

こどもに注意するのではなく、注意しなくてもいい環境を作ることが大切です  
以下のチェックリストで安全のための知識を整理しましょう

# 溺水

- 1歳前後では家庭内の浴槽で起こります。
- 浴室にこどもだけにいる状況をつくらない
  - こどもが小さいうちは浴槽の水は抜いておく
  - 1分以上目を離す時（髪を洗う時や体を拭く時）はこどもを浴槽から出す



生後7か月から4歳ころまでは要注意。なんでも口にいれてしまいます。

- 直径3cmより小さなものを手の届くところに置かない
- 特に上の子のおもちゃの放置に気をつける
- 扉を開けて洗剤などを飲む可能性があり、台所に入らせない
- 薬や化粧品、タバコ、灰皿は手の届かないところに
- 5歳以下にはピーナッツ、アーモンド、枝豆を与えない
- ビニール袋や電気コードを放置しない

# 窒息 誤飲

# 熱傷

- 痛みが強く、程度によっては見た目の後遺症を残すこともあります。
- テーブルの淵（こどもの手が届く範囲）に熱いものを置かない
  - テーブルクロスを使用しない
  - 炊飯器やポットを触れる位置に置かない
  - 小さいこどもを台所に入らせない（ベビーゲートなどを使用）



悲惨な結果につながりやすい一方で、  
大人の意識で重大な結果を防ぐことができます。

- チャイルドシートの正しい装着
- 自転車、ストライダー乗車時のヘルメット装着

# 交通 事故

# 転落

- こどもは身体に対して頭が大きく重いため、頭から落下します。  
2歳頃になると色々なところに登ろうとするようになり、  
ベランダや窓からの転落が起こりやすくなります。
- ベッドには柵をつける（ベビーベッドの柵は必ず上げる）
  - 踏み台になるもの（ソファや棚）をベランダや窓の近くに置かない
  - 階段には乳児用移動防止柵をつける（登ろうとして落ちるため1階にも必要）

不慮の事故はこども（1歳から9歳）の死亡原因の中でも上位にあたります。  
病気よりも大人の注意で予防できる死亡原因です。家庭内での安全な環境作りに取り組みましょう。

## どうすればいいかわからないとき

### ● 小児救急電話相談（#8000）

すぐお医者さんに行ったほうがいい？  
様子を見たほうがいい？

看護師等から電話でアドバイスを聞くことができます。

対応時間 ※電話がつかない時は、少し時間をおいてかけ直してください。

- 平日・土曜 午後6時から翌午前8時
- 日曜・祝日 午前9時から翌午前8時
- 12月29日から1月3日 午前9時から翌午前8時

### ● こどもの救急

日本小児科学会が監修するWEBサイト。  
現在の状態から救急受診の必要性、受診の方法（救急車か自家用車か）、自宅療養する場合の対処方法がわかります。

救急にかかる前に！ お子さんが急な病気の時役に立ちます

**こどもの救急**

<http://kodomo-qq.jp/>

厚生労働科学研究費補助金(地域医療基盤開発推進研究事業)により作成

## どこに行けばいいかわからないとき

### ● 医療ネット滋賀

滋賀県が監修するWEBサイト。  
県内の医療機関の場所や診療時間・診療科目をさまざまな条件で検索することができます。

この時間はどこに行けばいいの？

病院・薬局検索

**医療ネット滋賀**

<https://www.shiga.iryuu-navi.jp/>

## 救急車を利用するとき

- 呼吸が極めて困難
- 意識・反応が悪い
- けいれんしている
- 激痛でもだえている
- よくわからないが極めて緊急度が高いと感じるとき

次の情報をシンプルに伝えましょう

- 何歳（何か月）の
- 誰が
- いつから
- どうして
- どんな状態か

病院に持っていくもの

- 健康保険証
- 福祉医療費助成受給券
- 母子健康手帳
- お薬手帳

状態や時間帯によってはドクターヘリやドクターカーが要請され、小児救急医が駆けつけることがあります。  
医師の往診料や診療行為に伴う費用のみが発生します。費用は保険医療制度のもと請求され、福祉医療費助成制度も適用されます。