

## 9 子供の応急手当ての方法を知っていますか。

子供が事故に遭ったとき必要なのは冷静な判断と適切なすばやい応急手当てです。的確な応急手当てがなされたことで一命を取りとめたり、軽症で済んだりします。いざというとき慌ててパニックになってしまわないよう基礎的な知識と簡単な応急手当てを覚えておきましょう。



子供の応急手当ての本を読み理解しておく。

## 10 かかりつけの病院や緊急時の連絡先が分かるようにしてありますか。

事故が起こってしまったとき慌てないためにも、かかりつけの医師や病院、緊急時の連絡先などはいつでも分かるようにメモをしておきましょう。



緊急時の連絡先はすぐに分かるようにしておく。  
母子健康手帳・保険証・診察券などはひとまとめにしていつでも持ち出せるようにしておく。

### 乳幼児突然死症候群(SIDS)について

SIDSは、何の予兆や既往歴もないまま乳幼児が死に至る原因のわからない病気で、窒息などの事故とは異なります。SIDSの予防方法は確立していませんが、以下の3つのポイントを守ることにより、SIDSの発症率が低くなるというデータがあります。

1. 1歳になるまでは、寝かせる時はあおむけに寝かせましょう。

2. できるだけ母乳で育てましょう。

3. たばこをやめましょう。

### 子供の健康相談室(小児救急相談)

子供の健康・救急に関する相談に看護師や保健師等が応じています。また、必要に応じて小児科医師が対応します。

☎ 03(5285)8898

または #8000 (携帯電話、プッシュ回線の固定電話。  
ただし、ひかり電話、IP電話からは、つながりません。)

相談日時 ○月曜日から金曜日(休日・年末年始を除く)  
午後6時から翌朝8時まで  
○土・日・休日・年末年始  
午前8時から翌朝8時まで

### 東京消防庁救急相談センター #7119

急な病気やケガをした場合に、「救急車を呼んだほうがいいのか?」「今すぐ病院に行ったほうがいいのか?」等迷った際の相談窓口です。相談医療チーム(医師、看護師、救急隊経験者等の職員)が対応しています。

☎ #7119 (携帯電話、PHS、プッシュ回線)

(ダイヤル回線からは) 2 3 区: 03-3212-2323  
多摩地区: 042-521-2323

相談日時 24時間年中無休

### TOKYO子育て情報サービス

妊娠・子育て及び事故防止等に関する情報を24時間、電話(音声自動応答)とインターネットにより提供しています。

☎ 03(3568)3711



TOKYO 子育て情報サービス

検索

または 東京都福祉保健局ホームページトップ>子供家庭  
>子育て支援>TOKYO子育て情報サービス

### SIDS(乳幼児突然死症候群)電話相談

SIDSをはじめ、その他の病気・流産・死産・事故などで赤ちゃんを亡くされたご家族の精神的な支援のために、専門職(保健師又は助産師)やピフレンダー(同じ体験をしたご家族)による電話相談を行っています。

☎ 03(5320)4388

相談日時 金曜日(休日・年末年始を除く)  
午前10時から午後4時まで

著作・編集: 元国立保健医療科学院生涯保健部 田中哲郎  
東京都福祉保健局少子社会対策部家庭支援課  
発行: 東京都市長会・東京都町村会  
出版承認番号: 30福保総企画第460号



古紙/バルブ配合率70%再生紙を使用しています

平成31年4月

# 子供に安全をプレゼント

## 母親・両親学級用



## 事故防止のポイント

## ！子供のまわりには危険がいっぱい 周囲のちょっとした気配りで事故の大部分は防げます。

### 1 赤ちゃんに多い 事故を知っていますか。

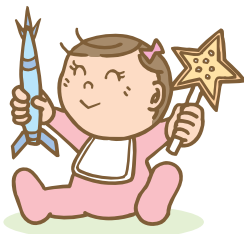
赤ちゃんは寝返りができるようになるとベビーベッドや高い所からの転落、物がつかめようになるとタバコや小物の誤飲、ハイハイやつかまり立ちをするようになると転落や熱いものを触ってのやけど、外遊びをするようになると交通事故が起こりやすくなります。大人が子供の発達や行動パターンをよく理解し、的確に対応すればほとんどの事故は防止可能です。



事故に結びつく子供の発達や行動パターンを知っておく。

### 2 ベビー用品やおもちゃを購入するとき、 デザインよりも安全性を重視していますか。

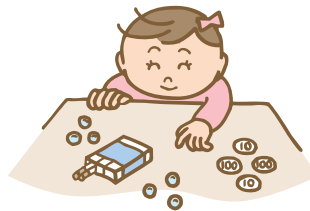
赤ちゃんが使うものがすべて安全の規格や基準に合っているとは限りません。PSマーク・SGマーク・STマークなど安全マークがついているものでも、使い方や使用月齢が違っていたり、赤ちゃんの体に合っていないと事故は起こります。取扱説明書をよく読み、構造や品質に問題はないかを確認して使用しましょう。



取扱説明書や使用上の注意をよく読み、きちんと守って使用する。ベビーベッド、子供用のいす、ベビーサークル衣類などはデザインだけでなく、安全性にも目を配る。

### 3 部屋の中を 整理整頓していますか。

赤ちゃんは手を口に持っていき、なんでも口のなかに入れようとするので、タバコ、ボタン電池、クリップ、硬貨、ピアスなどの小物を床やテーブルに置いたままにすると危険です。赤ちゃんの口の大きさは最大32mmなので、これより小さなものは飲み込んでしまいます。



部屋の中の小物を整理整頓しておく。タバコや灰皿は赤ちゃんの手の届かないところに置く。自宅だけではなく、実家やよその家に外出したときも注意する。

### 4 角の鋭いテーブルや 家具がありませんか。

赤ちゃんは抱っこされたとき、頭を急に後ろにそらし、テーブルにぶつkersることがあります。また、赤ちゃんを抱いていると、足元が見にくいので、めくれているカーペットやちょっとした段差にもつまずきやすくなります。赤ちゃんを抱きながらつまずくと、その勢いで赤ちゃんを角のところがっているテーブルや家具にぶつけてしまうこともあり、危険です。



角のすどい家具やテーブルはクッション等でカバーする。赤ちゃんを抱いたりおぶったりするときは、まわりにぶつけると危険なところがないか、安全を確認してから行動する。

### 5 赤ちゃんの敷布団は、柔らかいものよりも 硬めのものを準備していますか。

敷布団は柔らかすぎると赤ちゃんの顔が埋まってしまい、鼻や口がふさがれてしまいます。また、ベッドの中や寝ている赤ちゃんの側にぬいぐるみやタオルなどが置いてあると、動いた時に鼻と口をふさいでしまうこともあります。



敷布団は硬めのものを使用し、あおむけに寝かせる。

### 6 ベビーベッドのさくとマットレスの間に すき間がありませんか。

ベビーベッドのさくとマットレスや敷布団の間に、赤ちゃんの頭が入るようなすき間があると、顔が挟まって動けなくなり、窒息する危険があります。すき間ができてしまう場合には使用をやめるか、バスタオルなどを挟みすき間をなくして使用します。



ベビーベッドはベッドのさくとマットレスや敷布団の間にすき間がないようにして使用する。

### 7 チャイルドシートを 準備していますか。

生まれたばかりの赤ちゃんを抱きかかえて自動車に乗るのは危険です。しっかり抱いていても車が衝突したり、急に止まると、乳幼児は腕から飛び出し衝撃をまともに受けてしまいます。たとえゆっくり走っていても衝撃のエネルギーは予想以上に大きく、大人の手の力では支えきれません。



車に乗せるときは年齢に合ったチャイルドシートを後部座席に正しく取り付けて使用する。

### 8 赤ちゃんを家に一人で置いて外出したり、 車の中に一人で乗せて置くことは良いと思いますか。

赤ちゃんが寝ている少しの間に、赤ちゃんだけを家に置いて買い物などに出掛ける人を見られます。出掛けるときには寝ていても途中で起きてしまったり、寝返りやハイハイができるようになると、家の中を動き回ってしまうので、いろいろな危険が待ち受けています。また、夏に赤ちゃんを自動車の中に置いたままにしていると、車内温度は日中短時間でも驚くほど上昇し、40度から50度にもなります。そして、脱水症状を起こし、時には死亡事故につながる可能性があります。また、火災や地震など災害の際にも一人では脱出できません。赤ちゃんは自分自身で身の安全を守ることができないので、大人が常に心掛ける必要があります。



赤ちゃんを家に一人残して外出しない。車から降りるときは必ず赤ちゃんも一緒に降ろす。