



子どもの事故防止ノート



平成 24 年 1 月 22 日 作成

平成 24 年 10 月 12 日 改正

日本小児看護学会

健やか親子 21 推進事業委員会

はしがき

健やか親子 21 では、子どもの健康が重視され、すべての親子が持てる力を発揮し健やかな生活を送ることができるように、健康な子どもと障害をもつ子どもの育ちやその親を支援できる地域社会の実現に向けた国民運動が展開されることを期待されています。平成 22 年 3 月に出された「健やか親子 21」第 2 回中間評価報告書には、本学会が幹事団体として取り組んでいる課題 3「小児保健医療水準を維持・向上させるための環境整備」の今後充実すべき具体的な取り組み方策として、子どもの事故防止対策が挙げられています。

平成 21 年の人口動態統計の不慮の事故の種類別の割合をみると、乳児では窒息が 66.9%と圧倒的に多く、1～4 歳では、溺死および溺水が 27.7%となっており、子どもの不慮の事故死亡率は改善傾向にあるものの、なお死因の上位になっています。

そこで、健やか親子 21 推進事業委員会では、子どもの事故防止への啓発活動として、「子どもの事故防止ノート」を作成しました。

「子どもの事故防止ノート」は、窒息、溺水、転落、誤飲・誤嚥、熱傷、外傷の 6 つの項目で構成されています。それぞれの項目は、日常的に遭遇しやすい事故についての複数の事例を提示し、それぞれの事故の状況を解説した上で、その事故を防止するための注意点や工夫の仕方、および事故が起こったときの対処方法を提示しました。また、今日的な事故の事例も取り上げて、すぐに役立つものに仕上げました。

さらに、6 つの事故の項目は、それぞれ A 4 用紙 2 枚ずつにまとめ、ダウンロードして印刷して使っていただけるようにしました。

会員の皆様をはじめ、医療関係者には、小児科外来、小児病棟等で子どもの事故防止の啓発活動として、印刷物を A 3 に拡大コピーをして掲示していただいたり、そのまま印刷して配布していただいたりして、ご活用いただければと思っています。

子どもをもつご家族が子どもの事故防止の大切さを理解し、事故防止のための行動ができるように、「子どもの事故防止ノート」を役立てていただければ幸いです。

健やか親子 21 推進事業委員会
委員長 二宮啓子

目次

1. 窒息	1
2. 溺水	3
3. 誤飲・誤嚥	5
4. 熱傷	7
5. 転落	9
6. 外傷	11

窒息

(気道が塞がったり、酸素が欠乏して呼吸ができないこと)

こんなことが実際に起こっています！

例1

スーパーボールを飲み込んだ！

Aくん(3歳)が、スーパーボールを口に入れて遊んでおり、出しなさい！と叱られた際、驚いて飲み込んでしまい、喉の奥に詰まらせてしまいました。

例2

自転車用ヘルメットがうんていにひっかかり、首が絞まった！

Bくん(7歳)がヘルメットをかぶったままうんていで遊んでいて、上からすき間に落ち、ヘルメットだけが残って首紐でからだか宙づりとなり首が絞まりました。

例3

クッションに乗せて寝かせていたら呼吸をしていなかった！

Cちゃん(4か月)はリビングのふかふかのクッションに斜めに寝かされて、お母さんが洗濯物干しから戻ると、うつ伏せになって埋もれて息をしていませんでした。

例4

ロック機能付きのシートベルトで首が絞まってしまった！

Dちゃん(5歳)が車の後部座席でシートベルトを首に回して遊んでいるうちにきつく絡み、シートベルトがどんどん巻き込みの方向に絞まっていく構造のため、窒息してしまいました。

どうしてこんなことに・・・どんなところに注意したらいい？

例1の場合・・・

赤ちゃんから幼児や小学生まで、よく口におもちゃを入れて遊んでいることがあります。Aくんは、叱られて、びっくりして飲み込んでしまい、窒息状態になりました。スーパーボールなどのおもちゃや飴、ミニトマト、白玉、ぶどうでも子どもは誤飲してしまいます。絶対に口に入れて遊んだり寝転んだりしないこと、食べている最中にしゃべらせたり、びっくりさせたり、押ししたり、上の方を向かせたりしないことが大切です。

例2の場合・・・

自転車に乗るときには安全のためにヘルメットをかぶるようにさせているご家庭もあると思います。その安全のためのヘルメットが事故につながりました。自転車に乗るときはかぶっていても遊ぶ時には脱いで遊ぶように教えましょう。かぶっている子どもがいたら外すように指導しましょう。ランドセルを背負ったまま、うんていに登り、同様の事故も起こっています。

例3の場合・・・

Cちゃんは寝返りをしたもののふかふかのクッションに埋もれてしまい低酸素状態になったのです。通常、3～5分の呼吸停止で心停止が起こります。首がしっかり座っていないような赤ちゃんは、たとえばやわらかい布団やタオル、ぬいぐるみなども危険です。うつぶせ寝にした時は目を離さないようにしましょう。

例4の場合・・・

これはチャイルドシートをつけずに起きた事故です。6歳未満の幼児は必ずチャイルドシートを取り付け(道路交通法より)、子どもが嫌がってもこれをしなければ一緒に出かけることはできない！ということをはっきりと子どもに伝えましょう。それと同時にシートベルトを首や胴に巻きつけて遊ぶと危険であることも伝えましょう。正しいシートベルト着用により、急ブレーキ時の強打のほか、ドアやパワーウィンドウで挟む事故、ドアが開いて転落、シガーライターでのやけどなどの事故も防げ、子どもの命を護ることができるのです！

窒息につながることも多いものや事柄

- 気道の異物
- ・直径 3.2 cm (500円硬貨の直径は 2.7 cm) 長さ 5.7 cm以内の物
 - ・おもちゃ、硬貨、スーパーボールなど
 - ・ピーナッツなど豆類、あめ、こんにやく入りゼリー、パン、おにぎり
- 異物のない酸素欠乏
- ・低酸素：袋をかぶって遊ぶ、ぬいぐるみや柔らかい布団など
 - ・首が絞まる：マフラーの巻き込み、ヘルメットの紐、服やよだれかけの紐
 - ・フード付きの服、シートベルト

万が一、窒息をしたら

● 119番

窒息や呼吸困難をおこしていたら（顔色が悪い、ゼーゼーして苦しそう、意識がない）、まず、119番に通報しましょう。大声で協力者を呼び、直ちに、以下の事をしましょう。

● 異物を取り除く

<乳幼児> 背部叩打法（はいぶこうだほう）

救助者の片腕に、子どもをうつぶせに、頭が下がるように乗せて、手で顔を支え、もう一方の手の付け根で、背中の中の真ん中を何度も連続して強く叩く。



<小児> 背部叩打法（はいぶこうだほう）

救助者が片足たて膝した太股に、子どものみぞおちが圧迫されるようにうつぶせにして頭を下げ、背中の中の真ん中を何度も連続して強く叩く。

腹部つきあげ法（ハイムリッチ法）

後ろから両腕を回して抱え、子どものみぞおちで握り拳を作り、それをもう片方の手で握り、すばやく手前上方に圧迫するように突き上げる。



● 3～5分の窒息で心肺停止となったら → AEDで蘇生

* 南江堂「小児看護技術—子どもと家族の力をひきだす技」P. 240 より転載

予防が一番大切です

- ・乳児は、不慮の事故の中では窒息が一番多いのです。家事などで目を離す時は、わずかな時間でも、まわりに危険なもの（小さなもの、ふかふかのものなど）がないかを確認しましょう。
- ・食事をするときは、仰向けになったり、歩きながらや遊びながら食べない、ふざけて口に大量に詰め込んだりしない、よく噛むなど、家庭全体でよい食事マナーを身につけられるようにしましょう。
- ・学童ころまでは、おもちゃなどを口に入れて遊んでいないか日々注意をし、子どもにも言い聞かせましょう。
- ・学童より大きい子どもでも、マフラーの車輪巻き込みによる窒息事故や、パンの早食い競争での窒息事故が起っています。どのような遊びが窒息事故に繋がり危険であるかを子どもにも教えて下さい。

できすい 溺水

(おぼれて窒息すること)

こんなことが実際に起こっています！

例 1

**浴槽の蓋がずれて浴槽に転落して
しまった！**

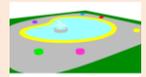
生後 10 ヶ月の A ちゃんとお母さんが一緒にお風呂に入っていました。お母さんが洗髪している間、A ちゃんはお風呂の蓋に乗せられていましたが、お母さんが 3~4 分目を離れた間に、お風呂の蓋がずれて浴槽に転落してしまいました。



例 2

ため池で遊んでいて溺れてしまった！

小学 3 年生と 2 年生の男の子 3 人が、家の近所のため池のフェンスを乗り越えて、池で遊んでいるうちに溺れてしまいました。



例 3

家族が目を離れた際にプールで溺れてしまった！

3 歳の B くんが、家族と市民プールで遊んでいました。B くんは子ども用プールで遊んでいましたが、家族がトイレに行っている間に大人用プールに入り、溺れてしまいました。



どうしてこんなことに・・・どんなところに注意したらいい？

例 1 の場合

小さな子どもの溺水事故は、その多くが家庭内のお風呂で起きています。大人と一緒に入っていても、身体を洗ったり、洗髪をしたりするなどの、ほんの少し（2~3 分！）目を離れた隙に溺れてしまいます。お風呂は子どもがひとりで入ることがないようにし、また、入浴中は目を離さないように気をつけましょう。お風呂の扉は常に閉めておく、子どもの手の届かない所に鍵を取り付けるといった工夫も必要です。また、残り湯を溜めない、浴槽の蓋を固い材質にすることも事故予防に有効です。

例 2 の場合

好奇心旺盛な学童期の子どもたちは、危険な場所での探検・冒険が大好きです。ため池や用水路は浅瀬から急に深くなる箇所もある上、梅雨の後の夏場は水位が高くなり、大変危険な場所です。ため池や用水路の近くで遊ばないように、家庭ではもちろん、地域ぐるみで注意しましょう。

例 3 の場合

プールは大変楽しい場所ですが、同時に危険がいっぱいなところでもあります。賑わっていると、たくさん人がいるから大丈夫と油断しがちですが、逆に目が届きにくくなります。小さな子どもは特に、大人が常にそばにおり、目を離さないように気をつけましょう。

溺れやすいところ

海・プール・川・池・用水路はもちろん、
乳幼児の場合は、家庭の中での事故が多く発生しています。

* 家庭の中で溺れやすいのは…

- | | |
|-------------------------------|---------------------------|
| <input type="radio"/> お風呂 | <input type="radio"/> 水槽 |
| <input type="radio"/> ビニールプール | <input type="radio"/> 洗面台 |
| <input type="radio"/> 洗濯機 | <input type="radio"/> バケツ |
| <input type="radio"/> トイレ など | |

もし、溺れているのを発見したら・・・

- ★すぐに水から引き上げましょう。
- ★意識・呼吸を確認しましょう。
- ★人手が必要ですので、すぐに誰かを大きな声で呼びましょう。
- ★意識がない場合は、すぐに救急車を呼びましょう。
- ★からだか冷たかったら、タオル等でくるんで保温しましょう。
- ★意識がすぐに戻っても、肺炎などを起こす可能性もありますので、医療機関を受診しましょう。

病院受診や相談の際には…

『いつ』『どこで』『どのくらいの時間』溺れていたのか、意識・呼吸の有無、その際の対処がどのくらいの時間でどのように行われたのが大切です。慌てず、落ち着いて行動し、チェックしておきましょう。

予防が一番大切です

- ・ 溺水の事故は、ほんのわずかな時間、目を離した際に起こっています。乳幼児は特に、水の近くでは目を離さないように気をつけましょう。
- ・ 子どもは水深が 5cm あれば、溺れてしまう可能性があります。水流が穏やかであっても、また、少しの水でも危険ですので、十分に注意しましょう！
- ・ 小学生・中学生になると、家庭内の事故は減りますが、海や川、池、プールなどの屋外での事故が多くなります。普段から水の危険性を意識づけ、なぜ危ないのかを家庭内で話しておくことが大切です。

ごいん 誤飲・ごえん 誤嚥

(食べ物や飲み物以外のものを間違っ て飲み込んでしまうこと)

こんなことが実際に起こっています！

例1

入浴剤を食べてしまった！

Aちゃん(2歳)の姉が、家にあった入浴剤のタブレット(パッケージ包装されていた)をあめと間違え、パッケージを開けて、Aちゃんの口に入れてしまいました。

例2

電池を飲み込んでしまった！

テレビのリモコンの電池の蓋がいつの間にか開いてしまっていて、落ちていたボタン電池をBくん(1歳)が飲み込んでしまいました。

例3

ジュースと間違えて お酒を飲んでしまった！

家族で外出時、Cちゃん(5歳)は〇〇ソーダを注文しましたが、店員が間違えて酎ハイを運んできてしまいました。そのことに気がつかないままCちゃんは一気に飲んでしまいました。

例4

消毒液をお茶と 間違えて飲ませてしまった！

Dくん(2歳)のおじいさんは、飲み終わったお茶のペットボトルに消毒液を入れ替えて冷蔵庫に保管していました。お茶のラベルは剥がさず貼ったままでした。散歩のときにおじいさん自身もお茶と思って持って出てしまい、そのままDくん(2歳)に飲ませてしまいました。

どうしてこんなことに・・・どんなところに注意したらいい？

例1の場合・・・

子どもは好奇心旺盛です。いろいろなものを口へ入れてしまいます。お兄ちゃんやお姉ちゃんが下の子の口にものをいれることはよくあることです。口に入る大きさのものは、手の届くところに置かないようにしましょう。文字が読めない子どもには、小さなパッケージは飴のように見えるかもしれません。

例2の場合・・・

最近では、リモコンの電池収納部分が簡単にはずれないようにネジでとめている場合も多いですが、そのネジがゆるんでしまっていたりすると…安心できません。そのネジも飲み込んでしまう可能性があります。おうちのリモコンは大丈夫ですか？

例3の場合・・・

ジュースと間違えてお酒を出すお店なんて問題外！ですが、酎ハイなどの甘いお酒がメニューにあるようなお店では、子どもに運ばれてきたものをおとなが一口飲んで大丈夫か確かめるようにしましょう。

例4の場合・・・

ペットボトルの再利用。ペットボトルは他の用途に使わないことが原則です。しかし、どうしても他の容器がなく、やむを得ずペットボトルを使用する場合は、今回のような事故の原因にもなりますので、外見と中身が違うものだとわかるように(危険なものは一目で危険と分かるように)しておきましょう。

誤飲されることが多いもの

- ・直径 3.2 cm（500円硬貨の直径は 2.7 cm） 長さ 5.7 cm以内の物
- ・たばこ
- ・コインや電池、医薬品、化粧品
- ・石鹸、防虫剤
- ・おもちゃ（特に小さなおもちゃ、おもちゃの部品）

など

注意していても・・・もしも何かを間違えて飲み込んでしまったら・・・。

異物を飲み込んだ場合、吐かせて良い場合とイケない場合があります。また水や牛乳を、飲ませてもよい場合とダメな場合があります。飲み込んだものが何かによって対応方法は変わるので、それをもとにまずは電話でかかりつけ医か病院に相談しましょう。

参考：

吐かせて良い場合

- 以下のようなものを飲み込んだとき

たばこ・化粧水・防虫剤（ナフタリンや樟脳（しょうのう）など）など

吐かせてはいけない場合（窒息したり食道を傷つけたり肺炎を起こす可能性があります。）

- 意識がない場合
- 石油製品（灯油やガソリンなど）を飲み込んだとき
- 強酸性や強アルカリ性のもの（トイレ用の洗浄剤や漂白剤など）を飲み込んだとき
- 吐いたものに血液が混じていたとき
- 針のようにとがったものを飲んだとき
- 揮発性のある化粧品（マニキュアや除光液など）を飲み込んだとき

*窒息や呼吸困難を起こしている（顔色が悪く、ゼーゼーして苦しそうな）ときは急いで救急車を呼んでください。

病院受診や相談の際には・・・

『いつ』、『何を』、『どのくらい』 食べた（飲んだ）か が大事です。チェックしておきましょう。

飲んでしまったものの残りや入っていた容器・箱を持って受診してください。

予防が一番大切です

- ・床に物が落ちていないように日ごろから注意しましょう。
- ・ハイハイをする子どもの目線から危険なものがないか確認しましょう（床にうつ伏せになってみる）
- ・子どもが口に入れてしまいそうな大きさのものは、立って手を伸ばしても届かない場所（1m以上高い所）に置くようにしましょう。

ねっしょう やけど 熱傷 (火傷)

(皮膚にお湯などのあついものがついておこる傷害のこと)

こんなことが実際に起こっています！

例1

**あつ〜いお味噌汁が
胸にかかってしまった！**

お母さんが台所でお味噌汁を作っていました。Aちゃん(4歳)はお母さんのお手伝いをしようと台所に行きました。お母さんが一瞬、コンロから目を離した時に、Aちゃんは鍋の取っ手を持ち、鍋の中に入っているものを見ようとしました。すると、鍋が手前にひっくり返り、Aちゃんの胸にお味噌汁がかかってしまいました。



例2

**あつ〜い蒸気に
触れてしまった！**

お母さんが夕食の準備のため、ご飯を電気炊飯器で炊いていました。

Bくん(9カ月)は、テーブルの台につかまり立ちをしていました。テーブルの上に置いてあった炊飯器から蒸気がでており、Bくんは蒸気に手を近づけたところ、Ⅱ度(強い痛みと水泡形成)のやけどをしてしまいました。



どうしてこんなことに・・・どんなところに注意したらいい？

例1の場合・・・

熱い食べ物子どもにかかる事故はとても多いです。子どもの皮膚は非常に薄いので、同じ温度でも大人に比べてやけどをおこしやすいです。この場合、お母さんが鍋から目を離してしまったこと、Aちゃんの身長では鍋の中が見えないこと、お味噌汁の温度は90℃近くになっていたことからやけどをおこしてしまったと考えられます。お味噌汁以外にも、汁物(ラーメンやうどん)や飲み物(コーヒーや紅茶)を大人が作っている際に子どもが近づき、器が倒れたり、器の中の熱湯がこぼれて子どもにかかってしまうことがあります。

食事の準備をする際には、子どもの食べ物は先に器に入れて冷まし、体温程度にしてから子どもの前に置く、熱い汁物は子どもの手の届かないところに置く、大人が熱い物を持っている時は周りに子どもがいないかを確認することが重要です。

例2の場合・・・

9か月になると、つかまり立ちをして、行動範囲が広がります。また、周囲にある物への興味・関心が高まります。炊飯器から出ていた蒸気に興味をもち、手を近づけたのでしょう。大人のように瞬時に手を引っ込めることができず、Ⅱ度のやけどを負ってしまいました。

3歳ぐらいまでは、さわっていいものかどうかはわかりません。だいたいぶだろうと思わず、子どもの手の届かない場所においておきましょう。子どもが手をのばしかけて、あわてて大人もやけどをすることもありますので、気をつけましょう。蒸気口付近では98℃以上であり、10cm上方でも66℃(国民生活センター報告)になります。蒸気が出ないような蒸気カットタイプの炊飯器もあります。

やけどをおこすもの

- ・ポットややかんの沸騰したお湯、熱い味噌汁やスープがひっくりかえる
- ・炊飯器や加湿器の蒸気にふれる
- ・てんぷら油がとび
- ・魚焼き器のガラスやトースターにふれる
- ・熱いお風呂に落ちる
- ・アイロン、ストーブにふれる
- ・花火の火が衣服に燃えうつる
- ・低温やけど（湯たんぽやカイロ、ホットカーペットなどの長時間使用） など



もし、やけどをしてしまったら・・・

流水で5分以上冷やす

とにかく、『冷やす』ことが重要です。傷の治りに影響します。

直接、流水をあてられない場合、アイスノンや冷やしたタオルを何回もかえましょう。

衣服の上から熱湯がかかった場合、水泡をつぶしてしまうことがあるので、無理に脱がさずに、衣服の上から流水をかけましょう。

全身に熱湯をかぶった場合、すぐに救急車を呼びましょう。救急車が来るまで、流水で冷やすことで体温が下がってしまうので、濡れたバスタオルにくるみ、その上からタオルケットで保温し、速やかに受診しましょう。

受診する目安 *広範囲のやけどや顔面の場合はすぐに救急車を呼びましょう

- ・広範囲のやけど（子どもは大人の手のひら2つ分でショックをおこしてしまいます）
- ・顔（表面はたいしたことがなくても、内部がひどいことがあります）
- ・手や足の指（皮膚がくっついてしまうことがあります）、性器のやけど
- ・水泡ができたやけど（水泡がつぶれると感染をおこすことがあります）

病院受診や相談の際には・・・

『いつ』 『何を』 『からだのどのくらいの範囲』 『どのくらいの時間』

熱いものが、かかったのが大切です。チェックしておきましょう。

救急車を呼ぶ時、救急病院に受診する時、あわてず、落ち着いて、状況を話し、受診するまで、どのようなことをすればよいのか聞きましょう。

予防が一番大切です

- ・きょう、つかまり立ちしている子どもは、明日にはすっと立つことができます。子どもの行動を「まさか・・・」と思わず、あついものは子ども（特に1～3歳）の手の届く範囲におかないようにしましょう。
- ・熱湯をためている場合、お風呂の鍵をかけておきましょう。
- ・花火やバーベキューなどで火を使う時は、バケツに水を汲んで近くにおいておきましょう。

転落

(階段などの段差があるところで落ちてしまうこと)

こんなことが実際に起こっています！

例1

乳児用ベッドから落ちた！

Aくん(12 か月)はベッドで昼寝をしていましたが、母親が目を離した時に、ゴンという音と激しい泣き声でしたので、駆け寄るとベッドの下にあお向けに倒れていました。



例2

階段から落ちた！

Bちゃん(1歳)が、母親が目を離したときに階段から落ちてしまいました。

例3

バルコニーから落ちた！

Cちゃん(3歳)が姉とバルコニーで遊んでいたところ、バルコニーの柵の前においた段ボール箱によじ登り、バルコニーの柵から下へ落ちてしまいました。Cちゃんは頭を強く打ち、足を骨折しました。



どうしてこんなことに・・・どんなところに注意したらいい？

例1の場合・・・

乳児には柵のついたベッドがよく使われますが、12か月になったAくんはつかまり立ちができる状態でした。また、ベッド内におもちゃが転がっていたために、それを踏み台にしてしまったようです。子どもは頭が重く重心が高いため、ベッドから周りを覗き込むなどした時に、バランスを崩して頭から落ちてしまいやすいのです。ベッド柵の高さが十分でなかったり、足がかげられる横ざんがあったりすると、ベッド柵を乗り越えて転落する危険が高まります。規格を満たしたベッドを正しく使用すること、また、ベッド上に厚みのある寝具や遊具を置いたままにしないように注意することが必要です。

例2の場合・・・

階段は家の中で事故が起こりやすい危険な場所の一つです。歩き始めて間もないBちゃんにとって、階段を一人で安全に降りるのは未だ難しいのです。Bちゃんは2階の和室の布団でお昼寝をしていて、お母さんは1階で昼食の後片付けをしているわずかな時間の出来事でした。階段の上下に、転落防止の柵またはフェンスを設置して、子どもが一人で階段に近寄れないようにすることが必要です。また、階段を使うときは、必ず保護者が横で手を引いて歩く、または子どもの下を歩いて転倒を予防することが必要です。

例3の場合・・・

子どもは遊びに夢中になると、普段とらない行動をとることがあります。Cちゃんは姉と一緒にバルコニーに出て、柵の前に置いてあった段ボール箱によじ登るのぼって遊んでいるうちに、バルコニーの柵から落ちてしまいました。バルコニーは安全基準にあてはまる110センチ以上の高さの手すり、柵の間隔は11cm以下でしたが、段ボール箱が踏み台となって、柵を乗り越えてしまったのです。バルコニーや窓からの転落は、重傷または死亡の危険もある事故です。遊んでいるときにはそばで見守り、また、子どもだけでバルコニーに出られないように鍵をつけるなどの対策も必要です。

転落につながることが多いものや事柄

家庭内で転落事故が起こりやすい場所

- ・階段、ベッド、椅子、ベランダ、窓など

柵の側に置いてある踏み台となる物

- ・段ボール箱、ビール瓶ケース、クーラーの室外機、植木鉢、ベッド内の布団など

ベッドやベランダの柵の安全性

- ・子どもの頭が入らない柵の幅
- ・ベッド内で足がかかる位置から柵の最上部までの高さ
(専用ベッドの場合、柵の高さは床板面の上 60cm 以上と規定されています)

子どもの注意

- ・あそびに夢中になって、危険を察知できないこと



万が一、転落したら



● 119番

意識がはっきりしない、吐く、けいれんなどの症状や、ひどい出血がみられるときは、119番に通報しましょう。どのくらいの高さから、どのような所に落ちたのかを説明できるようにしましょう。

● 受診

特定の部位に、痛みを訴える、腫れてくる、出血している、などの様子が見られたら、受診しましょう。

- <痛みを訴える> 衣服をゆるめて、意識状態、腫れ、出血など、他の症状と併せてみていきましょう。
- <腫れてくる> 腕や足などの痛みを伴う腫れがある場合は、その部位をできるだけ動かさずに安静を保ちましょう。
- <出血している> 出血している傷口をガーゼなどで抑えて止血しましょう。砂などがついている場合は、洗ってから押える。それでも止血できない時は傷口より心臓に近いところ、ひじの内側や太ももの付け根を圧迫して止血を図りましょう。

予防が一番大切です

- ・転落の事故は、子どもから目を離したわずかな時間で起きています。家庭内外での普段の活動の様子や興味をもつことに注意を払いながら過ごしましょう。
- ・ベッドやベランダの柵の安全性、ベッド柵の上げ下ろしを確実に行うこと、階段の転落防止柵の設置、など、日ごろから安全な環境を整えましょう。
- ・ベッドやベランダの柵の側には踏み台となるような物を置かず整理整頓に心がけましょう。
- ・子どもの発達段階や関心にあわせて、転落の危険のある環境や遊びについて、日ごろから子どもにもわかりやすく伝えましょう。



がいしょう 外傷（けが）

こんなことが実際に起こっています！



例 1

犬に噛まれた！

小学生の女の子に近所の人が連れた犬がいきなり飛び掛って下肢を噛まれました。また 5 か月の男の子が床に敷いた布団で昼寝をしていたところへ、室内犬が来てオムツを噛んでしまいました。



例 2

歯ブラシが刺さり出血！

2 歳の女の子が歩きながら歯磨きをしていて転倒し、左上奥の歯ぐきに歯ブラシが刺さってしまいました。1 歳の男の子は歯ブラシを口にくわえたまま座っていて前に倒れ込み喉から出血してしまいました。

例 3

自転車の 2 人乗りで後輪にかかとを巻き込んだ！

公園内で自転車の 2 人乗りをしていた 10 歳の子どものうち後ろの座席の子どもが自転車の後輪に左かかとを巻きこんでしまいました。



例 4

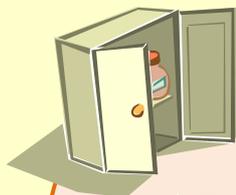
自転車に子どもを乗せて転倒！

1 歳の子どもを停車中の自転車の前席に乗せて、母親がヘルメットを装着しようとしたところ、自転車ごと左側に転倒し、子どもは擦り傷を負ってしまいました。9 歳の女の子を自転車後席に乗せ、母親が乗ろうとした際にスリップして転倒し、子どもは右肘を骨折してしまいました。

例 5

家具の戸に指が挟まれた！

自宅で長男がクローゼットの戸を閉めた際、2 歳の妹が手を出していたため、挟んでしまい左手の指を受傷しました。



例 6

ローラー滑り台に足を巻き込んだ！

3 歳の男の子が公園のローラー滑り台を裸足で滑り降りたところ、足をローラーに巻き込まれ受傷しました。



例 7

ブランコの枠で前歯を打撲！

小学校 1 年生の男の子が休憩時間中、人が乗っているブランコの下にボールをくぐらせて遊んでいたところ、くぐらせたボールがブランコの下で止まったのでボールを取ろうとした時、ブランコの枠で前歯を打撲してしまいました。



どうしてこんなことに・・・どんなところに気をつけたらいい？

例1の場合・・・

犬を飼っている家庭が増えていますが、子どもの動きやオムツの臭いに犬が反応し噛みつくことがあります。赤ちゃんと動物が同じ平面で接触できる状況は短時間でも避ける必要があります。噛まれたら軽傷でも、止血後に感染予防のため水で洗い流して病院を受診しましょう。

例2の場合・・・

歯ブラシを口に入れたまま、歩いたり走ったりさせず、歯みがきに集中させることが必要です。不安定な場所や姿勢での歯みがきや歯みがき中に人や物と接触し、受傷するケースも多いので、歯みがき中は周囲の人や物の動きにも注意を払うようにしましょう。出血した血液は飲み込ませず病院を受診しましょう。

例3の場合・・・

自転車の2人乗りはバランスを崩しやすく危険です。16歳以上の運転者が6歳未満の幼児を幼児用座席に乗せる場合や4歳未満の幼児をひも等で確実に背負っている場合以外は禁止されています。また、子どもが自転車に乗って出かける時にはハンドルに物をかけないこと、頭部打撲予防のためにヘルメットの着用もおすすめしましょう。自転車に乗る時は足の裏全体が地面につく状態でサドルの位置を固定し、使用する時の子どもの体格に合わせたサイズの自転車を選びましょう。

例4の場合・・・

幼児を乗せた自転車は重さが増すため、確実に支えることができるよう、必ず両手で自転車を操作しましょう。また、後席に幼児を乗せた際に、幼児の重量で後席が倒れこむ場合や、前輪が浮く場合があるため特に注意し、後席を荷台に取り付ける際には、後席の取り付け位置が荷台の後ろになりすぎないようにしましょう。2人以上の子どもを乗せる場合は、6歳未満の幼児2人同乗基準適合車マークが付いている自転車を使用しましょう。

例5の場合・・・

きょうだいがいる家庭では下の子どもに合わせた環境を考えることが必要です。家具の扉の開閉時には小さい子どもが周りにいないのを確認しましょう。ドアがゆっくり閉まるような構造の引き戸や指を挟みにくくした扉の家具もあります。

例6の場合・・・

裸足で滑っていて滑り台のローラーに足がひっかかりけがをすることや滑り台のカーブで速度が速くなり、足が壁にぶつかって脱臼することもあります。裸足ではなくきちんと靴を履いてゆっくり滑るようにしましょう。

例7の場合・・・

ブランコでの事故を予防するため、となり同士で手をつないだりしない、飛び降りない、人が乗って遊んでいるブランコに近寄らない、などに気をつけるよう子どもに伝えましょう。

けがをした場合の応急手当

- ・ぶつけたところは、水で冷やしましょう。
- ・血が出ていたら清潔な布やガーゼで傷口や傷口より心臓に近い側を押さえて血を止めましょう。
- ・異物や汚れがあれば取り除き、水道水などで洗浄しましょう。
- ・傷口が大きく、出血が多い場合や、縫合などの医療処置が必要と思われる場合は、病院を受診しましょう。
- ・鼻血が出た場合は、血液を誤嚥するため仰向けは避け、顔を下に向けて鼻に綿球などを詰めます。小鼻を数分間圧迫し、水タオルや保冷剤などで冷やすと血が止まりやすくなります。
- ・指を挟んだ場合は、まず氷のうや冷湿布をあてて十分に冷やします。腫れや痛みがひどい時や内出血している場合は骨折しているかもしれないので、患部にボール紙などを当て動かないように包帯を巻いて病院（外科）を受診しましょう。
- ・頭を打って呼びかけても意識がない場合、頭痛や嘔吐が続く場合は脳外科を受診しましょう。

過去の例から事故を予測し予防すること、応急手当も知っておくとよいでしょう

子どもがふだん使う自転車や遊具など事故が起こりにくい設計や構造にすることが必要ですが、私たちも事故が起こらないように今回の例を参考に予防に努めましょう。また、けがをした場合の応急処置についても知っておくとよいでしょう。