が赤ちゃんの後ろにこない場所に座させます。

椅子を選ぶときは、脚が頑丈でぐら付きがなく、倒れにくい構造のもので、安全ベルトは椅子本体にしっかり取りつけてあるものにしましょう。

また、足首や指などがはさまってしまうような隙間がないか、表面のざらつきや釘などの鋭い突起物はないかなどをよくチェックしてください。

床がフローリングの場合は、とくにすべりやすく倒れやすいので、ハイチェアの脚の底にすべり止めをつけます。

また、赤ちゃんを、ソファーにひとりで座らせるのは危険です。もしも座らせるときには絶えず目を離さないようにして、転落事故が起こらないように気をつけてください。

窓を開ける

子どもは、窓から外を見るのが大好きです。しかし、窓に子どもが落ちるのを防ぐような高い柵や手すりがついていることはほとんどありません。

子どもは頭が重く全身のバランスが悪いので、窓から外をのぞいただけで簡単に落ちてしまいます。実際に子どもが窓から落ちて死亡する事故が起きているので十分注意してください。

では、窓から落ちないようにするにはどうしたらよいのでしょうか。
まず窓に鍵をして開かないようにするのがいちばん安全です。
とくに子どもの遊んでいる部屋の窓には、子どもの手の届かない場所にも鍵をつけるようにしてください。

窓には、子どもの頭の大きさ以上に開かないようにするサッシ用のロックをつけましょう。

また、窓の近くにある家具にも注意が必要です。
とくにソファや背の低い家具、ベッドなどが窓側に置いてあるときは気をつけてください。子どもが上のぼって、窓から落ちることがあるので置く場所を変えるなど工夫が必要です。

古新聞の束や大きな箱なども足場になるので窓のそばには絶対に置かないようにしてください。

ハイチェアなど背の高い椅子も、倒れたときに窓ガラスで子どもがケガをすることもあるので、窓のそばに置くのは危険です。

また、窓についている網戸も簡単にはずれてしまうので、子どもがよりかかったり、押したりすると一緒に落ちてしまうことがあります。十分注意してください。

ベランダで遊ぶ

何にでも興味を示す子どもにとって、ベランダやバルコニーは高いところから外を見ることができる楽しい場所です。

しかし、同時に死亡事故につながる危険な場所であることを忘れてはいけません。

子どもがベランダから落ちる事故は大変多く起きています。

子どもは頭が重く全身のバランスが悪いので、手すりからちょっと身を乗り出しただけでも簡単に落ちてしまうことがあります。

では、ベランダからの転落事故を防ぐにはどうしたらよいのでしょうか。

子どもをベランダで遊ばせる前に、ベランダの手すりの高さ、手すりの柵の幅、それ以外にも転落の危険がある場所はないか、よく点検してください。

手すりの高さは、足掛かりがあるところから 90 cm 以上、手すりのすき間は 11cm 以下、できれば乳幼児用ベッドの PSC マークの認定基準である 8.5cm 以下の間隔が望ましいものです。これよりも手すりの高さが低かったり、幅が広いときは子どもが落ちる危険があるのでとくに注意してください。

また、ベランダに幼児用のブランコや、ビールのケース、灯油などのポリ容器、古新聞や古雑誌の束などが置いてあると、子どもはそれを足場にして手すりにのぼってしまいますので、物置などにきちんとしまうようにしてください。

エアコンの室外機も足場になるので、手すりから 60 cm 以上離れた場所に置いてください。

ふとんを干すときは子どもがふとんの上によじのぼって一緒に落ちることがあるので、十分な注意が必要です。

万一にそなえ、ふとんはスプリング式やベルト式のふとん止めなどでしっかり固定してください。

ベランダは常に大人が子どもと同じ目線で、しっかり点検することが必要です。

また、ベランダでは子どもだけで遊ばせないことが大切です。

遊ぶときは必ず大人が目を離さないようにして転落事故が起こらないように十分気をつけてください。

階段が心配

階段は、家の中で最も事故が起こりやすい場所のひとつです。
何といっても階段で多いのが転落事故です。

子どもは頭が重く全身のバランスが悪いので、段差のある階段ではとくに落ちやすくなります。
赤ちゃんがハイハイをするようになって、ひとりで動きまわれるようになると階段から落ちる危険があります。

赤ちゃんが歩行器に入ったまま落ちる事故も珍しくありません。
とくに気をつけなければいけないのが、1歳から2歳にかけての子どもです。この頃が階段から落ちる事故がいちばん多いので注意してください。

では、子どもが階段から落ちるのを防ぐにはどうしたらよいのでしょうか。
まず階段の上と下にベビーフェンスをつける方法があります。
ベビーフェンスにはいろいろな種類がありますが、指や首をはさむおそれのない安全なものを選びましょう。

商品を選ぶときはSGマークなどのついたものを基準に選びます。マークは商品選びのひとつの目安にはなりますが、必ず大人の目と肌でベビーフェンスの安全性を直接確かめるようにしてください。

木製の階段はすべりやすいので、カーペットを敷くか、市販されているすべり止めをつけるのもよいでしょう。
また、すべり止めのワックスを塗って少しでもすべらないようにして事故を防ぐことが大切です。

階段に手すりがないときは、手すりをつけるようにしてください。この場合、手すりの柵は子どもの頭やからだが入らないような狭い間隔にします。

階段のそばにドアがあるときは、開け閉めにも注意が必要です。
子どもはどこにいるかわかりません。ドアを開けたとき、反対側に子どもがいるとぶつかって階段から落ちてしまうことがあるので十分気をつけてください。

階段から子どもが落ちたときのことを考えて、角のある柱や階段のそばの家具などにはコーナーカバーをつけてケガを防ぐことも大切です。

子どもは慣れるまでは後ろ向きで階段をおります。
また、お母さん・お父さんが赤ちゃんを抱っこしたまま落ちることもあるので、階段の途中やまわりにはものを絶対に置かないようにしてください。

公園で遊ぶ

公園は子どもの大好きな遊具がたくさん揃っている場所ですが、思いがけない事故もよく起こるので注意が必要です。

とくに、遊んでいて遊具から転落する事故が目立ちます。子どもは頭が重く、全身のバランスをうまくとることができません。

わずかなきっかけで転んでしまうので、高いところや動きのあるもので遊ぶときはとくに気をつけてください。

公園で起きる事故は多く、遊具の使い方を間違えると公園は大変危険な場所になることを忘れてはいけません。

子どもを公園で遊ばせるときはできるだけ大人がつきそうようにして何が危険かを教えましょう。

公園の遊具による事故のなかでも目立って多いのがすべり台やブランコから落ちる事故です。すべり台では、階段の途中や、すべろうとしてバランスを崩して落ちることがあります。

また、前にすべった子どもがまだ下にいるのに、すべりだしてぶつかってケガをすることもあります。

ブランコでは、こいでいる途中で手を離してしまったり、バランスを崩して落ちることがあります。

子どもは自分のからだを支えるだけの握力がないので、必ずブランコに乗せるときは大人が横についている必要があります。

ジャングルジムや鉄棒から落ちてケガをする事故も多いので注意が必要です。とくに鉄棒は年齢が高いほど危険も大きくなります。

このほかにも落ちる危険があるものとして、うんていやシーソーをはじめ、ロープや綱、丸太やタイヤを使ったフィールドアスレチックなどがあります。

また最近では、すべり台やジャングルジム、うんていなどが組み合わされた大型のものが多く増えており、複雑なつくりのうえに高さもあるのでこれまで以上に注意が必要です。

公園にはこのほかにもいろいろな遊具があります。

子どもは大人が考えないような行動をとるので、お母さん・お父さんは自分の子どもとそれぞれの遊具をよく観察して、事故が起こらないように正しい遊び方をしっかり教えてください。

それと同時に、大勢の子どもと一緒に遊ぶときは、自分勝手に遊ぶのではなく、ほかの子にも気をつけながら遊ぶように教えましょう。

抱っこ、おんぶ

赤ちゃんを抱っこしたりおんぶしたりするのは何気なくしているのですが、ときには重大な事故が起こることを忘れてはいけません。

抱っこやおんぶでいちばん多いのが、赤ちゃんを抱き上げたりおろすときに受けそこねて落としてしまう事故です。

とくに首がすわるまでは抱っこがしにくいので、赤ちゃんを落としてしまう事故は珍しくありません。

からだが発達していない赤ちゃんにとって死にいたることもある大変危険なことです。

抱っこに慣れるまでは決して無理をせず、誰かにサポートしてもらうことが大切です。

抱っこは、赤ちゃんの首がすわる3か月から4か月頃までは横抱きにします。

抱き上げるときは、必ず自分も座るかひざをついてからだを安定した状態でします。立ったままで赤ちゃんを抱き上げるのは絶対にやめましょう。

横抱きのポイントは、まず片手を赤ちゃんのお尻に当て、もう一方の手を首の下に差し入れて、頭を静かに持ち上げ、次にお尻を持ち上げます。

このとき、お母さんの上半身を赤ちゃんに近づけます。

そして赤ちゃんのからだを引き寄せ、首を支えながら、もう一方の手でからだを支えます。

首を支えていた手をゆっくり伸ばして、腕で後頭部を支えます。

抱っこがしっかり安定したのを確かめてから立ち上がるようにします。

また、首がしっかりすわると縦抱きができます。

縦抱きの場合は、赤ちゃんの両方のわきの下に手を入れてしっかり支え、首を安定させながら、静かにからだを起こして抱き上げます。

次に片手をわきの下にまわして、もう一方の手でお尻を支えて抱きます。

おんぶは首がすわるまではできません。

おんぶをするときに注意をしなければいけないのが、背中にのせるときとおろすときに赤ちゃんが後ろに倒れやすくなることです。赤ちゃんは頭が重いうえに、首の力もまだ弱いのでバランスが悪く、頭が後ろにのけぞりやすいので気をつけてください。

おんぶも慣れるまでは誰かにそばについてもらいましょう。

また、抱っこひもやおんぶひもを利用すると便利で安全です。

抱っこひもは外出するときに使うと、赤ちゃんの顔を見ながら歩くことができるので、話しかけたり、よだれを拭いてあげることもできます。しかし、お母さんの前側に重心がかかってしまい、転びやすくなるので注意が必要です。

抱っこひもで外出するときは、必ずヒールの低い靴やスニーカーを履くようにします。

おんぶひもは最近ではあまり使われなくなりましたが、お母さんの両手が自由に使えるので家事をするときに便利です。夕方の忙しい時間でも、赤ちゃんから目を離さずにすみます。
緊急災害時にも大変役に立ちます。

ただし外出したときなどは、お母さん・お父さんより赤ちゃんが後ろにいるので、帽子など赤ちゃんがものを落としても気がつかなかったり、赤ちゃんの手が自動ドアに巻き込まれたりすることもあるので気をつけなければなりません。

抱っこひもやおんぶひもを使うときは赤ちゃんの足をアルファベットの M の形にして股関節脱臼を予防する必要があります。

外出は抱っこひも、家事をするときはおんぶひもと使い分けると便利でしょう。

ベビーカー、自転車の注意

ベビーカーで多いのは、赤ちゃんが転落する事故とベビーカーごと倒れてしまう事故です。

赤ちゃんが立ち上がろうとして起きる事故も珍しくありません。

その原因は、シートベルトのつけ忘れが多いようです。転落事故は大人の注意で防げることが多いと思います。

赤ちゃんは頭が重く全身のバランスが悪いので、ベビーカーからほんの少しでも身を乗り出すと簡単に落ちてしまいます。赤ちゃんをベビーカーに乗せたらすぐにシートベルトをします。

とくに注意しなければいけないのが軽量のベビーカーです。

全体が軽いだけにベビーカーごと倒れることがよくあるので、ハンドルに買い物袋など重い荷物をぶらさげるのは絶対にやめてください。

また、ブレーキ・ストッパーの効きが悪いものは危険です。

赤ちゃんを乗せたり降ろしたりするときはかならずブレーキ・ストッパーをかけてベビーカーが動かない状態で行います。

少しの坂で勝手に動きだしたりしないよう気をつけましょう。

ベビーカーを選ぶときは、色、柄、デザインや、操作しやすいか、乗り心地が良さそうかなどの機能性のほかに、SG マークなどを基準に、安全と思われるものを選んでください。

製品は見るだけでなく、育児雑誌などのテスト項目を参考にしたり、実際に赤ちゃんを乗せ、操作を試してみ、安全性を確認してから購入するようにしましょう。

自転車で大きな事故は何といっても交通事故ですが、自転車から子どもが落ちる事故も目立ちます。

子どもを乗せるときは、必ず幼児用座席に乗せましょう。子どもは乗りながら寝てしまうことが多く、自転車が曲がったり、止まったりすると落ちることがあるので、必ずシートベルトをして、子どもが転落することのないようにしましょう。

自転車の後ろ側に幼児用座席をつけるときは、子どもの足が車輪に巻き込まれないようにスポークカバーのついたものを使うようにします。

自転車の乗り降りも注意が必要です。

乗せるときは、まず自転車のスタンドとハンドルを忘れずにロックしてください。

荷物があるときは、先に荷物をカゴに入れてから子どもを乗せるようにします。

ハンドルロックをしないまま前のカゴに荷物を入れると、ハンドルが動いて自転車が倒れることがあるので注意しましょう。

子どもを自転車から降ろすときは、まずスタンドとハンドルのロックを必ずしてから子どもを降ろして、最後

に荷物を降ろすようにします。

また、このときに車やオートバイ、ほかの自転車にも注意が必要です。

必ず子どもは大人よりも歩道側に降ろすようにしてください。

・やけど

テーブルの上は安全？

子どものやけどは大人の不注意によるものが多く、0歳から3歳までの乳幼児期に集中して起こっています。

やけどの原因でとくに多いのが、電気ポット、電気ケトル、コップの中の熱い食べ物や飲み物、アイロン、ストーブなどです。

とくにテーブルの上には、やけどの原因になるものが数多くあります。それだけテーブルは危険な場所ということ覚えておいてください。

さわってもお湯が出ないようにロック機能がついた電気ポットや電気ケトルは、安全のように思えますが、やけどは目立って多いのです。

ロックをし忘れていたり、0歳の赤ちゃんでも簡単にはずしてお湯を出してしまうことがあるので油断は禁物です。

また、コードを子どもがひっぱったり、足をひっかけて中のお湯を浴びてしまう事故も起きています。

できるだけ電気のコードは短くまとめ、電気製品は子どもの手の届かない場所で使うようにします。余分なコードを巻き取っておく市販の「コード巻き取り器」を利用するのもいいでしょう。倒した場合の事故が予防できる、転倒流水防止構造の電気ポットや電気ケトルも市販されています。

こうしたやけどに加えて、最近とくに増えているのが電気ポットや炊飯器から出る蒸気によるやけどです。蒸気は熱湯ほど危険を意識しないことが多いようですが、大やけどをしやすいので十分な注意が必要です。

テーブルクロスやランチョンマットも気をつけなければいけません。赤ちゃんがつかまり立ちをするようになると、テーブルクロスやランチョンマットにつかまって、テーブルの上の食べ物や飲み物を引き落としてしまうことがあるので使わないようにしましょう。

テーブルに熱い食べ物や飲み物を運ぶときも注意が必要です。

足元に子どもがいないかよく確かめてから運びましょう。

テーブルの上では子どもが手を伸ばしてやけどをすることがあるので、料理は子どもから離れた場所に置くようにして、絶対に目を離さないようにします。熱いスープ、コーヒーやお茶などはとくに注意が必要です。

また、赤ちゃんを抱いたまま食事をしたり、熱いものを飲んだりするのも危険です。

最近増えてきたのが、カップめんによるやけどです。カップが柔らかく不安定で持ちにくく、また、転倒しやすいので十分注意してください。

やけどを防ぐポイントは、熱いものは子どもの手の届く場所に置かないこと。そして、やけどする危険のあるものを子どもに教えることが大切です。

これは熱いのでさわってはいけないのだということを経験させるのもひとつの教え方かもしれません。

もし、やけどしてしまったら痛みが治まるまで水を流しながら十分冷やします。やけどが顔・頭・手のひらだったり、500 円玉以上の水ぶくれになるようなら病院へ連れて行ってください。

応急手当の方法については、項目 「やけどをした」 を参照してください。

アイロンをかける

大人が使う道具に子どもはとくに興味を示します。

赤ちゃんがハイハイをするようになると誤ってアイロンにさわると事故が起こるようになります。

また、ひとりで歩けるようになった子どもがコードに足をひっかけて転んだり、転んだときにアイロンにさわってしまうこともあります。

熱い蒸気が出るアイロンは、直接さわらなくても近づいただけでやけどをすることがあるので、顔などに蒸気がかからないように十分注意してください。

蒸気は熱湯ほど危険を意識しないことが多いようですが、蒸気によるやけどは深いやけどになりやすいので、場合によっては手術が必要になることもあります。気をつけましょう。

では、アイロンによるやけどを防ぐためにはどうすればよいのでしょうか。やけどを防ぐポイントは、熱いものは子どもの手の届かない場所に置くか、どうしても置かなければならないときは子どもを遠ざけるかのどちらかです。

アイロンがけは、子どものいない部屋でするか、子どもが寝ているときにします。

気をつけなければいけないのが、アイロンをかけ終わったあとです。

アイロンをかけ終わった衣類などをしまっているときは、つい気を許しがちです。

うっかりアイロンから目を離したスキに、好奇心の旺盛な子どもがさわってしまうことも珍しくありません。まず、アイロンを使い終わったら、必ず子どもの手の届かない場所で冷ますようにします。

もしも、やけどしてしまったら痛みが治まるまで水を流しながら十分冷やします。

やけどが顔・頭・手のひらだったり、500 円玉以上の水ぶくれになるようなら病院へ連れて行ってください。

応急手当の方法については、項目「やけどをした」を参照してください。

料理中の注意

子どものやけどの原因でとくに多いのが、電気ケトル、熱い食べ物や飲み物、そしてアイロンやストーブなどです。

キッチンにはこれらのほとんどが揃っています。それだけキッチンはやけどをしやすい危険な場所であることを覚えておいてください。

とくに最近は炊飯器や電気ケトルによるやけどが大変増えています。電気ポットや電気ケトルにはロック機能がついていて安全のように思えますが、0歳の赤ちゃんでも簡単にはずせてしまいます。

また、コードを子どもがひっぱったり、足をひっかけて中の熱湯を浴びてしまう事故も珍しくありません。電気のコードは短くまとめて、子どもの手がふれないように工夫しましょう。余分なコードを巻き取っておく市販の「コード巻き取り器」を利用するのもよいでしょう。

ご飯を炊いているときやお湯が沸いたとき、突然熱い蒸気が出るので注意が必要です。蒸気は熱いお湯に比べて危険を意識しないことが多いようですが、重度のやけどになりやすいのです。

お母さん・お父さんが調理中もやけどの事故が起こりやすくなります。家事に追われて忙しいと、つい子どもから目を離しがちになりますが、事故はそうしたちょっとしたスキに起こることを忘れてはいけません。とくに注意しなければいけないのが、火にかけた鍋の中にお玉を入れたままにしたり、フライパンや鍋の取っ手が手前に飛び出ている状態にすること。子どもが手を伸ばして落としてしまい、やけどをすることがあります。

こうしたいたずらを防いでやけどをしないよう、レンジを囲んでしまう「レンジガード」も市販されています。

天ぷらなどの油を使った料理も、油がはねることがあるので十分気をつけてください。料理を作るときは、できるだけ子どもをキッチンに入れないようにしてやけどを防ぐことが大切です。

できあがった料理を運ぶときも注意が必要です。足元に子どもがいないかよく確かめてから運ぶようにしましょう。

お母さん・お父さんが夕食の支度に追われていちばん忙しい午後6時から7時にかけてが、やけどの事故が最も起こりやすい時間です。

また、薬品などによる化学やけどにも注意してください。

油污れをきれいにする洗剤でカセイソーダが含まれているものなどは冷たいものでも化学変化を起こしてやけどをすることがあるので、注意書きをよく読んで、子どもの手の届かない場所にしっかり保管することです。

やけどを防ぐいちばんのポイントは、熱いものや、やけどの原因になるものを、子どもの手の届く場所に置かないようにすることだということを忘れないでください。

もしもやけどをしてしまったら、痛みが治まるまで水を流しながら十分冷やします。

やけどが顔・頭・手のひらだったり、500 円玉以上の水ぶくれになるようなら病院へ連れて行ってください。

応急手当の方法については、項目 「やけどをした」 を参照してください。

暖房器具を使う

暖房器具を使う季節になると、子どもが暖房器具の熱くなった部分をさわってやけどをすることがあります。

こうしたやけどの事故を防ぐには、市販されているファンヒーターガードなどでストーブのまわりを柵で囲んで子どもが直接さわれないようにします。昔ながらストーブの場合、やかんなどはのせないようにしましょう。

最近では、ファンヒーターなどが多くなりましたが、温風の吹き出し口が熱くなっていることがあるので子どもがさわらないようにしてください。

電気ストーブのコードにも注意してください。子どもが足をひっかけて転んだ拍子に、熱くなった部分にさわってしまったたり、ストーブを倒してしまうことがあります。

また、低温やけどにも気をつけてください。

低温やけどは、電気カーペットや、電気毛布、電気あんか、湯たんぽなどのあまり温度の高温くないものを長い時間使うと起こるやけどです。

表面のやけどはほんのわずかでも、皮膚の内側の組織が壊されてしまうもので、ひどいときには手術しなければならないときもあります。十分な注意が必要です。

低温やけどを防ぐには、電気カーペットや電気毛布は暖まったらこまめにスイッチを切るようにします。また、電気あんかや、湯たんぽにはタオルを厚めに巻いて、子どもからすこし離して使うようにしてください。

子どもが寝ついたら取り出します。

もしも、やけどをしてしまったら痛みが治まるまで水道の水を流しながら十分冷やします。

患部が顔・頭・手のひらだったり、500円玉以上の水ぶくれになるようなら病院へ連れて行ってください。

応急手当の方法については、項目「やけどをした」を参照してください。

お風呂での注意

お風呂場では、子どもが浴槽でおぼれる事故とともに目立つのがやけどの事故です。

お湯は表面がとくに熱いので、もしも子どもが手を入れたり、落ちてしまうと場合によっては大やけどをすることがあります。

お風呂を沸かしているときは子どもから絶対に目を離さないようにしてください。

たとえ浴槽にフタがしてあっても、子どもが上に乗るとフタがたわんで落ちてしまうことがあります。

とくに、浴槽の縁が低く造られているものは十分気をつけてください。

浴槽のフタは、必ず寸法に合ったものを選びます。お湯が熱すぎると熱でフタがたわみやすくなるので注意しましょう。

安全を保証した SG マークのついたものを選ぶといいでしょう。マークは商品選びのひとつの目安ですが、必ず大人の目で安全性を確かめましょう。

また、シャワーや蛇口から熱いお湯が出てきてやけどをすることも珍しくありません。温度を調整できる場合は、できるだけ低めに設定しておくことが大切です。

お湯の出る蛇口もかなり熱くなります。お風呂に入っているときに、熱い金属の部分に子どもが手をふれないように注意してください。

できればお風呂場のドアは、外側にも子どもの手の届かないところに鍵をつけて、勝手に入れないようにするとより安全です。

もしも、やけどをしてしまったら痛みが治まるまで水道の水を流しながら十分冷やします。

患部が顔・頭・手のひらだったり、500 円玉以上の水ぶくれになるようなら病院へ連れて行ってください。

応急手当の方法については、項目「やけどをした」を参照してください。

マッチ、ライターの保管

何にでも興味を示す子どもにとって、大人が使う道具はとても関心のあるものです。

とくに火がつくマッチやライターは子どもにとって大変気になる存在です。

それだけにやけどの事故も非常に多く起きています。

マッチやライターを子どもの手の届くところにうっかり置き忘れ、子どもがマッチをすって火をつけたり、ライターをいたずらしてやけどをする事故は珍しくありません。

洋服に火がついたり、ほかのものに燃え移ったりすると、大やけどや火事になることもあります。

マッチやライターは子どもの手の届かない高い場所か、しっかりと鍵のついた引き出しなどに保管してください。

CR（チャイルドレジスタンス）機能のついたPSCマーク付きのライターを使用するようにしましょう。

また、子どもは大人のまねをしようとするので、たばこも大変危険です。

火のついたまま灰皿に置いておくと、ちょっとしたスキに子どもがさわったり、たばこを吸おうとするので、絶対に目を離さないことです。

たばこは、誤って口に入れたりしないためにもマッチやライターと同じように子どもの手の届かない場所にしまってください。

もしも、やけどをしてしまったら痛みが治まるまで水道の水を流しながら十分冷やします。

やけどが顔・頭・手のひらだったり、500円玉以上の水ぶくれになるようなら病院へ連れて行ってください。

応急手当の方法については、項目「やけどをした」を参照してください。

花火で遊ぶ

花火は楽しいものですが、扱い方によっては大変危険なものでもあります。

ちょっとした油断や不注意から、大ケガをしたり火事になったりします。

必ず大人と一緒に、子どもだけでは絶対に遊ばせないようにしなければいけません。

花火で遊ぶときは、子どもに安全な使い方をしっかり教えてください。

まず、火の用心のためにもバケツ 1 杯の水を用意しましょう。

必ず花火の炎は下に向けることを徹底し、火のついた花火をふりまわしたり、人のいるほうに向けることは絶対にさせないように注意してください。

つけたはずの火が消えてしまったと思い、どうしたんだろうと自分のほうに向けて見ようとした瞬間花火が飛び散って、顔に大やけどをしたり、失明してしまったという事故も起きています。

花火やローソクの火が着ているものに燃え移る事故もあります。熱いからと走ると、火が全身に広がります。衣服に火がついたときは、その場に横たわり、ごろごろ転がって火を消すこと（Stop、Drop and Roll）が必要です。

夏は、服装も薄着になるので、火の粉がからだにかからないように気をつけてください。

綿製品だから安全というわけではありません。薄手のものは一気に燃え広がります。デニム地のような目のつまった重い生地のほうが比較的燃えにくいようです。

危険が少ないといわれている線香花火でも火の塊になった部分は 800 度から 900 度、高温のものは 2000 度にもなっていて、子どもの足の甲に落ちたりすると大やけどになることがあります。

ネズミ花火が運動靴の上に落ち、靴を溶かして大やけどを負って、皮膚移植をする事故が実際に起きています。

また、花火をするとき、蚊取り線香を使うことが多くなります。

蚊取り線香でもやけどをしないように注意してください。

現在、国内で売られている国産品、輸入品の花火のすべてには、公益社団法人日本煙火協会の検査に合格した印として SF マークがつけられています。

もし、SF マークのついた花火の欠陥による事故の場合は、損害賠償保険で補償されます。

この場合、SF マークがついた花火の燃えかすや袋をとっておき、買ったお店に連絡してください。

SF マークがついているかどうかわからないときも、買ったお店に問い合わせてください。

アメリカの消費者製品安全委員会は花火の心得として「危険なことを理解できない小さな子どもには花火を与えないこと」、「お酒を飲んで花火をしないこと」、「ラベルをよく読んで注意事項をしっかりと守ること」などをあげています。

花火で遊ぶときは誰でも当然守らなければいけないことです。

もし、やけどしてしまったときは、痛みが治まるまで水道の水を流しながら十分冷やします。

やけどが顔・頭・手のひらだったり、500 円玉以上の水ぶくれになるようなら病院へ連れていってください。

応急手当の方法については、項目「やけどをした」を参照してください。

誤飲

異物を飲み込んだ、異物が耳や鼻に入ってしまった

赤ちゃんは生後5か月を過ぎると、手にふれるものは何でも口に持っていくようになります。さらに幼児期になると、どんなものでも口に入れようとするので、異物を飲み込んでしまう事故がよく起こります。

とくに固形物を飲み込んでしまうと、のどにつかえたり、気管につまって呼吸ができずに窒息することがあるので注意が必要です。

つまりやすいものとして、ピーナッツなどの豆類、1円玉などの硬貨や、小さなおもちゃや部品、あめ、洋服のボタンなどがあります。

もしも気道に固形物がつまって呼吸ができなくなってしまったら、1歳未満の子どもは、①子どもをあおむけにして胸の真ん中を強く圧迫する（胸部突き上げ法）。②大人の腕の上に下向きでうつぶせにして、背中を強く叩く（背部叩打法）。①と②を数回ずつ繰り返します。固形物がとれるまで続けましょう。意識がない場合、固形物が取れず意識がなくなったときはすぐに心肺蘇生法を行います。

1歳以上の子どもでは後ろ向きに抱き上げ、コブシをおへその上の胃のあたりにあてて素早く押し上げます（腹部突き上げ法・ハイムリック法）。この方法は1歳未満の子どもに行ってはいけません。

固形物を吐き出させたら、急いで病院へ連れていきます。

また、針や安全ピン、魚の骨などがのどの奥につまってしまったときも、無理に取り出したりしないで病院へ連れていきます。

耳や鼻に異物が入ってしまった場合も、無理をしないですぐに耳鼻科へ連れていきましょう。

ピンセットや綿棒などで無理に取り出そうとして、かえって奥に押し込んだり、ケガをさせてしまうことがあります。

虫が耳に入ってしまったときは、鼓膜を傷つけないように、ベビーオイルを1、2滴流し入れて虫を殺してから耳鼻科に連れていきます。

気をつけなければいけないのが、耳や鼻に異物が入ってしまっても親に教えない子どもがいることです。

まわりの大人が子どもの様子をよく観察してチェックしてください。

くさいにおいがしたり、鼻や耳をしきりにさわる仕草をしたり、鼻に手をふれただけで痛がる時は、異物が入っている疑いがあります。

目に異物が入ったときは、まず大切なことは目をこすらせないことです。子どもは痛がって無理にこすろうとしますが、目を傷つけてしまうので我慢させる必要があります。

小さなゴミなどは、水道水などを使って洗い流します。

それでも取れないときは、水で濡らした清潔なガーゼや綿棒でゴミを取り除いてください。

目が真っ赤に充血したり、痛がって目が開けられないようであれば眼科へ連れていってください。

洗剤や薬品が目に入ってしまったときは、たっぷり水を使って十分に目を洗い流し、すぐに眼科へ連れていきます。

そのときに、目に入った洗剤などを必ず一緒に持っていきましょう。

異物が混入したときの応急手当の方法は、項目 「気管、のど」、「耳、鼻」、「目」 までの項目で、からだの部分別に説明していますので、もしものときの予備知識として参考にしてください。

・ガスや食べ物などの中毒

ガス中毒

好奇心の芽生えた子どもにとって、スイッチやつまみ、ダイヤルやレバーなどは大変興味のあるものです。子どもはよく大人のまねをして、スイッチなどを勝手に動かしたりします。気をつけなければいけないのが、ガス器具の元栓やつまみをいじってガス漏れを起こすことです。

また、何かの火が引火して爆発することもあります。

まず、ガス漏れを起こしやすいのがキッチンのコンロです。

コンロのつまみやスイッチは子どもでも手の届く場所についているため、料理をつくり終わったあとは、必ず元栓を締めたり、チャイルドロックをかけておきます。

冬、ガスファンヒーターやガストーブを使うときも注意が必要です。

子どもがスイッチや元栓をひねってしまったり、ゴムホースをひっぱって抜いたりしないように気をつけましょう。

また、子どもがホースに足をひっかけ、抜けてしまうこともあるので、留めがねをつけて抜けないようにしっかり固定してください。ホースはできるだけ短くまとめておくのがよいでしょう。

使わないガスの元栓は安全キャップをはめて、針金などでしばって固定しておく安全です。

ガス漏れを起こしていたときは、まず元栓を閉めて、窓を開けて空気を入れ替えます。

このとき電気や換気扇のスイッチは、絶対に入れてはいけません。スイッチの火花が引火し、爆発します。

すぐに子どもと一緒に外に避難して、ガス会社に連絡しましょう。

マンションやアパートのときは、両隣と、すぐ上の階、下の階の部屋にも声をかけてください。

もし、子どもの意識がないときは、すぐに救急車を呼んで病院へ連れていきます。また、可能であれば周囲の人に協力してもらい、AEDを持ってきてもらいましょう。

また、たいしたことがないようでも、すぐにかかりつけの医師に相談してください。

暖房時の換気

寒い季節になると、ストーブなどの暖房器具でのやけどが多くなりますが、そうしたストーブの燃焼によって酸素不足も起こるので注意が必要です。

長時間ストーブなどの暖房器具をつけたままにすると、部屋の酸素が不足して、頭痛や吐き気がしたり、ひどいときには呼吸困難を起こして窒息することもあります。

とくに、生まれて間もない赤ちゃんは抵抗力が弱く、からだの機能もまだ発達していないので、その影響は少なくありません。

また、酸素が不足すると暖房器具が不完全燃焼を起こして、一酸化炭素中毒を起こすことがあります。

気をつけなければいけない暖房器具は、石油ストーブや石油ファンヒーター、ガスストーブ、ガスファンヒーターなどです。

最近ほとんどなくなりましたが、炭やコークスなどを使うときも注意しましょう。

酸素不足や一酸化炭素中毒による事故を防ぐためにも、暖房中はこまめに部屋の窓を開けて新鮮な空気の入れ替えを行ってください。

一酸化炭素が充満すると引火する場合があるので注意してください。

もしも呼吸がなかったり、心臓が止まっていたら、すぐに呼吸と心臓の働きを回復させなければなりません。

一刻も早く心臓マッサージ（胸骨圧迫）と人工呼吸をすることが肝心です。

そして、すぐ救急車を呼んでください。また、周囲の人に協力してもらい AED を持ってきてもらいましょう。

AED 到着後は音声ガイダンスに従って操作しましょう。

気道の確保、心臓マッサージ（胸骨圧迫）や人工呼吸の方法は、項目「心肺蘇生法」を参考にしてください。

食べ物、飲み物の中毒

毎日食べたり飲んだりしているものが、ときには食中毒につながる場合があります。

とくに赤ちゃんは抵抗力がないので、普段から衛生には十分気を配らなければなりません。

哺乳びんはミルクを与え終わったら必ず消毒するようにします。消毒の方法は、鍋などで煮沸するもの、蒸気で殺菌するもの、薬品で消毒するものなどがあります。

いずれも、消毒が終わったら、きれいな専用ケースに入れて保管してください。

雑菌が繁殖しやすい夏は、食中毒や下痢を起こしやすいのでとくに注意しなければいけません。

食べ物は必ず火を通し、水はなるべく湯ざましを与えるようにします。

飲み残しのミルクを与えてはいけません。また、ミルクに使う水は、水道水か水質基準に合格した井戸水、ミルク調整用の密封容器に入っている水を一度沸騰させてから使いましょう。

健康な赤ちゃんでも生まれて半年近くまではよく吐くことがありますが、下痢を伴って吐くようなときは、かかりつけの医師に相談してください。

手を洗う習慣は、小さいときからつけておくことが肝心です。

1歳くらいまでは、大人と一緒に手を洗ってあげるか、きれいにふいてあげましょう。

自分で手を洗いたがるようになったら、子どもが水道の蛇口に手が届くように踏み台などを用意して、積極的にさせてあげましょう。

子どもが自分で手を洗うときに、間違えてお湯を出してやけどをしたり、まわりのものをいたずらしないように大人がそばについて注意してください。

踏み台は手を洗い終わったら子どもの手の届かない場所に、その都度しまってください。

・おぼれる、窒息

お風呂は大丈夫？

2歳までの子どもがおぼれる事故が、いちばん起こりやすいのはお風呂場です。

赤ちゃんもハイハイをするようになると、お風呂場でおぼれる危険があります。

子どものからだは頭が重く、バランスが悪いので、浴槽をのぞきこんだりすると簡単に頭から落ちてしまいます。

浴槽の縁が低くなっているものや、踏み台になるお風呂用の椅子、洗面器、バケツなどには気をつけてください。

浴槽にはフタがしてあっても、子どもが上に乗るとたわんで落ちてしまうことがあります。

また、お湯をわかすと熱でたわみやすくなるので注意が必要です。

浴槽のフタは、安全性と品質の検査に合格した SG マークを基準に、必ず寸法の合った、丈夫で安全と思われるものを選んでください。マークは商品選びの目安のひとつですが、必ず大人の目で確かめてください。

赤ちゃんをお風呂に入れるときも注意が必要です。

生まれて間もない赤ちゃんは、首がすわっていないのでベビーバスに入れるときは、首にしっかり手を当てて支えながら洗うようにします。

抱きそくなって赤ちゃんをお湯の中に落としてしまわないように注意してください。

首がすわれば、赤ちゃんも大人と一緒にお風呂に入れますが、ベビーバスと違って深いので、それだけおぼれやすくなります。

赤ちゃんにつけた首掛け浮き輪の空気が抜けたり外れたりしておぼれる事故も起きています。

また、赤ちゃんや子どもとお風呂に入るときに、赤ちゃんをそばに置いたまま、自分の髪の毛を洗ったりすることは大変危険です。

ほんの少し目を離したスキに、赤ちゃんが洗面器で窒息していたり、子どもが浴槽に落ちたりしていることも珍しくありません。

できるだけ家族と協力し合って、まず赤ちゃんや子どもの入浴を済ませて、先にお風呂からあがらせてから大人が入浴するようにします。

もしも、おぼれてしまった場合は、まず呼吸をしているかを確認してください。

呼吸がなかったら、一刻も早く心臓マッサージ（胸骨圧迫）をすることが肝心です。

そして、すぐに救急車を呼んでください。周囲の人に協力してもらい AED を持ってきてもらいましょう。AED 到着後は音声ガイダンスに従って操作しましょう。

気道の確保、心臓マッサージ（胸骨圧迫）や人工呼吸の方法は項目 「心肺蘇生法」を参考にしてください。

水を使う家事

子どもが家庭内でおぼれる事故が起こりやすいのは何といたってもお風呂場ですが、そのほかにも家の中には事故が起こりやすい場所がたくさんあります。

なかでも気をつけなければいけないのが洗濯機です。

洗濯機のそばに洗濯物の入ったカゴやバケツ、古新聞の束などが置いてあると、それを足場にして中をのぞこうとします。

子どもは頭が重く全身のバランスが大変悪いので、簡単に頭から洗濯機の中に落ちてしまいます。

わずかな水が入っていても子どもの顔が水面についてしまうと呼吸ができなくなって窒息したりおぼれてしまいます。

水の入ったバケツや洗面器でもおぼれることがあるので、使い終わったら必ず水は捨ててください。

よく、バケツや洗面器で洗濯物をつけたままにして漂白したりしますが、おぼれたり、子どもが誤って飲んでしまうことがあるので、子どもの手の届かない場所に置くようにしましょう。

同じようにキッチン、洗面所やトイレでも事故は起こりますし、雑巾がけをするときも子どもから目を離さないように心掛けてください。

もしも、おぼれてしまった場合は、まず、呼吸をしているかを確認してください。呼吸がなかったら、一刻も早く心臓マッサージ（胸骨圧迫）を開始することが肝心です。

そして、すぐに救急車を呼んでください。また、周囲の人に協力してもらい AED を持ってきてもらいましょう。AED 到着後は音声ガイダンスに従って操作しましょう。

気道の確保、心臓マッサージ（胸骨圧迫）や人工呼吸の方法は項目 「心肺蘇生法」を参考にしてください。

水遊び

子どもは水遊びが大好きです。子どもが水におぼれる事故はあとをたちません。

子どもは頭が重いので、10cm ほどのわずかな水でも頭を上げることができずに窒息したり、おぼれたりしてしまうことを忘れてはいけません。

家のまわりにもおぼれる危険のある場所がたくさんあります。

まず、気をつけなければいけないのが庭などで水遊びをするビニールプールです。

ビニールプールで遊ばせるときは、絶対に大人がついているようにしてください。

また、洗面器やバケツなども水を入れたままで置いておきがちですが、使い終わったら必ず水を捨てるようにしてください。

庭に池がある場合は、高い柵などで囲んで子どもが入れないようにし、家の近くに池や川や防火用水がある場合は、子どもだけで遊びに行かせないように注意が必要です。

子どもがおぼれる事故は2歳まではほとんどがお風呂の浴槽で起こっていますが、この頃を境に、プールや池、川などでおぼれることが多くなるので注意してください。

よく遊びに行く公園に池があるときは、必ず大人がつきそって遊ばせるようにしてください。

海水浴に出かけるときは、海に入るときはもちろんのこと、波打ち際で遊ぶときも、大きな波にさらわれることがあるので、必ず大人がそばに付き添って、目を離さないようにしましょう。

台風が近づいたときや風の強い日の波打ち際は、急に大きな波が来ることがあるので、海岸や浜辺には行かないようにすることがいちばんです。

もしも、おぼれてしまった場合は、まず、呼吸をしているかを確認してください。

呼吸がなかったり、心臓が止まったりしていたら、一刻も早く気道を確保して心臓マッサージ（胸骨圧迫）と人工呼吸をすることが肝心です。

そして、すぐに救急車を呼んでください。

気道の確保、心臓マッサージ（胸骨圧迫）や人工呼吸の方法は項目「心肺蘇生法」を参考にしてください。

ベビーベッドで寝る

生まれて3か月頃までの赤ちゃんはほとんど寝て過ごしますが、注意しなければいけないのが窒息事故です。

とくにベッドやそのまわりで起こる窒息は、6か月頃までの赤ちゃんに起こる最も多い事故のひとつになっています。

なかでも多いのが、ふとんやタオルなどが赤ちゃんの顔をおおってしまって、呼吸ができなくなる窒息です。かけふとんや毛布、タオルケットなどが赤ちゃんの顔にかからないように十分に注意し、様子を見るようにします。

また、ベビーベッドの中にガーゼやタオル、ぬいぐるみなどは入れないようにしましょう。

やわらかすぎる枕やパジャマの長い袖口、シーツのたるみなども窒息の原因になります。

赤ちゃんは生まれて6か月近くになると寝返りをうつようになります。

寝返りをうったときに、ふとんや毛布で顔がふさがれることがあります。

また、吐いたものがのどにつまって窒息することもあるので注意してください。

収納つきベビーベッドの上柵とマットレスの隙間に顔がはさまって窒息する事故も起きています。

ベビーベッドのロックは必ずきちんとかけましょう。

ベビーベッドは、SG マークなどを基準に安全と思われるものを選んでください。マークは商品選びの目安のひとつですが、必ず大人の目で確かめてください。

もし、窒息してしまった場合は、まず、呼吸をしているかを確認してください。

呼吸がなかったら、一刻も早く心臓マッサージ（胸骨圧迫）と人工呼吸をすることが肝心です。

そして、すぐに救急車を呼んでください。

気道の確保、心臓マッサージ（胸骨圧迫）と人工呼吸の方法は項目 「心肺蘇生法」を参考にしてください。

危険なビニール、コード類

生後6か月頃までの赤ちゃんで最も多い事故のひとつに窒息があります。

ベッドのまわりで起こることが多いのですが、それ以外でも家庭内には窒息の原因になるものがたくさんあります。

まず気をつけなければならないのが、ビニール袋です。

風で飛ばされたビニール袋が寝ている赤ちゃんの顔にかかって呼吸ができなくなり、窒息することがあります。

赤ちゃんが寝ているそばにはビニール袋を絶対に置かないようにしてください。

また、子どもはビニール袋を頭からかぶって遊んだりしますが、これは大変危険なことです。子どもはまだまだ大人が考えるほど器用ではないので、一度かぶったものを脱ぐことができなくなることも珍しくありません。

とくにキッチンでは、買い物の包みやビニール袋、ラップなどを置いたままにしたり、無造作にゴミ箱に捨てておきがちですので気をつけてください。

ビニール袋を捨てるときは、広がらないように硬く結んで、子どもが拾って遊ばないように、フタのついたゴミ箱に捨てるなど十分な配慮が必要です。

また、クリーニングに出した洋服が入れてあるビニール袋も同じように処置に注意してください。

このほかにも注意しなければいけないのが電気のコードやガスのホース、ブラインドやカーテンのヒモ・タッセル、長いヒモなどがあります。

子どもが遊んでいるうちに首に巻きつき、窒息してしまうことも珍しくありません。

できるだけ電気のコードやガスのホースは短くまとめ、ヒモなども必ず子どもの手の届かない場所にしまってください。カーテンやブラインドのひもは子どもの手の届かない高い位置でクリップ留めするなどしましょう。

窒息してしまった場合は、まず、呼吸をしているかを確認してください。

もし、呼吸がなかったら一刻も早く心臓マッサージ（胸骨圧迫）をして、機能を回復させなければなりません。そして、すぐ救急車を呼んでください。

気道の確保、心臓マッサージ（胸骨圧迫）や人工呼吸の方法は項目「心肺蘇生法」を参考にしてください。

危険な食べ物

子どもはどんなものでも口に入れようとするので、異物を飲み込んでしまう事故がよく起こりますが、食べ物でも口の奥につかえたり、気管につまって呼吸ができずに窒息することがあります。

つまりやすいものとして、ピーナッツなどの乾いた豆類やナッツ類、あめ、キャラメル、ポップコーン、ミニトマトやブドウ、もちやパンなどがあります。

とくにピーナッツが気管に入ってしまうと肺炎を起こしやすくなり、入院してピーナッツを取り出す必要があります。

また、乾いた豆類は5歳までは与えないようにしてください。節分の際などにはとくに注意しましょう。豆を鼻に入れて取れなくなることもあります。

食べ物を与えるときは、必ず座らせて食べさせるようにします。

口に食べ物を入れたまま走ったり、遊んだり絶対にさせないでください。

お菓子類は、子どもが勝手に食べないように手の届かない場所にしまって、子どもがものを食べるときは大人がそばについているようにします。

もしものどや気管に固形物がつまって呼吸ができなくなったら、1歳未満の子どもは、①子どもをあおむけにして胸の真ん中を強く圧迫する（胸部突き上げ法）。②大人の腕の上に下向きでうつぶせにして、背中を強く叩く（背部叩打法）。①と②を数回ずつ繰り返します。異物がとれるまで続けましょう。意識がない場合、異物が取れず意識がなくなったときはすぐに心肺蘇生法を行います。

1歳以上の子どもでは後ろ向きに抱き上げ、コブシをおへその上の胃のあたりにあてて素早く押し上げます（腹部突き上げ法・ハイムリック法）。この方法は1歳未満の子どもに行ってはいけません。

固形物を吐き出させたら、急いで病院へ連れていきます。

・ 傷害

衝突（打撲）

赤ちゃんは1歳近くなると、つかまり立ちができるようになり、やがてひとりで歩けるようになりますが、頭が重くバランスが悪いため、すぐに転んでしまいます。

気をつけなければいけないのが、転んだときにいろいろなものに顔や頭をぶつけてしまうことです。打ちどころが悪いと、場合によっては死亡することもある大変危険な事故であることを忘れてはいけません。

とくに角のある家具、たとえばテーブルや机、椅子、タンスやベッドなどのほか、ドアやドアのノブ、柱など、角のある危険なものが家庭内にはたくさんあります。

こうした事故は、角のあるところにコーナーカバーなどのクッション材をつける方法で防ぐことができます。

クッション材は、それぞれの用途に合ったいろいろなタイプのものが市販されているので、自宅の状況に応じて必要なものをよく検討して購入してください。

また、ドアの開け閉めにも気をつけなければいけません。

突然、ドアが開いたり閉まったりして、ドアの角にぶつかったり、はさまれたり、はね飛ばされることも珍しくありません。

とくに玄関のドアは厚みがあり重いものが多いので注意が必要です。

玄関をはじめ家庭内のドアには、閉まる速度を調整できるドアクローザーや勝手にしまらないようにするストッパーをつけておくと安全です。

ドアのちょうつがいにも子どもが指を入れているのに気が付かずにドアを閉めて子どもが大けがをする事故も起きています

ドアの隙間防止グッズも市販されているので活用するといいいでしょう。

また、ぶつかったときに危険なのが、ガラスが使われている窓やドアです。

子どもがぶつかってしまったときのために、割れにくい丈夫なガラスにするか、ガラスの破片が飛び散らないように専用のフィルムを貼っておくなどしてケガを未然に防いでください。

もしもぶつかってしまったときは、あわてずに手当をすることが大切です。

出血がひどいときは、ガーゼなどで直接傷口を強く押さえて血を止めてください。

止血の手当をしたら、急いで病院へ連れていってください。

頭を打って意識がないときは呼吸をしているかどうかを確認し、呼吸がないときは、一刻も早く心臓マッサージ（胸骨圧迫）と人工呼吸をします。

そして、すぐに救急車を呼んでください。

気道の確保、心臓マッサージ（胸骨圧迫）や人工呼吸の方法は項目「心肺蘇生法」を、また、止血の方法は項目「ケガで出血をした」を参考にしてください。

切りキズ

子どもは何にでも興味を示しますが、それが危険なものか安全なものかの判断はできません。とくに気をつけなければいけないのが、大人が毎日何気なく使っているものでも、子どもにとっては大変危険な存在になるということです。

うっかり置いたままにしたもので、あるいは、ほんのわずか目を離れたスキに、思いがけない事故が起こることを忘れてはいけません。

たとえばキッチンでは、包丁をまな板の上に置いたままにしていたところ、子どもが手を伸ばし、包丁を落としてしまってケガをすることがあります。料理を作るとき、危険なものは子どもの手の届かないところに置くように心がけましょう。包丁や刃のついた調理器具をしまう場所にも注意してください。

ガラスのコップやお皿、フォークやナイフなどがしまっている食器棚も子どもにとって危険な存在ですが鍵がついていないことが多く、子どもが勝手に引き出しや戸棚を開けてケガをすることも珍しくありません。事故を防ぐためには、市販されている引き出しや開き戸用のロックを利用して、子どもが勝手に開けて遊べないようにするなどの工夫が必要です。

洗面所やお風呂場では、カミソリを使用したまま放置して、子どもがさわったり口に入れたりする事故も起こります。使い終わったら必ず子どもの手の届かないところにしまってください。

このほかにも家庭内には落としたら割れるガラス製品がたくさんあります。危険なものは、子どもの手の届かない場所に置くか、子どもがある程度大きくなるまでしまっておくほうが安全でしょう。

子どもが指や手を切ってケガをしたときはあわてずに手当をしてください。まず、水を流しながら傷口の汚れを中までよく洗い、傷口をふさぐようにして圧迫します。消毒したガーゼを多めに当てて、出血を止めるために少しきつめに包帯を巻いてください。ガラスの破片が深く刺さっていたり、細かいガラスがたくさん刺さっているときは、無理に抜かずに、そのまま病院へ連れていきます。

止血の詳しい方法は、項目「ケガで出血をした」を参考にしてください。

刺しキズ

子どもは何にでも興味を示しますが、それが危険なものか安全なものかの判断はできません。とくに気をつけなければいけないのが、大人が毎日何気なく使っているものでも、子どもにとっては大変危険な存在になるということです。

うっかり置いたままにしたもので、あるいは、ほんのわずか目を離れたスキに、思いがけない事故が起こることを忘れてはいけません。

たとえば、縫い針など尖ったものは大変危険です。

誤って口の中に入れたり、飲み込んだり、また、目に刺さったりすると失明する場合があります。

使用した後は必ず裁縫箱にきちんとしまい、子どもの手の届かない場所に置いてください。

安全ピンなどをそのままごみ箱に捨ててしまうと、子どもが拾って遊ぶことがあります。

また家具や柱など家庭内にはいたるところに木が使われています。

意外に見落としやすいのがそれらのトゲです。

大人が指で丁寧になでながらしっかり点検してください。

もし、トゲが刺さりそうな場所があれば、テープを貼ったり、削ったり、サンドペーパーなどでなめらかにしておきます。またクギの頭などが出ている場所がないか、あわせてチェックし、ケガを未然に防ぐように工夫してください。

このほかにも家庭内には先の尖ったものがたくさんあります。危険なものは、子どもの手の届かない場所に置くか、子どもがある程度大きくなるまでしまっておくほうが安全です。

トゲが刺さってしまったら、浅く刺さった程度なら、毛抜きや針をよく消毒して、皮膚をほぐしながら抜いてください。完全にトゲが抜けたら、傷のまわりを押して血を絞り出すように中の汚れを出してから、傷口をよく消毒しておきましょう。

傷口にトゲが残ったままになっていると、化膿したり、破傷風になることがあります。

また、トゲが深く刺さっていたり、細かいガラスの破片がたくさん刺さっているときは、無理に抜かずに、そのまま病院へ連れていきます。

止血の詳しい方法は、項目「ケガで出血をした」を参考にしてください。

はさむ

子どもに多いのが、指や手などをはさんでしまう事故です。

とくに玄関のドアは厚く重さもあるので、場合によっては指や腕を骨折することがあります。

必ずドアの開け閉めは、子どもがいないことを確認してから行ってください。

玄関のドアは、風などで急に閉まることがあるので、ドアの閉まる速度を調節できるドアクローザーをつけておくと安全です。

窓や網戸なども気をつけてください。

ひとりで歩けるようになった子どもはすぐにどこにいるのかわからなくなります。

カーテンや家具の陰になって見えないことがあるので、気づかずに窓を開けたり閉めたりすると、指や手をはさんでしまうことも珍しくありません。

最近のサッシはすべりがよいので、開け閉めは十分注意をしてください。

外出するときも、気をつけなければいけないものがたくさんあります。

駅の自動改札の切符を入れる穴や、電車やバスの自動ドアにも注意が必要です。

電車に乗ると子どもは外を見たがってドアのそばに行くことが多いので、ドアが開いたときに指や手を巻き込まれてはさんでしまうことがあります。

車のドアで手をはさんだり、パワーウィンドウで窓から顔を出しているときに窓が閉まって首をはさんで窒息することがあります。

こうした事故が起こらないように、子どもが勝手に窓の開け閉めができないようチャイルドロックをしておきましょう。

コンセント

子どもは大人が思いもよらない行動をとることがあるので、気をつけなければいけません。
そのひとつにコンセントでの感電があります。

たとえば、電化製品のプラグがコンセントから抜けかかっていると、子どもがさわって感電することがあります。

また、子どもが安全ピンやヘアピンなどをコンセントに差し込んで感電すると、場合によっては死にいたることもあり、大変危険です。

子どもが電気のコードに足を引っ掛けてコンセントからプラグが抜けそうになることがよくあります。コードは短くまとめて使うようにします。

洗面所やお風呂場など水を使うところでは、ヘアドライヤーや電気カミソリなどを置いたままにするのはやめましょう。使い終わったら必ずコンセントから抜いてしまうようにしてください。

家庭内には数多くのコンセントがあります。それだけ子どもが感電する危険があるということを忘れてはいけません。

こうした感電の事故を未然に防ぐには、まず使わないコンセントは、市販されている「乳幼児向けセーフティ用品」のコンセントカバーなどでふさいでしまい、使っているコンセントは、プラグがきちんと刺さっているか、常にチェックすることが必要です。

おもちゃ

赤ちゃんはとくに音のするものや動きのあるおもちゃが大好きですが、おもちゃの選び方や使い方によって事故を起こすことがあるので注意が必要です。

たとえば、おしゃぶりも、継ぎ目がギザギザになっているものや、先が尖っているものは、口の中や唇を切ることがあります。与える前によく点検してください。

こわれやすいものや小さな部品を使ったものも注意してください。

遊んでいるうちに部品がはずれてケガをしたり、とくに金属製のものはふちが鋭くなっていて指などを切ることがあります。

小さな部品がはずれてしまうと、子どもが耳や鼻、口の中に入れてしまうことがあります。

飲み込んでしまうと、のどや気管につまって呼吸ができなくなり、窒息することもあります。

また、はじめは気がつかなくても、使っているうちにおもちゃの中から継ぎ目に使ったホチキスやピン、針などが出てくることがあるので気をつけてください。

とくに気をつけたいのは、ピストルや弓矢や、ダーツなど飛び出すものです。

目や顔にあたると大変危険で、重大な事故になります。子どもの年齢を考えて慎重に選んでください。

日本玩具協会では安全基準に合格したおもちゃに ST マークをつけています。

また、製品安全協会でも安全基準に合格したおもちゃに SG マークをつけています。ST マーク、SG マークのついたおもちゃの欠陥によって、もしも事故が起きてしまった場合には、それぞれ補償される制度があります。おもちゃはマークを基準に、安全と思われるものを選ぶようにしましょう。マークは商品選びの目安のひとつですが、大人の目で必ず安全性を確かめてください。

また、花火でやけどをする事故も多くなります。花火は大人が使い方をしっかり教えてから遊ばせるようにしてください。

必ず大人が付き添って、子どもだけでは絶対に遊ばせてはいけません。

花火にも、日本煙火協会では定めた基準と安全検査に合格した印として、SF マークをつけています。

もし、花火に欠陥があってケガをした場合には、損害賠償金が支払われます。

花火については、項目「花火で遊ぶ」を参考にしてください。

おもちゃは、子どもにとっては必要なものですが、どんなものでもいたんだり、こわれたりします。

ときには子どもにケガをさせることがありますので、こまめに点検して、事故を未然に防ぎましょう。

・外出時

散歩をする

子どもにとって散歩は大変楽しいことです。それだけに、すぐにどこかに行こうとするので大人がしっかりそばについていなければいけません。

1歳を過ぎる頃から交通事故も多くなるので注意が必要です。

子どもは、興味のあるものを見つけると、夢中になってまわりが見えなくなり、それに近づこうとして道路に飛び出すことがあります。

まず、子どもと散歩をするときは子どもが急に道路に飛び出したりしないよう、十分に注意しましょう。しっかり手をつないで、大人が必ず車道側を歩いて、子どもは路肩のほうを歩かせるようにしましょう。

また、お母さん・お父さんが立ち話をしているスキに、子どもが道路に飛び出してしまうことがあるので、どんなときでも手だけは絶対に離さないように気をつけてください。

手をつなぐかわりに、子どもの飛び出しを防ぐための歩行用の幼児向けセーフティグッズが市販されています。

子どもと大人の手首につなぐ伸縮性のあるヒモや、子どものからだに装着する安全ベルトなどがあるので、それらを利用するのもよいでしょう。

いずれにしても、道路を歩くときは子どもから目を離さないこと、手を離さないことが肝心です。

そして、子どもには道路で絶対に遊ばないようにさせてください。

小さいときから信号や横断歩道の渡り方など、交通ルールをしっかり教えてあげましょう。

普段から道路がいかに危険な場所かを覚えさせることが交通事故を防ぐ第一歩なのです。

ベビーカーでお出かけ

赤ちゃんも生後1か月を過ぎると、外気浴などで少しずつ外に連れていけるようになります。

赤ちゃんを外に出かけるときに便利なのがベビーカーですが、ベビーカーには二種類があります。

1か月頃から寝かせたまま使うことができるA型と、7か月頃から座って乗せるB型です。

赤ちゃんをベビーカーに乗せたときに気をつけなければいけないのが、赤ちゃんが立ち上がろうとしてベビーカーから落ちたり、ベビーカーごと倒れてしまう事故です。

赤ちゃんは頭が重くからだのバランスが悪いので、ベビーカーからほんの少し身を乗り出ただけで簡単に落ちてしまいます。

その原因は、シートベルトのつけ忘れによるものが多いようです。

こうした転落事故のほとんどは、大人が注意することで防ぐことができます。

赤ちゃんをベビーカーに乗せたら、必ずシートベルトを締めてください。

軽量のベビーカーの場合はとくに気をつけましょう。

全体が軽いだけにベビーカーごと倒れてしまうことがよくあります。

とくにハンドルに買い物袋などの重い荷物をぶらさげるのは絶対にやめてください。

折りたたみ式ベビーカーは、止め金具がしっかりかかっているかを必ず確認してから赤ちゃんを乗せるようにしてください。

ブレーキ・ストッパーの効きが悪いものは危険です。

赤ちゃんを乗せたり降ろしたりするときは、必ずブレーキ・ストッパーをかけてベビーカーが動かない状態で行います。

ベビーカーを選ぶときは、色、柄、デザインや、操作しやすいか、乗り心地が良さそうかなどの機能性のほかに、SGマークなどを基準に、安全と思われるものを選ぶよう心掛けてください。

製品は見るだけでなく、育児雑誌などのテスト項目を参考にしたり、実際に赤ちゃんを乗せてみて、安全であることを確認してから購入しましょう。

ベビーカーに乗せるときは熱中症対策をしましょう

近年、夏の暑さが厳しいため、大人も子どもも熱中症になりやすくなっています。太陽からの熱だけでなく、ベビーカーは地面に近いので、地面からの放射熱を大人よりも受けやすくなっています。ベビーカー用の冷却シートなどがありますので、熱中症対策を行ってから外出をしましょう。

自転車に子どもを乗せる

子どもと一緒に外出するときに自転車は便利な乗り物です。

しかし、不安定なために走っている車に巻き込まれやすく、大きな事故になる危険性があることを知っておいてください。

子どもと二人（三人）乗りをするときは以下のことに注意してください。

二人（三人）乗りをするときは、必ず幼児用座席を使います。

幼児用座席のない荷台には絶対に乗せてはいけません。

幼児用座席は、できるだけ自転車をこぐ大人よりも前側につけるようにしたほうがいいでしょう。

子どもは走っているときによくいたずらをして、回りのものに手や頭をぶつけることがあるので、大人の目の届く前側に座らせるのが安全です。

また、子どもは、自転車に乗りながら寝てしまうことが多いので、自転車が曲がったり、止まったりするときの、ちょっとした振動で落ちてしまうことも珍しくありません。

幼児用座席を後ろ側につけるときの、大人はこうした点に十分気をつけながら運転してください。

そして、いずれの場合でも必ず安全ベルトをしてください。

後ろ側で幼児用座席を使うときに注意しなければいけないのが、子どもの足が車輪のスポークの間にはさまってしまう事故です。

足の巻き込みの事故を防ぐために自転車用幼児用座席は、SG マークなどを基準にスポークカバーの付いた安全なものを選んでください。

また、サドルのスプリングに子どもが手をかけて、指をはさむ事故もよくあります。サドルのスプリングガードが市販されていますので、それを利用するのもよいでしょう。

自転車を選ぶときは、SG マーク、JIS マーク、ST マークなどのついた商品を目安にして購入するようにしましょう。

マークは商品選びの目安のひとつですが、大人目で必ず安全性を確かめてください。

自転車の乗り降りも注意が必要です。

必ず自転車のスタンドとハンドルをロックしてから子どもを乗せ、降ろすときもロックをしてから子どもを降ろすようにします。

自転車が安定したのを確認してから、子どもの乗り降りをするようにしてください。

荷物があるときは、先に荷物を乗せて次に子どもを乗せます。

ハンドルの前についたカゴに荷物を入れるときは、自転車がバランスを崩して倒れることがあるので注意してください。

また、ハンドルに直接荷物をぶらさげることは、運転中のハンドル操作が不安定になり危険なのでやめましょ

う。

子どもを自転車から降ろすときは、車やオートバイ、ほかの自転車にも注意し、必ず大人よりも歩道側に降ろすようにしてください。

車に乗る

6歳未満の乳幼児を車に乗せるときには、チャイルドシートの着用が法律で義務づけられています。走行中の事故から子どもを守るために必要なものなので必ず着用します。

チャイルドシートには、乳児用、幼児用、学童用など子どもの成長段階に応じたタイプのものがあります。安全基準に合格したものを選び、車の後部座席にしっかりと固定しましょう。どのタイプのチャイルドシートも正しく取り付けなければ、効果はありません。

また、6歳以上になっても、身長が150 cmになって、大人用のシートベルトができるようになるまでは、チャイルドシート（ジュニアシート）を着用するようにしてください。

車のドアの開け閉めにも注意が必要です。

車のドアは、重く厚いので子どもが指や腕、足をはさんで骨折することがあります。

ドアを閉めるときは、できるだけ子どもを奥に乗せて十分注意しながら閉めてください。

また、後ろのドアはいつでもロックをしたままにして、走っているときに子どもが勝手にドアを開けられないようにチャイルドロックをしておきます。

車の乗り降りは、必ず歩道側のドアからにします。

降りるときも、子どもが道路に飛び出さないように気をつけてください。

車庫の出し入れも注意しましょう。

子どもがしゃがんでいたりすると、運転席からのバックミラーやフロントガラス越しには死角になって見えないことがあります。

必ず、一度車から降りて前後に子どもがいないかを確認してから車を動かすようにします。

パワーウィンドウも十分注意してください。

首がはさまって呼吸ができずに窒息したり、指をはさんでケガをする事故も実際に起きています。

また、走っているときに子どもが勝手に窓を開けて手や顔を出さないように、窓にもロックをしておく安全です。

とくに注意をしなければいけないのが、窓を全部閉めきった車内は、温度が急激に上昇するということです。体力のない赤ちゃんや子どもが脱水症状を起こして、死亡することも珍しくありません。

たとえ短い時間であっても車の中に赤ちゃんや子どもだけを残すことは絶対にしてはいけません。

自転車、三輪車で遊ぶ

1歳を過ぎた子どもはひとりで歩けるようになり、活動する範囲も家の外へと広がります。しかし、この年齢の子どもは怖いもの知らずで、大人が想像もつかないような行動をとるので注意が必要です。

三輪車やキックバイク、自転車に乗るようになると、交通事故にあう危険も高くなっていきます。三輪車やキックバイクに乗るときに注意しなければならないのが、何といても乗る場所です。車の通る道路では絶対に乗せてはいけません。必ず、大人がつきそって公園など安全な場所で遊ばせるようにします。

三輪車や自転車を選ぶときは、まず構造のしっかりしたものを探しましょう。ボルトやとがったものが出っ張っていたり、金具やプラスチックの部分がギザギザになっていてケガをすることがあります。子どもは、アニメーションなどのキャラクター製品をほしがりますが、余分な部品がついていてこわれやすかったり、強度がたりないものがあるので注意してください。

サドルの高さは、地面から 40cm 以下で、ペダルと地面との隙間は 4 cm 以上必要です。子どもを乗せたときに足が地面にきちんとつくものを選びましょう。

補助車輪のついた子ども用自転車を選ぶときは、子どものからだに合ったものを選んでください。手入れや各部の調節の仕方が詳しく書いてある「取扱説明書」がついているもので、SG マーク、JIS マーク、ST マークがついているものを目安に購入してください。マークは商品選びの目安のひとつですが、大人目で必ず安全性を確かめてください。

三輪車やキックバイク、自転車でケガをする事故は大変多くなっています。必ず、ヘルメットを着用させてください（2024 年 4 月から、全年齢で、自転車に乗る時にはヘルメットの着用が努力義務となりました）。正しい乗り方をしっかり教え、子ども同士で二人乗りなどしないように注意しましょう。交通ルールはしっかり教えてください。

また、定期的に点検や手入れを行って、故障や破損などない安全な状態で自転車に乗せてください。

電車、バスに乗る

外出することは赤ちゃんや子どもにとって大変楽しいものです。

しかし、外に出るということは、それだけ危険も多くなるということを忘れてはいけません。

子どもは、興味のあるものを見つけると、それに近づこうとします。夢中になってまわりのものが見えなくなり、ちょっと目を離したスキにどこかへいってしまうことも多いので、外出するときはとくに注意が必要です。

電車やバスを待っているときや、乗り降りの際にも注意が必要です。

駅のホームでは、電車が入ってくると強い風が吹いて、子どもが飛ばされたり、巻き込まれてしまうことがあります。

必ず大人より後ろ側に立たせるか、しっかり手をつないでいてください。

また、駅によっては、ホームと電車との間が大きくあいていることがあるので、子どもが落ちないように気をつけましょう。

バスを待っているときも、子どもが道路に飛び出さないように、しっかり大人が手をつなぎ、バスが停留所に完全に止まってから移動するようにしてください。

また、バスは入口の段差が高いため、子どもを連れているときや、赤ちゃんを抱いたりおんぶしているときは、細心の注意が必要です。

電車やバスに乗っているときでも事故は起こります。

電車に乗っているとき、子どもは外を見たがって大きな窓のあるドアのそばに行くことが多く、夢中で外を見ていると、急にドアが開いて指や手を巻き込まれてしまうことがあります。

お母さん・お父さんが赤ちゃんを抱っこやおんぶしているときも、子どもが手を巻き込まれてしまうことがあるので、ドアのそばに立つことはできるだけ避けてください。

電車やバスの中で立っているとき、急ブレーキで投げ出されてしまうことがあるので、必ず、子どもは手すりにつかまらせて、大人がそばでしっかり支えてあげましょう。

自動改札では、子どもが切符を入れる穴に指をはさんだり、改札の扉が急に閉まって顔を打ったりするのをよく見かけます。子どもは大人より先に通してください。

階段やエスカレーターも大変危険です。

エスカレーターは乗り降りのタイミングが合わないと転んでしまうので、必ず、大人が手をつないで一緒に乗るようにします。

階段でも、落ちないように手をひいてあげましょう。

暑い日の外出

夏場の紫外線の強い日差しや日中の暑さは、抵抗力のない赤ちゃんや子どもにとって、大変な負担です。真夏の日中の外出は避けたほうがよいのですが、やむを得ずでかけなければならないときは、薄着をさせ、帽子や日傘、ベビーカーの日除けなどで直射日光が当たらないようにして、できるだけ涼しくなるように工夫してください。

気をつけなければいけないのが、水分の補給です。気温の高い日中に水分の補給を忘れるとすぐに脱水症状を起こしてしまいます。

赤ちゃんや子どもは、体温を調節する機能がまだまだ発達していないので、すぐに体温が上がってしまいます。強い日差しに当たったり、暑い場所に長い時間いると、熱中症になりやすいので十分注意してください。

車で外出するときは、窓を閉めきった車内の事故が多くなります。

たとえクーラーがついていても、直接日光が当たるところは温度が高く、ダッシュボードの上に置いた炭酸飲料の缶やライターが破裂したりする思いがけない事故が起こります。

とくに大きな事故になるのが、赤ちゃんや子どもを車の中に乗せたままにすることです。

クーラーがついていたとしても、突然、エンジンが止まったり、いたずらをしているうちにクーラーを止めてしまうと、ほんのわずかな時間で車内の温度は急激に上がり、赤ちゃんや子どもはすぐに脱水症状を起こして死亡にいたります。

車で外出は、絶対に気を許してはいけません。

外出先で、もし子どもが暑さでぐったりしてしまったら、すぐに涼しい場所に連れていきます。

着ている洋服をゆるめて楽な状態にしてから、頭を低くして寝かせてください。

そして、水分をたっぷり飲ませましょう。

水分をとらないようなときは、かなりからだが弱っている状態ですから、すぐに病院へ連れていってください。

【予備知識としての応急手当】

・ 事故

緊急時のチェックポイント

もしも、思いがけない事故が起きてしまったとき、適切な応急処置をすれば一命をとりとめることも、軽い症状ですむこともあります。

事故が起きてしまったときは、まずは気持ちを落ちつけて冷静に状況を判断し、行動することが大切です。そこで、いざというときに最初にチェックすることを、しっかり覚えておいてください。

第1のチェックポイントは、意識があるかどうかの確認です。

子どもの名前を呼びかけて、からだをさすってみたり、足の裏を叩いてみてください。反応がないときは、寝ているのではなく意識がないと判断してください。

意識がない場合は、口の中で舌がのどの奥をふさいではいないか、また吐いてはいないか、確かめます。どちらの場合でも、空気の通り道である気道をふさいでしまう恐れがありますから、まず気道を確保するために、あごを上げるなどして、呼吸が楽にできるような姿勢にしてあげることが大切です。

第2のチェックポイントは、呼吸をしているかの確認です。

子どもの鼻や口に耳を近づけて、息をしているか確かめます。また、胸が上下して動いているかでも確認できます。

もし、呼吸が止まっていたり、弱くなっていたら、気道を確保して、子どもの鼻をつまみ、口と口をつけて息を吹き込んでください。

第3のチェックポイントは、心臓が動いているかの確認です。確認する方法は

1. 呼吸があるか
2. 咳があるか
3. からだを動かすか

どうかをみます。それらがなければ心臓は止まっていると判断して心臓マッサージ（胸骨圧迫）を行います。

第4のチェックポイントは、出血していないかの確認です。

出血がひどい場合は、血圧が低下してショック状態になることがあります。

きれいなガーゼで直接傷口を押さえて圧迫して血を止めてください。

それでも出血が止まらないときは、心臓に近い動脈部分を手で押さえるか、ヒモなどでしばってください。

内出血の場合は、外見ではわからないので、顔色や脈拍などに注意してください。

思いがけない事故が起きてしまったときは、意識、呼吸、脈拍、出血をしっかりと確認して、冷静に判断したうえで救急車を呼ぶか、自分で病院へ連れていくか、自宅で様子を見るかを決めてください。

気道の確保、心臓マッサージ（胸骨圧迫）や人工呼吸の方法は項目「心肺蘇生法」を参考にしてください。

心肺蘇生法

事故にあった子どもに意識がなく、呼吸をしていなかったり、心臓が止まっているときは、大声で 119 番と AED を依頼してください。周囲に助ける人がいない場合は、ご自身で 119 番通報をしてください。そして、すぐに空気の通り道である気道を確保し、心臓マッサージ（胸骨圧迫）と人工呼吸を行わなければいけません。

心肺蘇生の基本である気道の確保、胸骨圧迫、人工呼吸はとても大切なことなので、順に説明します。しっかりと覚えてください。

気道の確保

呼びかけたり、刺激したりしても反応がない場合は、まず気道の確保をします。口の中に何も入っていないことを確認し、子どもをあお向けに寝かせ、下あごを上の方に持ち上げ、頭部を後ろへそらすようにして、空気の通り道を開きます。

口元に顔を近づけても空気の流れるを感じる流入音がなく、胸の動きがなく、呼吸をしていなければ、すぐに胸骨圧迫と人工呼吸による心肺蘇生を開始します。人工呼吸が難しければ、胸骨圧迫のみでもかまいません。

胸骨圧迫

胸骨圧迫は、地面やかたい床に、あお向けに寝かせて行います。

乳児の場合は、左右の乳頭を結ぶ線の少し足側に指 2 本を当て、人差し指と中指の 2 本を垂直に当て、胸の厚さの $1/3$ くらい沈む強さで押しは力を抜き、1 分間に 100～120 回のリズムで押します。

幼児の場合は、乳頭を結んだ線上を、大人と同様に両手の手のひらの付け根でしっかり押します。胸の厚さの $1/3$ くらい沈む強さで押しは力を抜きます。1 分間に 100～120 回のリズムで行います。

人工呼吸

人工呼吸は、1 歳未満の赤ちゃんの場合は、口で赤ちゃんの口と鼻を一緒におおい、息を吹き込みます。

幼児の場合は、子どもの鼻をつまみ、口と口をつけて息を吹き込みます。吹き込まないときは鼻をつまんでいた指をはずしてください。

乳児・幼児ともに、胸が軽くあがるくらいの量を 1 秒かけて 2 回吹き込みます。

人工呼吸 2 回に胸骨圧迫 30 回の割合で行ってください。ただ人工呼吸は慣れていないと難しいので、できないと思ったら胸骨圧迫を続けましょう。

心肺蘇生は、子どもが泣き出すか、救急隊と交替するまで絶え間なく続けます。

また AED を依頼し、到着したら、音声ガイダンスに従って操作します。

いざというときに赤ちゃんや子どもを救えるかどうかは、冷静な判断ができるかにかかっています。日頃から、

講習会などに参加して、しっかりと覚えておきましょう。

頭を打った

頭を打ったときのチェックポイントは、意識があるか、出血はないか、出血がある場合はどれくらいの量か、吐いたりはしていないか、顔色や容体はどうかです。

頭を打って、意識がなかったときは、まず、呼吸をしているかどうかを確かめて、空気の通り道である気道を確保しなければなりません。

呼吸をしているときは、気道を確保したまま、もし吐いたときや何度も吐くようなときは、気管やのどに吐いたものがつまらないように横向きに寝かせます。

意識がなかったり、出血がひどかったり、何度も吐くようなときは救急車を手配します。

出血がひどく、なかなか止まらないときは、血圧が低下してショック状態になることがあります。きれいなガーゼで直接傷口を押さえて圧迫して血を止めてください。

それでも出血が止まらないときは、急いで医療機関を受診してください。

頭を打ったあと、いつまでも顔色が悪かったり、不機嫌なときは内出血をしている場合があるので病院へ連れていきましょう。

また、こうした症状がなく、こぶができたときは、安静にして冷たいタオルなどでこぶを冷やしてください。

すり傷程度の軽い出血の場合は、あわてずにきれいなガーゼなどで傷口を押さえて血を止めてください。

子どもは、すぐに泣けば安心といわれますが、後で具合が悪くなることもあるので油断はできません。少なくとも一日は安静にして、子どもの様子をしっかり観察してください。

気道の確保、心臓マッサージ（胸骨圧迫）や人工呼吸の方法は項目「心肺蘇生法」を参考にしてください。

鼻血が出た

子どもは鼻血が出やすくなっています。

鼻の穴の出口のそばには細かい血管がたくさん集まっているので、そこが切れて鼻血が出る人が多いようです。

鼻血が出たときのチェックポイントは、転んだり、落ちたりして鼻をぶつけたのかどうか、鼻血がすぐに止まったかどうか、繰り返し鼻血を出していないかです。

子どもが鼻をいじって鼻血が出たときは、椅子などに座らせて、頭を少し前にうつむくような姿勢で、大人が小鼻を 10～15 分強くつまんで圧迫しておけば、ほとんどの鼻血は止まります。止まらないからといってティッシュや綿を詰めるのはやめましょう。

鼻をぶつけて鼻血が出たときは、冷たいタオルなどでおでこから鼻全体を冷やしてください。

鼻血を出したときに仰向けに寝かせると、鼻血がのどに入りやすく、鼻血を飲み込んでしまうと、むせたり気持ちが悪くなって吐くことがあるので注意してください。

赤ちゃんの場合は、縦に抱いてあげるとのどに入りにくくなります。

もしも、応急手当をして 10 分以上も鼻血が止まらず、止まる様子がないときはすみやかに病院へ連れて行ってください。

また、頻繁に鼻血が出るときは、鼻の中に傷ができていて出血しやすくなっていることがあるので、一度、病院へ連れていきましょう。

さらに、鼻血だけではなく、顔色が悪かったり、青あざがからだに多くみられる場合も病院へ連れていきましょう。

子どもは、よく鼻をいじって鼻血を出すことがあるので、いつも指の爪は短く、清潔にしておきましょう。

水におぼれた

子どもは少しの水でもおぼれてしまうといわれています。

家庭内でもお風呂場の浴槽や洗濯機、ビニールプールでの事故が大変多く起きています。

水におぼれてしまったときのチェックポイントは、意識があるか、呼吸をしているか、心臓が動いているかです。あわてず、冷静に確認しましょう。

呼吸は、子どもの鼻や口に耳を近づけて、息をしているかを確認めます。

胸が上下して動いているかでも確認できます。

心臓は、循環のサイン、すなわち

1. 呼吸があるのか
2. 咳をするか
3. からだを動かすか

を調べて、これらがなければ心臓が止まっていると判断します。

手首は心臓から遠いので、血圧が下がるとわかりにくいことが多く、のどの横にある頸動脈や足のつけ根の大腿動脈で脈を探してください。

心臓や呼吸が止まっていたら、空気の通り道である気道を確保してから、すぐに心臓マッサージ（胸骨圧迫）と人工呼吸を行って、呼吸と心臓の働きを回復させなければいけません。

同時に、救急車の手配をします。

もし、近くに誰もいないときは、大声を出して助けを呼びます。

助けを呼ぶことも応急手当のひとつです。

意識があって大声で泣いていれば、水もそれほど飲んでいないのでひとまずは安心です。

濡れた洋服を早く脱がせて、乾いた服に着替えさせます。

寒がっているときは、毛布などにくるみ暖かくしてあげましょう。

いざというときに赤ちゃんや子どもを救えるかどうかは、冷静な判断ができるかにかかっています。

また、救急車が到着するまでは、気道の確保、心臓マッサージ（胸骨圧迫）や人工呼吸はお母さん・お父さんや周囲の大人がしなければなりません。

日頃から、講習会などに参加して、しっかりと覚えておきましょう。

突然の事故でもあわてずに落ち着いて、的確に行動することが大切です。

気道の確保、心臓マッサージ（胸骨圧迫）や人工呼吸の方法は項目「心肺蘇生法」を参考にしてください。

ケガで出血した

出血したときにチェックするポイントは、出血の量、傷の大きさや深さ、ガラスや古い釘が深くまで刺さっていないか、トゲなどの異物が傷に残っていないかです。きちんと確認しましょう。

まず、出血がひどいときは、傷の位置を確かめてきれいなガーゼなどを傷の上に直接当てて強く押さえたままにします。

それでも血が止まらないときは、腕ならひじの内側の上腕動脈、足ならつけ根の大腿動脈など、心臓に近い方の動脈を押さえたり、ヒモなどで縛って血を止めるようにします。

また、心臓よりも傷口を高くするのも血を止める効果があります。そして、応急手当が済んだら急いで病院へ連れていきます。

ガラスの破片が深く刺さっていたり、細かいガラスがいくつも刺さっているときは、無理をして引き抜こうとしないで、そのまま病院へ連れていきましょう。

出血がひどいときは、救急車を手配します。

釘が刺さったときは、釘を抜いてから、傷のまわりを強く押して、血を絞り出すようにします。

子どもは痛がるかもしれませんが、出血が少ないと釘についていた汚れが傷口に残りやすいので我慢させてください。

きれいなガーゼを当ててから、病院へ連れていきます。

トゲなどの異物が刺さったときは、無理をして取り出そうとしないで病院へ連れていきます。傷口にトゲが残ってしまうと、化膿したり、破傷風になることもあるので注意してください。

トゲが浅く刺さった程度ならば、消毒した毛抜きや針で、皮膚をほぐしながら刺さったものを取ります。取り出したら、傷のまわりを押して血を絞り出し、中の汚れを出すようにします。

あとは、消毒してバンソウコウを貼っておきましょう。

すり傷は、傷口に土や砂、泥などがついていたら水できれいに洗い流すことが大切です。

洗い終わったら、食品用ラップフィルムや市販の傷用パッド剤で傷口を完全に密閉します。

切り傷は、傷の原因になったもの、たとえばナイフやガラスなどについていた汚れが、傷口に残っていることがあるので、水を流しながら傷の中までよく洗います。

洗い終わったら、傷口がふさがるように押さえ、きれいなガーゼを多めに使って、血が止まるように少し強めに包帯を巻きます。

子どもは、頻繁にケガをするので、きれいなガーゼや包帯、消毒液などはいつでも使えるように常備しておき

ましょう。

また、ケガが、化膿したり、破傷風になることもあるので、ケガをしたときは必ずお母さん・お父さんに教えるように普段から言い聞かせておきましょう。

やけどをした

家の中には、ストーブ、電気ポットや電気ケトル、熱い食べ物や飲み物、アイロンなど、子どもがやけどしやすいものがたくさんあります。

もし、やけどをしてしまったら、まずは何をおいても冷やすことが大切です。

やけどをしたときのチェックポイントは、やけどの範囲と深さ（程度）、普通のやけどか低温やけどかを確認することです。

頭や顔をやけどしたときは、20～30分以上シャワーなどで冷やし、病院に連れて行ってください。

やけどの範囲が小さく、皮膚が赤くなった程度であれば、その部分を流しっぱなしの水で痛みがなくなるまで十分に冷やします。

痛みがとれたら、きれいなガーゼなどでおおっておきます。

ほとんどが数日で治り、あとも残らないので、その後の経過をみてから病院へ連れていくかどうかを判断しても遅くはないでしょう。

また、子どもが熱いお湯の入った浴槽に落ちてしまったときは、かなり広い範囲をやけどします。

たとえ皮膚が赤くなった程度でも重症です。

シーツかバスタオルなど大きなものを水で濡らして、子どものからだを包んで冷やし、救急車を呼ぶか、急いで病院へ連れていきます。

水ぶくれができているときも注意が必要です。

水ぶくれが500円玉よりも大きいときは急いで病院へ連れていきます。

また、水ぶくれは、きれいなガーゼなどでおおってつぶれないように守ってください。

気をつけなければいけないのが低温やけどです。

低温やけどは、湯たんぽやカイロ、電気カーペットなどそれほど熱くないものでも、長い時間肌にふれていると起こるやけどです。

肌の表面は少し赤くなった程度でも、皮膚の内側の組織が壊されてしまうもので、ひどいときには、手術をしなければならぬこともあるため十分注意が必要です。

低温やけどに気がついたら、すぐに冷やして病院に連れていきます。

また、やけどをしたところに、アロエやオイルを塗るなどの民間療法を行ってはいけません。

化膿することもあるので絶対にやめてください。

やけどをしたらとにかく冷やし続けることが大切ですが、赤ちゃんや子どもの場合は、冷やしすぎて体温まで低くならないように気をつけてください。

動物にかまれた

子どもは犬や猫などの動物が大好きで、警戒せずに近づいてさわろうとします。反対に、よく馴れた犬や猫でも、子どもに対しては警戒することが多いようです。

動物に近づくときには必ず、大人がすぐそばについていてください。

最近では、いろいろなペットが増えているので注意が必要です。

動物にかまれたときのチェックポイントは、どんな動物によるどんなケガか、出血があるかを確認することです。

たとえば、その動物が犬なのか猫なのか、また、かまれたのかひっかかれたのかなどについて、チェックしましょう。

犬にかまれたときは、水を流しながら傷口をよく洗ってください。

きれいなガーゼなどを当ててから、病院へ連れていきます。

日本では狂犬病は 60 年以上も発生していないので、ほとんど心配はありませんが、犬の歯は大変汚れているので化膿することがあります。

猫は犬よりも歯が鋭いので、かまれると危険です。

また、野良猫の爪は大変鋭いので、出血が止まらないこともあります。

猫にひっかかれたときも、傷口を石けんを使ってきれいに洗ってください。

傷口から細菌が入ることもあるので、よく洗ったら消毒してきれいなガーゼを当て、急いで病院へ連れていきましょう。

また、かまれたりひっかかれたりしなくても、子どもが動物と遊んだときは必ず手を洗うようにします。

公園などで遊ばせるときは、一緒にいる大人が、野良犬や野良猫に十分注意するようにしてください。

虫に刺された

虫に刺されるといっても、虫にもいろいろな種類があるので注意が必要です。

赤ちゃんの肌は大変弱いので、たとえ蚊に刺されても真っ赤に腫れ上がってしまいます。

虫刺されでもきちんと手当てしなければいけません。

虫に刺されたときのチェックポイントは、呼吸困難を起こしていないか、刺されたところが異常に腫れていたり、強い痛みがないか、かゆい部分が広がっていないか、です。

虫に刺されたとき大切なことは、刺されたところを清潔にすることです。

ひっかいたりすると、かえって毒がまわってしまったり、細菌が入ったりするので注意が必要です。

とくに気をつけなければいけないのが、スズメバチなど大型の蜂に刺されたときです。場合によっては死にいたることもあるので呼吸困難や発疹、意識がおかしいようなときは、すぐに救急車を手配して病院へ運ばなければいけません。

また、そうした大型の蜂以外の蜂でも、刺されるとかなりの強い痛みがあり腫れ上がります。

刺された部分を強くつまんで、蜂の毒を絞り出します。そして、針が残っていないかをよく確認し、もし針が残っていたら、消毒したとげ抜きか毒針を吸う専用の器具で抜いてください。

傷口をよく洗い流して、抗ヒスタミン軟膏などを塗って、病院へ連れていきます。

蛾や毛虫などにさわってしまったときは、これらの昆虫の体毛に毒があるので、さわっただけでかゆくなったり、発疹が出ることがあります。

さわった部分をよく洗い流して抗ヒスタミン軟膏などを塗ってください。

蚊に刺されたときは、刺されたところをかかせないようにします。

かゆみがひどいときは、冷やすと楽になります。

やはり抗ヒスタミン軟膏などを塗っておきます。

赤く腫れ上がっても、徐々におさまれば心配はありません。

骨折、ねんざ、脱臼

子どもは、転んだり、高いところから飛び降りたりして骨折したり、捻挫や脱臼することがあります。子どもが泣いているときは、落ち着いてチェックしてください。

チェックするポイントは、手首や足首、ひざ、ひじなど、いつも動かす部分を動かせるかどうか、打ったところが熱をもって異常に腫れたり、黒ずんでいないか、手をあげることができずにだらしと下がったままになっていないか、です。冷静に確認しましょう。

骨折か捻挫か脱臼の見極めは難しいので、チェックポイントのいずれかにあてはまるときは、ケガをした部分なるべく動かさないようにして、整形外科か外科を受診しましょう。

痛みや腫れがあれば骨折した疑いがあります。

そのときは、その部分に大きめのそえ木を当てて固定します。

そえ木で固定するのは、折れたところが動かないようにし、苦痛をやわらげるためですから、無理な固定をしてはいけません。

かえてケガを悪化させることもあるので注意しましょう。

そえ木の当て方はひざの場合は、無理に伸ばそうとしないで、曲げたままの状態固定します。

そえ木には段ボールなどが便利です。

足の場合は、雑誌や新聞をそえ木に使うと便利です。

骨折した部分だけでなく、その上も下も固定しましょう。

指の場合は、割り箸などを使って手の甲にかけて固定します。

固定したら急いで病院へ連れて行ってください。

捻挫は、関節を保護するじん帯や血管が傷ついたり切れたりすることで起こります。関節が腫れて内出血のために皮膚が青黒く変色し、熱をもったりもします。

捻挫したときは、すぐに痛みをやわらげるために包帯で固定して安静にします。

その上から氷や氷のうで冷やしてください。マッサージをしたり動かしたりしてはいけません。

脱臼は骨の関節がはずれることです。

お母さん・お父さんが子どもの手をひっぱただけでも脱臼してしまうことがあります。もしも肩やひじを脱臼してしまったときは、三角巾などを使って子どもが痛がらないところで固定します。

ひじから上の脱臼は、脇の下にタオルなどを当て、そえ木で固定して首から三角巾でつります。

ひじより下の脱臼は、手のひらを上か胸のほうに向けて、そえ木で固定して首から三角巾でつります。三角巾でつるときは指先がひじより上になるようにします。

冷湿布や氷などを当ててから整形外科か外科へ連れていきます。

捻挫や脱臼は１度するとくせになりやすいので注意が必要です。

きちんと診察を受けて、しっかり治療しましょう。

・誤飲時の対応

トイレ用洗剤類

トイレ用洗剤を飲んでしまったときは、絶対に吐かせてはいけません。すぐに牛乳または卵の白身をコップに1杯くらい飲ませ、急いで医師の診察を受けてください。

トイレ用洗剤には塩酸や硫酸など劇薬が含まれているので、吐かせるとのどや気管、食道の粘膜を、飲んだときと吐かせたときの2度痛めることになります。

このほかにも、排水パイプ用の洗浄剤やタイル用洗剤なども飲んでしまったときはたいへん危険です。絶対に吐かせてはいけません。

すぐに牛乳または卵の白身をコップ1杯くらい飲ませて、急いで医師の診察を受けてください。

もしも子どもが誤って異物を飲み込んで病院に連れていく場合は、飲み込んでしまったものによって、応急手当の方法がそれぞれ違います。

子どもが何を飲み込んだかわかるように、飲み込んだものの容器を一緒に持って行ってください。

トイレ用洗剤などは、トイレに置いたままにしがちですが、必ず、子どもの手の届かない場所にしっかり保管するようにしてください。

また、トイレ用洗剤など危険なものをしまう場所に鍵がついていないときには、市販されている幼児向けセーフティー用品の「ドア引き出し用ロック」や「引戸用ロック」などで子どもには開けられないように工夫してください。

赤ちゃんも生まれて5か月を過ぎると、手にふれるものはなんでも口に持っていくようになります。

さらに幼児期になると、どんなものでも1度は口に入れようとするので誤ってものを飲み込んでしまう事故が起こりやすくなります。

トイレ用洗剤は劇薬です。子どもの手の届くところにうっかり置いたままにしないよう、くれぐれも管理には気をつけましょう。

漂白剤、カビ取り剤

キッチンや洗濯に使う漂白剤やカビ取り剤を飲んでしまったときは、絶対に吐かせてはいけません。すぐに牛乳または卵の白身をコップ1杯くらい飲ませます。そして急いで医師の診察を受けてください。

漂白剤には、次亜塩素酸ナトリウムや過ホウ酸ナトリウムなどの強い酸性のものが含まれているので、吐かせるとのどや気管、食道の粘膜を、飲んだときと吐かせたときの2度痛めることになります。もしも子どもが誤って異物を飲み込んで病院に連れていく場合は、飲み込んでしまったものによって応急手当の方法がそれぞれ違います。子どもが何を飲み込んだのかわかるように飲み込んだものの容器を一緒に持って行ってください。

漂白剤を入れたバケツや洗面器に洗濯物をつけおきしたり、また食器やふきんの汚れを落とすためにつけおきをしておくことがあります。これは子どもにとってたいへん危険です。漂白している間は、つけおきしている場所に子どもが入れないように鍵をするなど工夫してください。また、漂白剤やカビ取り剤の保管もしっかり行ってください。

鍵のかかる引き出しや戸棚がないときには、市販されている幼児向けセーフティー用品の「ドア引き出し用ロック」や「引戸用ロック」などで子どもには開けられないように工夫して下さい。

赤ちゃんも生まれて5か月を過ぎると、手にふれるものはなんでも口に持っていくようになります。さらに幼児期になると、どんなものでも1度は口に入れようとするので誤ってものを飲み込んでしまう事故が起こりやすくなります。漂白剤、カビ取り剤などの劇薬は、子どもの手の届くところに、うっかり置いたままにしないように、管理には十分気をつけましょう。

マニキュア、除光液

マニキュアやマニキュアの除光液を飲んでしまったときは、絶対に吐かせてはいけません。
そして、何も飲ませないで、急いで医師の診察を受けてください。

とくに除光液に多く含まれている溶液は、飲んだ量によっては死にいたることもあるたいへん危険なものです。

マニキュアや除光液は、身近な化粧品の中では最も毒性が高いので、必ず子どもの手の届かない場所か、鍵のかかる引き出しや戸棚などにしまうようにしてください。

鍵がないときには、市販されている幼児向けセーフティー用品の「ドア引き出し用ロック」や「引戸用ロック」などで子どもには開けられないように工夫してください。

赤ちゃんも生まれて5か月を過ぎると、手にふれるものはなんでも口に持っていくようになります。

さらに幼児期になると、どんなものでも1度は口に入れようとするので誤って飲み込んでしまう事故が起こりやすくなります。

マニキュアや除光液などは子どもの手の届くところに、うっかり置いたままにしないように、管理には十分気をつけましょう。

もしも子どもが誤って異物を飲み込んでしまったために病院を受診する場合は、飲み込んだものによって応急手当の方法が違います。子どもが何を飲み込んだかわかるように飲み込んだものの容器を一緒に持って行ってください。

灯油、シンナー、揮発油類

灯油、シンナー、ベンジン、ガソリン、揮発油を飲んでしまったときは、絶対に吐かせてはいけません。そして、何も飲ませてはいけません。急いで、医師の診察を受けてください。

これらの液体は、吐かせたときに気道に入りやすく、肺に入ってしまうと重い肺炎を起こすことがあります。灯油、シンナー、ベンジン、ガソリンなどは、火災にも注意しなければいけません。鍵のかかる物置などできちんと保管してください。

鍵のかかる物置や戸棚、引き出しがない場合は、市販されている幼児向けセーフティー用品の「ドア引き出し用ロック」や「引戸用ロック」などで子どもには開けられないように工夫してください。

赤ちゃんも生まれて5か月を過ぎると、手にふれるものはなんでも口に持っていくようになります。さらに幼児期になると、どんなものでも1度は口に入れようとするので誤って飲み込んでしまう事故が起こりやすくなります。

灯油やシンナーなどの揮発油は子どもの手の届くところに、うっかり置いたままにしないように、管理には十分気をつけましょう。

もしも子どもが誤って異物を飲み込んでしまったために病院を受診する場合は、飲み込んだものによって応急手当の方法が違います。子どもが何を飲み込んだかわかるように飲み込んだものの容器を一緒に持って行ってください。

ボタン電池

誤ってものを飲み込んでしまう事故でとくに危険なのがボタン電池です。

ボタン電池はたいへん小さいものなので、吐き出させることも難しく、また、ほんとうに飲んだのかどうかもわからないことがあります。

サイズが小さいアルカリ電池は、大便と一緒に排泄されることが多いのですが、サイズが大きく、起電力も高いコイン型リチウム電池は食道に引っかかり、すぐに食道粘膜を溶かし始めます。短時間に腐食が進み、食道粘膜に穴が開いて、何人も死亡しています。すなわち、超緊急事態なのです。

飲んだだけでなく、飲み込んだ可能性があるときでも、すぐに病院へ連れて行って、診察を受けてください。金属製品を飲み込んでしまったときも、病院で診察を受けて、医師の指示に従ってください。

赤ちゃんも生まれて5か月を過ぎると、手にふれるものはなんでも口に持っていくようになります。

さらに幼児期になると、どんなものでも1度は口に入れようとするので誤って飲み込んでしまう事故が起こりやすくなります。

ボタン電池は子どもの手の届くところに置いたままにしないように、管理には十分気をつけましょう。

強酸、強アルカリ

洗剤等を飲み込んだときは吐かせたくなりますが、家庭で吐かせることは難しく、また肺に入る危険もあるため、原則吐かせないようにします。

漂白剤やトイレ用洗剤などの強いアルカリ性や酸性のものを飲み込んだときは、牛乳や卵の白身をコップ1杯くらい飲ませてください。たんぱく質は酸やアルカリの作用を弱める働きがあります。そして、急いで医師の診察を受けてください。

病院に連れていく場合は、子どもが何を飲み込んだかがわかるように、飲み込んだものの容器と一緒に持って行ってください。飲み込んでしまったものによって、応急手当がそれぞれ違います。

また、保管については、必ず子どもの手の届かない場所にしっかり保管するようにしてください。決してうっかり子どもの手の届くところに置いたままにしないように、鍵のかかる引き出しや戸棚にしっかり保管してください。鍵のかかる引き出しや戸棚がないときには、市販されている幼児向けセーフティー用品の「ドア引き出し用ロック」や「引戸用ロック」などで子どもには開けられないように工夫してください。

トイレ用洗剤についての注意点は項目「トイレ用洗剤類」を、漂白剤、カビ取り剤は項目「漂白剤、カビ取り剤」を参考にしてください。

乾燥剤の生石灰、トイレ用脱臭剤

お菓子などの乾燥剤に使用される生石灰を飲み込んだときは、水や牛乳を飲ませて、急いで医師の診察を受けましょう。また皮膚や粘膜についてしまったときには、大量の水で洗い流します。

トイレ用脱臭剤のうち有機酸系のトイレ用脱臭剤を飲み込んだときは水や牛乳を飲ませてから、パラジクロロベンゼン系のトイレ用脱臭剤を飲み込んだときは水を飲ませてから医師の診察を受けてください。

乳幼児のいる家庭では、これら化学薬品の保管には十分な注意が必要です。

鍵のかかる戸棚や引き出しにしっかりと保管し、決して子どもが簡単に手をふれることがないようにしましょう。

鍵のかかる引き出しがないときには、市販されている幼児向けセーフティー用品の「ドア引き出し用ロック」や「引戸用ロック」などで子どもには開けられないように工夫してください。

「事故は起こるもの」と考えて、きちんとした予防策を講じることが何よりも大切です。

・気管・口、耳・鼻、目に異物が入った場合

気管、のど

赤ちゃんも生後5か月を過ぎると、手にふれるものは何でも口に持っていくようになります。

さらに幼児期になると、どんなものでも1度は口に入れようとするので、口に入れた固形物が気管やのどにかえてしまう事故もよく起こります。

気管やのどにもものがつまってしまったときのチェックポイントは、何を飲み込んだか、激しく咳き込んでいないか、手足をばたつかせて息をつめたり、呼吸困難を起こしていないかです。

もしも固形物を口に入れたとき、口の中をのぞいて取れそうな位置にあれば指で取り出しましょう。

顔色が急に悪くなったときや声が出せないときは、のどや気管につまったおそれがあるので、1歳未満ならば、すぐに①子どもをおおむけにして胸の真ん中を強く圧迫する（胸部突き上げ法）。②大人の腕の上に下向きでうつぶせにして、背中を強く叩く（背部叩打法）。①と②を数回ずつ繰り返します。固形物がとれるまで続けましょう。意識がない場合、固形物が取れず意識がなくなったときはすぐに心肺蘇生法を行います。

1歳以上の子どもでは後ろ向きに抱き上げ、コブシをおへその上の胃のあたりにあてて素早く押し上げます（腹部突き上げ法・ハイムリック法）。この方法は1歳未満の子どもに行ってはいけません。

固形物を吐き出させたら、急いで病院へ連れていきます。

また、激しく咳き込んだり、ゼイゼイと呼吸困難を起こしているときも、同じようにつままったものを吐き出させて急いで医師の診察を受けてください。

飲み込みやすく危険なものは、おもちゃの強力な磁石、ボタン電池、水で膨らむ樹脂製のボール、針やピンなどの先が尖ったもの、などがあります。

針や安全ピン、魚の骨などを飲み込んでしまったときに、ピンセットなどを使うのは大変危険です。

無理をしないで急いで病院へ連れて行ってください。

のどや気管には食べ物がつまることがあります。

ピーナッツなどの豆類や、ナッツ類、ミニトマト、ぶどう、もちやパン、エビ、イカ、あめ、キャラメル、ポップコーンなどはつまりやすいので注意してください。

とくにピーナッツが気管に入ってしまうと肺炎を起こすことがあるので、急いで医師の診察を受ける必要があります。

赤ちゃんの口に入るサイズ（直径39mm以下）のものは、手の届かない場所に保管するようにしましょう。

耳、鼻

子どもは時々思いがけない行動をとることがあります。

遊んでいるときに木の実や小さなかたまりを耳や鼻に入れてしまうことも珍しくはありません。

すぐに取り出せばいいのですが、子どもが自分で取ろうとしてかえって押し込んでしまうことがあります。

耳や鼻にもものが入ったときのチェックポイントは、異物がつまって苦しそうにしていらないか、取り出せる場所にあるか、もしも、取り出せそうもないときはどのあたりにあるか、です。

注意しなければいけないのが、耳や鼻に異物が入ってしまっても親に教えない子どもがいることです。

まわりの大人が子どもの様子を観察してチェックしてください。

耳や鼻をしきりにさわる仕草をしたり、くさいにおいがしたり、鼻に手をふれただけで痛がる時は、異物が入っている疑いがあります。

鼻に異物が入り、それが気管にまで入ってしまっても呼吸困難を起こしてしまうことがあります。そのようなときは急いで救急車を呼んでください。

鼻にもものが入ると、時間がたつにつれてどんどん奥に入ってしまういます。

入っていないほうの鼻の穴をふさいで、鼻をかむようにして「フン」と息を吹き出させるか、鼻の穴をくすぐってくしゃみをさせます。

奥に入ってしまったときは、弱い鼻の粘膜を傷つけたりすることがあるので、無理をしないですぐに耳鼻科に連れていってください。

耳に固形物が入ってしまったときも、無理をせずに耳鼻科に連れていきましょう。

耳に虫が入ってしまったときは、懐中電灯の明かりを耳に近づけると光をめがけて虫が飛び出してきます。

出てこないときは、虫が耳の中であばれて鼓膜を傷つけないように、ベビーオイルを1～2滴流し入れて、虫を殺してから耳鼻科に連れていきます。

耳や鼻に物がつまってしまったときは、まず、無理をして取り出そうとしないことが大切です。

ピンセットや耳かきなどで、鼓膜や鼻の粘膜を傷つけることがあるので注意してください。

目

目にゴミなどの異物が入ってしまったときは、まず目をこすらせないことが肝心です。

子どもは痛がって目をこすろうとしますが、こすると眼球を傷つけてしまいます。

目に異物が入ってしまったときのチェックポイントは、目に入ったものが砂かホコリか、洗剤や薬品か、目が開けられるか、目をこすっていないか、です。

ほこりのようなゴミが入った程度なら、手でこすらなければさほど問題はないでしょう。

目が真っ赤に充血していたり、痛がっていつまでも目が開けられないようなときは、急いで眼科に連れていってください。

砂や小さなゴミが入ったときは、水道の水で洗い流すかやかんに水を入れて洗い流してください。

よく洗い流せないときは、きれいなガーゼや綿棒などを水で濡らしてゴミを取り除いてください。

洗剤や薬品などが目に入ってしまったときは、すぐにたくさんの水を使って洗い流して、急いで眼科で診察を受けてください。

目に入った洗剤や薬品の容器も一緒に持っていき医師に見せてください。

子どもは平気で汚い手で目をこすったりするので、いつも手はきれいに洗うように習慣づけておきましょう。

また、爪もケガの原因になることがあります。いつもきれいに切っておくことが必要です。

・急病

吐いた

赤ちゃんの胃はとっくりのような形をしていて、胃の入口にある筋肉も発達していないので、ちょっとした刺激でもすぐに吐いてしまいます。

しかし、成長するにしたがって胃も丈夫になり、吐かないようになるので心配ありません。

赤ちゃんが吐いたときは、あわてずに落ち着いて対処してください。

赤ちゃんや子どもが吐いたときのチェックポイントは、何回も吐いたか、吐く以外にほかの症状はないか、水分はちゃんと取っているか、食事は何を食べたか、またきちんと食事をしているか、などです。

吐く以外の症状で気をつけなければいけないのが、おなかが痛かったり、下痢をしていたり、頭が痛かったり、熱があるときです。

もし、何回も吐いて、水分をとっていなかったり、おしっこの量も減って、元気がないときは脱水症状を起こしています。急いで医師の診察を受けてください。

吐いたときに注意しなければいけないのが、吐いたものがのどや気管につまって、呼吸ができなくなってしまうことです。

顔を横向きにして寝かせ、口の中に吐いたものが残っていたら、きれいなガーゼなどを指に巻いてきれいにぬぐいにとってあげます。

吐いたものが口の中に残っていると、また吐いてしまうことがあるので、吐いた後はぬるま湯などでできるだけ口の中を洗うようにしてください。

食事は、食欲があれば消化のよいものを与えてください。

無理をして食べさせる必要はなく、そのかわりに水分を十分与えてください。

水分の補給には、白湯や麦茶、乳幼児用イオン飲料などがいいでしょう。

1度に与えすぎると吐いてしまうことがあるので、少しずつ回数を多く与えるようにします。

吐き気があるときは、柑橘類や牛乳、ヨーグルト類は与えないようにします。

高熱が出た

生まれたばかりの赤ちゃんは、お母さんから病気に対する抵抗力をもらっているのです、熱が出ることはほとんどありません。

赤ちゃんの顔が赤かったり、機嫌が悪かったり、母乳を与えたときに赤ちゃんの口が熱いと感じたらすぐに体温を計ってください。

赤ちゃんや子どもが熱を出したときのチェックポイントは、いつから熱があるのか、またいつ頃熱があることに気がついたか、熱のほかに症状はあるか、水分や食事はとれているか、おしっこは出ているか、などです。何回も吐いて、水分をとっていなかったり、おしっこの量も減っているときは脱水症状を起こしている恐れがありますから、急いで医師の診察を受けましょう。

赤ちゃんは体温を調節する機能が発達していないので、厚着をしたり、ふとんがたくさんかかっていたりすると体温が上がってしまいます。

暖房がききすぎて、部屋の温度が高くなりすぎないように気をつけてください。

熱を下げるときに、氷まくらなどで頭を冷やすことが多いようですが、実際には首のつけ根や脇の下、足のつけ根にある太い動脈を冷やすほうが効率的です。

しかし、冷やしすぎると赤ちゃんの体温が下がってしまうので注意しましょう。

食事は、食欲があれば消化のよいものを与えてください。

無理をして食べさせる必要はなく、そのかわりに水分を十分に与えてください。

水分の補給には、白湯や麦茶、乳幼児用のイオン飲料などがいいでしょう。

1度に与えすぎると吐いてしまうことがあるので、少しずつ回数を多く与えるようにします。

吐き気があるときは、柑橘類や牛乳、ヨーグルト類は与えないようにします。

赤ちゃんは、生後6か月をすぎると熱を出すことが多くなります。発熱のために、赤ちゃんの機嫌が悪く、つらそうなときは解熱剤を用いて楽にしてあげることもできるので、かかりつけの医師に相談して解熱剤を用意しておきましょう。熱が出ても苦しそうな様子がなければ、解熱剤を無理に使う必要はありません。解熱剤を使うときは、必ず医師に処方してもらったものを、医師の指示通りに使います。熱が下がらないからといって、続けて使ってはいけません。

熱が出て汗をかいたらよくからだを拭いて、パジャマと下着を取り替えてあげます。

子どもが安心して眠れるように、できるだけそばにいてあげるようにしましょう。

おなかが痛い

子どもは、3歳くらいまでは、おなかが痛いのか頭が痛いのか、自分でうまく伝えることができません。大人が子どもの様子から判断するしかないのでよく観察してください。

おなかが痛くなったときのチェックポイントは、いつから痛がっているか、顔色はどうか、おなかが痛い以外に症状はあるか、便は出ているか、赤ちゃんの場合は、ずっと泣いているか、泣いたり泣きやんだりしているか、などです。

顔色が悪く、激しいおなかの痛みが5分から10分間隔で繰り返したり、便に赤い粘膜が混ざっているときは、腸重積の疑いがあるので、急いで医師の診察を受けなければなりません。診断の参考のために、便を持っていきましょう。

吐いたり、下痢を何回も繰り返すようなときは脱水症状を起こしやすいので、やはりすぐに医師の診察を受けましょう。

おなかが痛いのに便が出ないときは、いつ排便があったかを確認しましょう。

便秘でおなかが痛くなるのはよくあることです。

こんなとき、ひらがなの「の」の字を書くようにおなかをマッサージしてあげると便が出やすくなります。食べ物は消化のよいものを与え、水分をたっぷりとらせるようにしましょう。

便秘による痛みでなければ、カイロや暖かいタオルでおなかを温めてください。

しかし、右のおなかの下あたりを強く痛がって、吐いたり、熱が出るようなときは虫垂炎、いわゆる盲腸の疑いがあります。

子どもの虫垂炎は、専門家でも判断がむずかしいので、できるだけ早く病院で診察を受けてください。

下痢をした

子どもの健康状態を知るには、便を観察することが大切です。

下痢をしてしまったときのチェックポイントは、いつからか、どれくらい下痢をしているか、どんな便が出ているか、下痢以外の症状はあるか、水分はとれているか、食事はとれているか、などです。

水のような便で下痢がひどく、吐いて、水分をとれないときは脱水症状を起こしやすくなります。

急いで、医師の診察を受けてください。

下痢のときは脱水症状を起こさないように、水分の補給を心がけましょう。

水分の補給には、白湯や麦茶、乳幼児用のイオン飲料などがいいでしょう。

1度に与えすぎると吐いてしまうことがあるので、少しずつ回数を多く与えるようにしましょう。

おなかが痛かったり吐き気があるときは、柑橘類やヨーグルト類は与えないようにします。

食事は、食欲があれば消化のよいものを与えてください。

無理をして食べさせる必要はなく、そのかわりに、水分を十分与えるようにします。

下痢で何度もおしりを拭くようになると、ただれたりするので、おしりはいつもきれいにしておきます。

赤ちゃんはおむつをこまめに点検して、汚れていたら交換してください。

おしりを拭くときは、温かいタオルなどでやさしく拭くようにしましょう。

大きな洗面器などにぬるめのお湯を入れ、おしりをつけて洗ってあげれば、ただれを防ぐことができます。おしりが乾いてからおむつを当てるようにします。

発疹が出た

赤ちゃんの皮膚はデリケートで、病気によっても発疹が出ることが多いので注意が必要です。

発疹が出たときのチェックポイントは、いつから発疹が出たか、小さいか、大きいか、盛り上がっているか、赤く腫れているか、などです。

発疹の症状のほかに、近所や幼稚園などで流行している病気はないか、食事は何を食べたか、食べ物や薬のアレルギーはあるかなどもチェックします。

発疹以外の症状がなく、皮膚のところにブツブツがあるときは、ほとんどの場合が、湿疹やあせも、かぶれなどです。

普段から皮膚を清潔に保つことが大切で、肌着はこまめに取り替えるようにしてください。

発疹が出てかゆいときは、子どもがかかないよう注意が必要です。

かきこわして細菌が入ってしまうことがあります。

かゆいところにきれいなガーゼを当てて包帯をしてもよいでしょう。

範囲が小さければ、冷たいタオルなどで冷やすのもいいでしょう。かゆみは多少やわらぎます。

からだの広い範囲にかゆみがあるときは、手にミトンのような手袋をさせ、かいたりひっかいたりしないように工夫してください。

咳が止まらない

子どもは、ホコリやたばこの煙などでもすぐに咳が出てしまいます。

咳のチェックポイントは、コンコンというような咳か、ヒューヒュー音がするような呼吸か、顔色が悪く、呼吸が苦しそうか、などです。

注意しなければいけないのが、肩を大きく上下させて呼吸したり、首のつけ根の鎖骨の上がかくぼむような呼吸をしたり、顔や手足の色が悪くて冷たいなどの状態のときです。

呼吸困難を起こしているおそれがあるので、急いで医師の診察を受けてください。

また、赤ちゃんは、たんがからんでも自分ではとることができないので、しっかり観察してあげる必要があります。

呼吸するときにゼーゼーとか、ゼコゼコなどの音がするときは、気管の中にたんがつまっていたり、喘息を起こしていることがありますので、やはり早めに病院へ行ってください。

部屋の中の空気が乾燥するとのどを痛めることがあります。

加湿器を使ったり、洗濯物や濡れたタオルなどを室内に吊るして、空気の乾燥を防いでください。

水分の補給をしたり、うがいをさせてのどの乾燥を防ぐと、咳をやわらげることができます。

呼吸困難を発作的に起こす気管支喘息は、ほとんどが過敏体質によるもので、花粉、ゴミなどの吸入性抗原や、気候の変化などが原因で発病するといわれています。

これらのアレルギー反応を引き起こす原因ともなるダニは、数 100 種類にも及びます。

ダニには十分注意し、ホコリやペットの毛などが部屋に残っていないように、こまめに掃除することが大切です。

また、たばこの煙ものどを刺激して咳の原因となるので、とくに子どものいる部屋では吸わないようにしてください。

ひきつけを起こした

子どもはからだの機能が未熟なので、熱が出たり、消化不良を起こしたり、脱水症状を起こすとひきつけを起こしてしまうことがよくあります。

急に全身をつっぱらせたり、白目をむいたり、手足を震わせて意識を失ったりするひきつけを起こすと、お母さん・お父さんは気が動転してしまいます。

あわてずに落ち着いて対処してください。

ひきつけを起こしたときのチェックポイントは、ひきつけを起こしたのは初めてか、白目をむいていないか、手足の震えはひどいか、震えは左右対称か、熱があるか、頭を打っていないか、ひきつけはおさまったか、どれくらい続いたか、などです。

ひきつけを起こしたときは、安静にしていることが大切です。

ゆすったりしないで、静かに寝かせてください。

着ている洋服がきついようであれば楽にしてあげます。

吐いたときは、吐いたものがのどにつまらないように、顔を横向きにしてください。

小さい子どもは、脳の発達が未熟なので、高い熱が出るとだいたい 24 時間以内にけいれんを起こすことがあります。

初めてのけいれんのときは、1 度かかりつけの医師の診察を受けてください。

熱性けいれんの場合は、2、3 分でおさまるので、ほとんど心配はありません。

けいれんを起こしている間は脳に流れる血液の量が少なくなるので、5 分以上続くときは病院で診察を受ける必要があります。

けいれんが続いた時間を計ったり、目や手足の状態を観察して、それらをメモして医師に伝えれば、診断の参考になります。

また、頭を強く打ったときにひきつけを起こしたり、意識がなかったり、吐いたりしたときは、急いで脳外科のある病院へ連れていってください。

子どものひきつけは、動転しないで落ち着いて対処することが何よりも大切です。

熱中症になった

ふつう人の体温は一定の温度が保てるようになっていますが、乳幼児は体温を調節する機能が十分に発達していないので、すぐに体温が上がってしまいます。

強い日差しや高い温度の環境で、体温が急に上がり脱水状態になることを熱中症といいます。

熱中症になると、突然昏睡状態になったり、ひどいときには死にいたることもあります。

熱中症のチェックポイントは、意識があるか、高い熱が続いているか、水分を補給できない状態か、などです。

暑い場所にいて、子どもがぐったりしていたら、すぐに涼しい場所に移します。

着ている洋服をゆるめて楽にしてから頭を低くして寝かせます。

水分を飲めるようなら十分補給してあげてください。

塩分も補給してあげましょう。

水分を受けつけなかったり、涼しい場所に移しても、熱が下がらないでぐったりしていたり、熱がさらに上がったときは重症です。

冷たいタオルで頭や身体を冷やし、急いで救急車を呼びましょう。

意識がないときは、さらに危険な状態です。

呼吸や脈拍などがなければ、救急車の到着まで繰り返し心臓マッサージ（胸骨圧迫）と人工呼吸を続けます。

気道の確保、心臓マッサージ（胸骨圧迫）や人工呼吸の方法は、項目「心肺蘇生法」を参考にしてください。

たとえ短い時間でも、子どもは強い日差しや暑さで熱中症になりやすいので気をつけましょう。

とくに夏、海や山に行くときは、十分注意しましょう。

また、ほんの一瞬でも乳幼児を自動車の中に放置してはいけません。