



子どもに多い事故の予防

目次

・ 乳児突然死症候群	p 1
・ 窒息・誤飲事故	p 2
・ 水回りの事故	p 7
・ やけど事故	p 10
・ 転落・転倒事故	p 13
・ 自動車・自転車関連の事故	p 18
・ 挟む・切る・その他の事故	p 22
・ もしもの時の「応急手当方法」	p 27
・ 誤飲対処早見表	P 32



乳児突然死症候群の予防 (SIDS : Sudden Infant Death Syndrome)

- 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:Sudden Infant Death Syndrome)
- 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で、SIDS の発症率が低くなるというデータがあります。



ポイント1

SIDS は、うつぶせ、あおむけのどちらでも発症しますが、寝かせる時にうつぶせに寝かせたときの方が SIDS の発生率が高いということが研究者の調査からわかっています。医学上の理由でうつぶせ寝を勧められている場合以外は、赤ちゃんの顔が見えるあおむけに寝かせましょう。



ポイント2

母乳育児が赤ちゃんにとっていろいろな点で良いことはよく知られています。母乳で育てられている赤ちゃんの方が SIDS の発生率が低いということが研究者の調査からわかっています。できるだけ母乳育児にトライしましょう。



ポイント3

たばこは SIDS 発生の大きな危険因子です。妊娠中の喫煙はおなかの赤ちゃんの体重が増えにくくなりますし、呼吸中枢にも明らかによくない影響を及ぼします。妊婦自身の喫煙はもちろんのこと、妊婦や赤ちゃんのそばでの喫煙はやめましょう。これは、身近な人の理解も大切ですので、日頃から喫煙者に協力を求めましょう。

窒息・誤飲事故

就寝時の窒息事故

(0歳～1歳くらい)

できるだけベビーベッドを利用することで、多くの事故を避けることができる可能性があります。

うつぶせで寝て、顔が柔らかい寝具に埋もれる



<注意ポイント>

1. 大人用ベッドではなく、できるだけベビーベッドに寝かせ、敷布団やマットレス等の寝具は硬めのものを使用しましょう。
2. 1歳になるまでは、寝かせる時は、あお向けに寝かせましょう。(SIDS 乳児突然死症候群の予防にもつながります)

掛布団、ベッド上の衣類、ぬいぐるみ、スタイ(よだれかけ)で窒息



<注意ポイント>

1. 掛布団は、子どもが払いのけられる軽いものを使用し、顔にかぶらないようにしましょう。
2. 寝ている子どもの顔の近くに、口や鼻を覆ったり、首に巻き付いたりする物は置かないようにしましょう。

ベッドと壁の隙間などに挟まれる



<注意ポイント>

1. 寝ている間に動き回り、大人用ベッドと壁や後付け柵の隙間などに頭や顔が挟まるなどしないよう、できるだけベビーベッドに寝かせましょう。
2. 大人用ベッドに取り付ける幼児用ベッドガードは、生後 18 か月未満の乳幼児には絶対に使用しないでください。

家族の身体の一部で圧迫される



<注意ポイント>

寝かしつけの時に、添い寝をして意図せず寝込んでしまう、また同じ寝具で就寝している際に大人の身体の一部で圧迫してしまわないように、できるだけベビーベッドに寝かせましょう。

ミルクの吐き戻しによる窒息

<注意ポイント>

授乳した後は、げっぷをさせてから寝かせるようにしましょう。

ブラインドやカーテンのひもなどによる窒息

(0歳～6歳くらい)



<注意ポイント>

1. ひもが首に絡まらないよう、子どもの手が届かない所にまとめましょう。
2. ソファなど、踏み台になる物をひもの近くに設置しないようにしましょう。
3. ひも部分がないなどの安全性の高い商品を選びましょう。

包装フィルム、シールなどの誤飲

(0歳～3歳くらい)



<注意ポイント>

1. 菓子やペットボトルの包装フィルムを口に入れたり、かじったりしていると破片を誤飲・誤えんして、窒息することがあります。また、年上の子どもの遊んでいるシール、パッケージについているシール等も同様です。
2. 包装フィルムやシールがついている物、容器などで遊ばせないようにしましょう。

医薬品、洗剤、化粧品などの誤飲

(0歳～3歳くらい)



<注意ポイント>

1. 医薬品や洗剤などの誤飲は、重大な症状を引き起こすおそれがあります。
2. 医薬品、食品と見た目が似ている洗剤や化粧品、入浴剤などは、子どもの目に触れない場所や、手の届かない場所に保管しましょう。

たばこ、お酒などの誤飲

(0歳～3歳くらい)



<注意ポイント>

1. たばこやお酒の誤飲は、ひどい中毒症状が出ることがあります。
2. たばこやお酒は、子どもの目に触れない場所や、手の届かない場所に保管しましょう。

ボタン電池、吸水ボール、磁石などの誤飲

(0歳～5歳くらい)



<注意ポイント>

1. ボタン電池の誤飲は、食道に詰まったり胃の中にとどまったりすると重症事故につながります。ボタン電池を利用している器具は、電池が取り出せないようカバーを固定しましょう。
2. 樹脂製の吸水ボールの誤飲により、腸閉塞などを起こすことがあります。
3. 複数の磁石の誤飲は、磁石が腸壁を挟んでくっつき消化管穿孔(消化管に穴があくこと)や腸閉塞などを起こすおそれがあります。これらの物は子どもの手の届かない、見えないところに保管しましょう。

食事中に食べ物で窒息

(0歳～6歳くらい)

<注意ポイント>

1. パン、カステラ、こんにゃく、キノコ類、海藻類、ゆで卵、肉などは、1cm 大程度まで小さくして与えましょう。
2. 球形の食品(プチトマト、ブドウなどの果物、飴、チーズ、うずらの卵など)は、吸い込みにより窒息の原因となります。4等分にして、ブドウなどの皮は除去してから与えましょう。
3. いか、エビ、貝など噛みきりにくい食材は0、1歳児には与えないようにしましょう。気管・気管支に入りやすい豆・ナッツ類は、5歳以下の子どもには食べさせないようにしましょう。
4. 食品を口に入れたまま遊んだり、話したり、寝転んだりさせないようにしましょう。また、泣いている子どもをあやそうとして、食品を食べさせるのはやめましょう。



おもちゃなど小さな物で窒息

(0歳～6歳くらい)



<注意ポイント>

- ・年上の子どものおもちゃには、小さな部品が含まれていることがあります。対象年齢になるまでは、子どもの手の届かない所に保管し、遊ばせないようにしましょう。
- ・おもちゃの購入時や利用時は、商品の対象年齢を必ず守りましょう。

水まわりの事故

入浴時に溺れる

(0歳～5歳くらい)



<注意ポイント>

1. 大人が洗髪する際には、子どもを浴槽から出しましょう。
2. 浮き輪の使用中でも溺れる事故が発生しています。保護者が目を離す状況で使用するのはやめましょう。
3. お風呂から上がる際には、子どもを先に浴槽・浴室から出しましょう。

浴槽へ転落し溺れる

(0歳～2歳くらい)



<注意ポイント>

1. 子どもが浴室に入ってしまう、浴槽をのぞき込み転落し、溺れることがあります。
2. 入浴後は、浴槽の水を抜き、浴室には外鍵を付けて子どもが入れないようにしましょう。

洗濯機、バケツや洗面器などによる事故

0歳～5歳くらい



<注意ポイント>

1. 使用後の洗濯機、バケツ、洗面器に水を溜めたままにしないようにしましょう。
2. 洗濯機にはチャイルドロックをかけて蓋を開けられないようにしましょう。

ビニールプールやプールでの事故

1 歳以上



<注意ポイント>

1. 水深の浅い場所でも、子どもが溺れてしまうことがあります。
2. プールで遊ぶ時は、必ず大人が付き添い、子どもから目を離さないようにしましょう。

海や川での事故

2 歳以上



<注意ポイント>

1. 子どもだけで海や川などで遊ぶことがないように注意しましょう。
2. 遊ぶ時はライフジャケットを着用させ、必ず大人が付き添うようにしましょう。

ため池、用水路、排水溝、浄化槽での事故

2歳以上



<注意ポイント>

1. ため池、用水路、排水溝、浄化槽など、転落や溺れの可能性がある危険な場所に気付いたら、管理者へ柵の設置等を要請しましょう。
2. 危険な場所で遊ばないように日頃から話しておきましょう。

やけど事故

お茶、みそ汁、カップ麺などでのやけど

(0歳～2歳くらい)



<注意ポイント>

1. 子どもの手が届かないように、高温の飲み物や汁物をテーブルに置くときは中央に置き、また子どもを抱っこしたまま扱わないようにしましょう。
2. テーブルクロスやランチョンマットは、子どもが引っ張って、その上の載った容器を倒す原因になりやすいので使わないようにしましょう。

電気ケトル、ポット、炊飯器でのやけど

(0歳～2歳くらい)

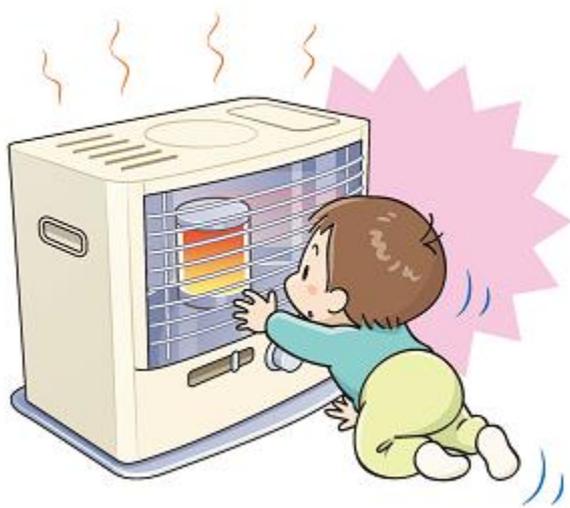


<注意ポイント>

1. 電気ケトルなどにつかまり立ちをしたり、コードを引っ張ったりして倒してしまい、熱湯を浴びてやけどをすることがあります。
2. 電気ケトルやポットは倒れても中身がこぼれない製品を選びましょう。コードも含め子どもの手の届かない場所に設置しましょう。
3. 炊飯器から出る蒸気に触れてやけどをすることがあるので、キッチンのレイアウトを見直し、子どもの手の届かない位置に設置しましょう。

暖房器具や加湿器でのやけど

(0歳～2歳くらい)



<注意ポイント>

1. 床に置くタイプの暖房器具は、子どもの手が届かないよう安全柵などで囲みましょう。
2. 湯たんぽや電気カーペットなどは、長時間皮膚が同じ場所に触れて低温やけどをすることがあるので、長時間使用しないようにしましょう。
3. 加湿器から出る蒸気に触れたり、加湿器を倒して熱湯を浴びたりしてやけどをすることがあります。加湿器は転倒しても熱湯がこぼれない製品を選び、使用時は、ベビーゲートを活用しましょう。

調理器具やアイロンでのやけど

(0歳～2歳くらい)



<注意ポイント>

1. フライパンやなべなどの調理器具は、調理中だけでなく調理後も高温のことがあるので、子どもに触れさせないようにし、取っ手は奥に向けましょう。キッチンにゲートを設置して子どもがキッチンに入れないようにしましょう。
2. アイロンやヘアアイロンを使用する際は子どもを近づけないようにし、使用後はコードを含めて、子どもの手の届かないところに置き、なるべく早く片付けましょう。

ライターや花火でのやけど

(2歳～6歳くらい)



<注意ポイント>

1. 花火をする際は、燃えやすいものがなく、広くて安全な場所で行い、子どもだけで遊ばせないようにしましょう。説明書をよく読み、注意事項を必ず守りましょう。
2. 使い捨てライターによる火災事故防止のため、子どもが操作できないような幼児対策(チャイルドレジスタンス)機能が施された、PSCマーク付きのライターを使用し、子どもの手の届かないところに保管しましょう。

転落・転倒事故

大人用ベッドやソファからの転落

(0歳～1歳くらい)



<注意ポイント>

1. 子どもは寝ている間も寝返りをしたり、動きまわったりして、ベッドから転落し、頭部などにけがをすることがあります。軟らかすぎるクッションなどは窒息のおそれがあるため、転落防止のためであっても周りに置かないようにしましょう。
2. 寝かしつけの時に、添い寝をすることは多いと思いますが、2歳になるまでは、できるだけ大人用ベッドは使わないようにしましょう。またソファで寝かせないようにしましょう。

ベビーベッドやおむつ替えの時の台からの転落

(0歳～1歳くらい)



<注意ポイント>

1. ベビーベッドを使用する時は、常に柵を上げて使用しましょう。
2. ベビーベッドやソファ、施設にあるおむつ交換台などの高さのある場所でおむつ替えをする時は、事前に準備し、片付けやゴミ捨ては子どもを降ろした後にしましょう。備え付けのベルトを使用しても確実な転落防止にはなりません。

椅子やテーブルからの転落

(0歳～1歳くらい)



<注意ポイント>

1. 椅子や子ども用ハイチェアの上で立ち上がったり、座ってテーブルを蹴ったりさせないようにしましょう。
2. ハイチェアの安全ベルトは、必ず締めましょう。
3. 椅子で遊ばせないようにしましょう。

階段から転落、段差での転倒

(0歳～1歳くらい)

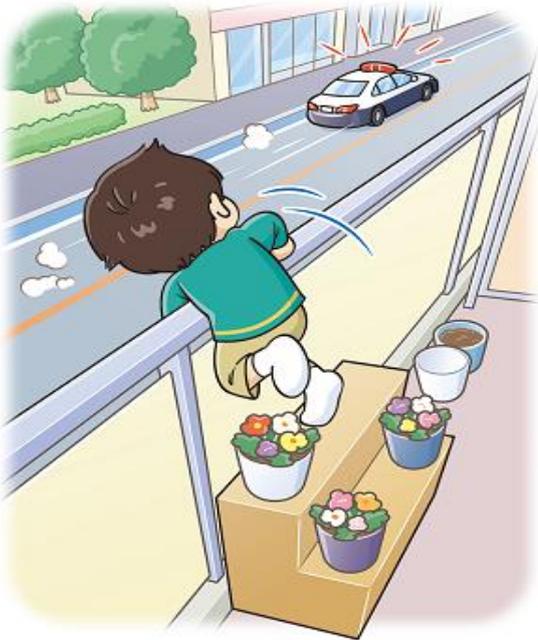


<注意ポイント>

1. ハイハイをする頃から、階段からの転落が起きるので、転落防止の柵を付けて、閉め忘れのないようにし、子どもが開けられないようにロックを掛けましょう。
2. 玄関の段差での転倒や、そのほかにつまづきやすい段差がないか注意しましょう。

ベランダなどからの転落

(1歳以上)



<注意ポイント>

1. ベランダを子どもの遊び場にしないようにし、子どもだけでベランダに出ないように注意しましょう。
2. ベランダから身を乗り出すと転落する危険があることを教えましょう。
3. ベランダに植木鉢、椅子などの踏み台になるものを置かないようにしましょう。エアコンの室外機は手すりから60cm以上離して設置するか、上からつるしましょう。
4. 子どもだけを家に残して外出することは避けましょう。

窓や出窓からの転落

(1歳以上)



<注意ポイント>

1. 窓に補助錠やストッパーをつけて、大きく開かないようにしましょう。
2. 窓の近くにベッドやソファなど踏み台になるものは置かないようにしましょう。
3. 網戸に寄りかかると破れて転落するおそれがあるので、窓を開ける幅を制限できない場合は、網戸に寄りかかれないよう柵を設置しましょう。

抱っこひも使用時の転落

(0歳～1歳くらい)



<注意ポイント>

1. 抱っこひもの使用時に、物を拾うなどで、前にかがむ際は、必ず子どもを手で支えましょう。
2. おんぶや抱っこをする時や、降ろす時は、低い姿勢で行いましょう。
3. バックル類の留め具や、ベルトのゆるみ、子どもの位置など、取扱説明書を読んで、正しく使用しましょう。

ベビーカーからの転落

(0歳～2歳くらい)



<注意ポイント>

1. ベルトは必ず、正しくしっかりと締めましょう。
2. 段差に引っかかったり、重い荷物をぶら下げていることでバランスを崩したりして転倒することがあるので、注意しましょう。
3. ベビーカーで電車やバスに乗る時は、周囲の状況に注意し安全を確認しましょう。

ショッピングカートからの転落

(1歳～2歳くらい)



<注意ポイント>

1. ショッピングカートの上に子どもを立たせたり、ショッピングカートで遊ばせたりしないようにしましょう。
2. ショッピングカートの幼児用座席以外に子どもを乗せないようにしましょう。
3. 注意表示等をよく確認して、安全に使用しましょう。

遊具(すべり台、ジャングルジム、ブランコなど)からの転落

(2歳以上)



<注意ポイント>

1. 施設や遊具の対象年齢を守って、遊ばせましょう。
2. 6歳以下の子どもは、大人が付き添い、目を離さないように注意しましょう。
3. ひもやフードのない服装で遊ばせましょう。
4. かばんは置いて、水筒やマフラーなど引っかかる物は身に付けずに遊ばせましょう。
5. 遊具ごとの使い方を守らせ、ふざけてほかの子どもを突き飛ばさせないように教えましょう。

ペダルなし二輪遊具、キックスケーター等で転倒

(2歳以上)



<注意ポイント>

1. 子どもが足で蹴って進むペダルなし二輪遊具や、キックスケーターは、道路交通法上、交通量の多い道路では使用できません。
2. 必ずヘルメットや膝・肘にプロテクターを着用させ、いつでも止まれる速度で使用するなど、正しい乗り方を教えましょう。
3. 坂道や転落の可能性がある場所、濡れて滑りやすい場所などでの走行も大変危険ですので絶対にやめましょう。

自動車・自転車関連の事故

チャイルドシート未使用による事故

(0歳～6歳くらい)



<注意ポイント>

1. 抱っこ乗車は危険です。子どもを抱っこしたままシートベルトを締めることも危険です。
2. 短時間の乗車であっても、チャイルドシート(※ジュニアシートを含みます)を使用しましょう。
3. 6歳になるまでは、必ずチャイルドシートを使用しましょう。6歳になっても、シートベルトを適切に着用できない場合はチャイルドシートを使用しましょう。
4. チャイルドシートは取扱説明書をよく読んで、座席にしっかり取り付け、正しく使用しましょう。

車のドアやパワーウィンドウに挟まれる事故

(0歳～3歳くらい)



<注意ポイント>

1. 車のドアやパワーウィンドウを閉める時は、子どものそばで顔や手が出ていないか安全を確認してから閉めましょう。
2. 子どもが自分で開閉操作ができないように、ロック機能を活用しましょう。

車内での熱中症

(0歳～6歳くらい)



<注意ポイント>

1. 子どもだけを車内に残しておくことは大変危険です。予想外に車内温度が上昇することがあります。その結果、熱中症に陥り、死に至ることもあります。
2. 短時間でも子どもは熱中症に陥ることがあります。大人の感覚とは異なるので注意が必要です。

道路上などでの事故

(1歳以上)



<注意ポイント>

1. 子どもと歩く時は、手をつなぎ、白線の内側を歩きましょう。また、歩道を歩くときは、大人が車道側を歩くようにしましょう。
2. 道路に飛び出しをしないことなど、交通事故の危険や交通ルールについて教えましょう。
3. 道路越しに子どもに声を掛けると、飛び出しの危険があるので、声を掛けないようにしましょう。
4. 駐車場はとても危険な場所です。車の乗り降りの際は特に注意を払ってください。死角も多く、飛び出す危険性もありますので、手をつないでください。



子ども乗せ自転車での転倒

(0歳～6歳くらい)



<注意ポイント>

1. 都道府県公安委員会規則により、子どもを乗せることは、6歳未満又は未就学児で、幼児用座席を設置した場合に認められています。(※都道府県により異なります)
2. 座席に乗せる前にヘルメットを着用させ、乗せた後は必ずシートベルトを確実に締めましょう。
3. 子どもを乗せたまま自転車を離れないようにしましょう。
4. 子どもを2人乗せる時は、転倒防止のため、「乗せる時は、後部座席から前部座席」、「降ろす時は、前部座席から後部座席」の順番を守りましょう。
5. 抱っこひもで子どもを前抱っこしながら運転することは道路交通法違反です。おんぶをしていても走行中の死亡事故が発生しているので、できるだけ避けるようにしましょう。
6. 自転車や幼児用座席に不具合がないか、定期的にチェックしましょう。

自転車に乗せた子どもの足が後輪に巻き込まれる、スポーク外傷

(0歳～5歳くらい)



<注意ポイント>

1. 都道府県公安委員会規則により子どもを乗せることは、6歳未満又は未就学児で、幼児用座席を設置した場合に認められています。(※都道府県により異なります)
2. 幼児用座席を使用し、シートベルトやヘルメットを着用させましょう。
3. 幼児用座席がリコールされていないか確認しましょう。後輪へのスカート等の巻き込みを防止するドレスガードを設置すると足の巻き込み防止に有効です。

挟む・切る・その他の事故

カミソリ、カッター、はさみなどの刃物やおもちゃでのけが

(0歳～2歳くらい)



<注意ポイント>

1. 洗面台や風呂場にあるカミソリは使用したら、すぐに子どもの手の届かない所に保管しましょう。
2. 大人や年上の子どもが文房具として使用するカッターやハサミも同様にして保管しましょう。

小さな物を鼻や耳に入れる

(0歳～3歳くらい)



<注意ポイント>

1. ビーズやプラスチックの玉、小さなおもちゃ部品やお菓子などを鼻や耳の穴に入れて遊ぶことがあります。
2. 子どもの手の届くところに小さな物を置かないようにしましょう。

テーブルなどの家具で打撲

(0歳～3歳くらい)



<注意ポイント>

1. 転倒してテーブルなどの家具の角に顔や頭をぶつけて、けがをすることがあります。
2. 角の丸い家具を選ぶ、クッションテープを取り付けるなどして、ぶつかってもけがをしないように工夫をしましょう。

ドアや窓で手や指を挟む

(1歳～3歳くらい)



<注意ポイント>

1. ドアや窓の開閉時には、子どもが近くにいないか確認しましょう。
2. ドアのちょうつがい部分に隙間防止カバーを付けるなどしましょう。
3. ドアや窓は、風で急に閉まることがあるので気を付けましょう。

キッチン付近で包丁、ナイフでけが

(1歳～6歳くらい)



<注意ポイント>

1. まな板に置いた包丁など、刃物を使用したらすぐに収納場所に片付けましょう。
2. 収納場所の扉や引き出しにはチャイルドロックを付けるなどの工夫をしましょう。
3. キッチンには危険なものがたくさんあるので、ベビーゲートなどで子どもを入れないようにしましょう。

タンスなどの家具を倒して下敷きになる

(1歳～6歳くらい)



<注意ポイント>

1. タンスなどの家具にぶら下がったり、引き出しを開けてよじ登ったりして家具が倒れ、下敷きになることがあります。
2. タンスなどの家具は固定し、引き出しや開き扉にはストッパーを付け、家具で遊ばせないようにしましょう。

ドラム式洗濯機での事故

(2歳～6歳くらい)

ドラム式洗濯機に子どもが入り、窒息する事故が起きています。



<注意ポイント>

1. ドラム式洗濯機は、未使用時でも、蓋は必ず閉めて、チャイルドロック機能を利用しましょう。
2. チャイルドロック機能がない洗濯機では、蓋にゴムバンドを掛けるなどの工夫をしましょう。

歯磨き中に歯ブラシでの喉突きなどの事故

(1歳～6歳くらい)



<注意ポイント>

1. 歯磨き中は、保護者がそばで見守り、歯ブラシを口にくわえたり、手に持ったまま歩き回ったりさせず、床に座らせて歯磨きをさせましょう。
2. 子ども用歯ブラシは、喉突き防止カバーなどの安全対策を施したものを選びましょう。
3. 歯磨き中に転倒すると、喉の奥に突き刺さり、脳まで達することもあり、大変危険です。
4. 箸やフォークなど、喉突きの危険性がある日用品も、口に入れたまま歩いたり、走ったりさせないようにしましょう。

エスカレーター、エレベーターでの事故

(0歳～6歳くらい)



<注意ポイント>

1. 転倒・転落し、子どもと周囲の人も傷つける可能性があるため、ベビーカーでのエスカレーターの利用はやめましょう。
2. エスカレーターを子どもが利用する際は、必ず大人が手をつなぎ、靴やサンダル、衣類の裾などが挟み込まれないよう、黄色い線の内側に立ちましょう。危険ですので、エスカレーターに子どもだけで近づかせないようにしましょう。
3. エレベーターでは、戸袋に手を引き込まれたり、ドアに挟まれたりしないよう注意しましょう。

機械式立体駐車場での挟まれ事故

(1歳～6歳くらい)

利用者が駐車装置を操作する機械式立体駐車場で、機械に子どもが挟まれる事故が起きています。

<注意ポイント>

1. 駐車装置を操作中は装置から離れず、子どもが近づかないよう注意しましょう。
2. 子どもには「駐車場では遊ばない」、「装置に触らない」、「機械の中に入らない」などの注意を徹底しましょう。

もしもの時の「応急手当方法」

救命講習は、お近くの消防署などで受講できます。

心肺蘇生法

病気やけがにより突然心臓が止まったり、溺れたりした場合、一刻も早い手当てが必要です。人間の脳細胞は数分間血液が流れず酸素が届かなくなると、二度と機能が回復しないからです。119番通報をしてから救急車が来るまでには最低でも数分かかるので、その間の応急措置が命を救います。まずは人を呼び、周りに人がいない場合は119番しましょう。119番したら電話をハンズフリー設定にして、救急隊の指示に従って以下の処置を行います。胸骨圧迫と人工呼吸の回数は30:2とし、この組み合わせを救急隊員と交代するまで繰り返します。



<胸骨圧迫(心臓マッサージ)>

意識がなく呼吸が停止している場合は、直ちに胸骨圧迫による心肺蘇生を開始します。幼児でも乳児でも、胸の厚さが3分の1くらい沈む強さで、1分間に100~120回のスピードで圧迫します。

- 幼児の場合:胸骨の下半分を、手のひらの根元で押します。
- 乳児の場合:左右の乳頭を結んだ線の中央で少し足側を、指2本で押します。

<人工呼吸>

あお向けにして、頭を後ろに反らし、同時に顎の先を上を持ち上げ、気道を確保します。

- 幼児の場合:鼻をつまみ、口と口をくっつけて息を吹き込みます。
- 乳児の場合:口と鼻を一緒に覆い、胸が軽く上がる程度まで息を吹き込みます。

AED(自動体外式除細動器)

AEDは、心臓に電氣的な刺激を与えて正常のリズムを取り戻す機械です。近くにAEDがあれば取り寄せを依頼し、届いたら電源を入れて、音声に従いつつ表示されているように電極パッドを貼り、その音声に従って操作します。効果がない場合は胸骨圧迫30回、人工呼吸2回を繰り返し、以後2分おきにAEDを操作します。

やけどをしてしまった時



やけどをしてしまったら、すぐに10分以上冷やしましょう。刺激を避けるため、容器に溜めた水で冷やすか水道水・シャワーを直接当てないようにしましょう。服の上から熱湯などがかった場合は、脱がさずに服の上から冷やしてください。

- 全身の広い範囲・顔面などのやけどの場合: すぐに救急車を呼びましょう。
- やけどの範囲が片足、片腕以上の広範囲にわたる場合: 救急車を呼ぶか、至急病院を受診しましょう。
- やけどの範囲が手のひら以上の場合や水膨れの場合: 潰さないようにして、病院を受診しましょう。

なお、市販の冷却シートは、やけどの手当てには使えません。電気カーペットなどによる低温やけどは、見た目より重症の場合がありますので、症状が悪化したり、子どもが痛がるが続いたりなどした場合には病院を受診しましょう。

異物を飲み込み喉に詰まってしまった時

119 番通報を誰かに頼み、直ちに以下の方法で詰まった物の除去を試みます。

1 歳以上の幼児には、まず「背部叩打法」を行い、異物が除去できなかった場合は「腹部突き上げ法」を行います。

1 歳未満の乳児には、「背部叩打法」と「胸部突き上げ法」を数回ずつ交互に行いましょう。

意識がない場合は、心肺蘇生を行います。



<背部叩打法(はいぶこうだほう)>

幼児は子どもの後ろから片手を脇の下に入れて、胸と下あご部分を支えて突き出し、あごをそらせます。片手の付け根で両側の肩甲骨の間を強く迅速に叩きます。



乳児は片腕にうつぶせに乗せ顔を支えて、頭を低くして、背中の真ん中を平手で何度も連続して叩きます。



<胸部突き上げ法(きょうぶつきあげほう)>

片手で体を支え、手の平で後頭部をしっかりと支えます。心肺蘇生法の胸部圧迫と同じやり方で圧迫しましょう。



<腹部突き上げ法(ふくぶつきあげほう)>

幼児は、後ろから両腕を回し、みぞおちの下で片方の手を握り拳にして、腹部を上方へ圧迫します。

打撲をしてしまった時

- 頭の打撲の場合:
- 傷口から出血している時は、傷口を閉じるようにガーゼで圧迫し、安静にして様子を見ましょう。
- 意識がない、出血がひどい、繰り返し嘔吐があるときには、救急車を呼ぶか、至急病院を受診しましょう。
- 顔色が悪く元気がないときは、小児科や脳外科を受診しましょう。意識があっても元気なときでも、1日~2日は安静にして様子を見ます。
- こぶができた程度なら、安静にして冷たいタオル等で冷やします。
- 身体の打撲の場合:
- 腕や足などを打った時は、冷たいタオルなどで冷やします。
- おなかを強く打った時は、衣類を緩めて、安静にして、病院を受診しましょう。
- 腕や足の骨折や脱臼の可能性がある場合
- 添え木などで固定し、その部分を動かさないようにして、病院を受診しましょう。

出血した時

傷の処置で大事なものは止血です。まずは水で傷を洗います。これは感染防止にもなります。傷口の深さと大きさを確認してガーゼを当てて止血します。それでも血が止まらず、出血がひどい時は、止血しながら病院を受診しましょう。

熱中症の応急手当



- 涼しい場所や日陰のある場所へ移動し、衣服を緩め、安静に寝かせる。
- エアコンをつける、扇風機・うちわ等で風をあて、体を冷やす。
- 首の周り、脇の下、太ももの付け根など太い血管の部分を冷やす。
- 飲めるようであれば水分と塩分をこまめに取らせる。

<予防のポイント>

- 部屋の温度と湿度をこまめにチェック!
- 室温 28°C を目安に、エアコンや扇風機を上手に使いましょう。
- 暑さに慣れていないうちは無理して運動をしないようにしましょう。
- のどが渇かなくてもこまめに水分と塩分補給(経口補水液やイオン飲料など)をさせましょう。
- 外出の際は体を締め付けない涼しい服装で、日よけ対策も。
- 無理をせず、適度に休憩をしましょう。
- 短時間であっても絶対に車内に子どもを放置しないでください。

誤飲対処早見表

飲んだものによって、緊急性の高いものや吐かせてはいけないものがあります。

基本的には、吐かせずに、同じものを病院に持参して受診しましょう。

応急手当がわからないときや受診の必要性は、医療機関や子ども医療電話#8000に相談しましょう。

症状	
救急車を呼ぶ場合	<input type="checkbox"/> 苦しそうな呼吸 <input type="checkbox"/> 窒息・顔色が青白い <input type="checkbox"/> けいれん <input type="checkbox"/> ぐったりして呼び掛けてもぼんやりしている
急いで受診 【このような場合は救急車でも】	<input type="checkbox"/> 突然せき込み始めた <input type="checkbox"/> 声がかすれている <input type="checkbox"/> ゼーゼー、ヒューヒューした呼吸 <input type="checkbox"/> 吐く、下痢、腹痛など
飲んだもの	
救急車を呼ぶ場合	灯油、ベンジン、除光液、農薬、殺虫剤、ネズミ駆除剤
急いで受診 (症状がなくても)	<ul style="list-style-type: none"> • ボタン電池 • 鋭利な異物(ヘアピン、針など) • 磁石 • 洗剤(トイレ用スタンプ、液体洗剤)・吸水性樹脂・水で膨らむビーズ・芳香剤・消臭剤・防虫剤・漂白剤 • たばこ(吐かせる) • 薬(お薬手帳があれば持参) • コインやおもちゃ等
家で様子を見る 診療時間内に受診	<ul style="list-style-type: none"> • 少量のインク、クレヨン、絵の具、粘土、化粧品(口紅・ファンデーション)、石けん (心配な場合は電話などで相談)