

もしものときは



救急車が必要？

意識が無い・もうろうとしている / けいれんしている
呼吸していない / 大きなやけど・ケガをしたなど

呼ばなきゃ！

そこまでではないかも…

まずは病院を調べたい

迷わず **119** へ

#7119 救急相談センター
(東京消防庁)
24時間、相談医療チーム(医師や看護師等)が対応します。

#8000 子供の健康相談室・
小児救急相談(東京都)
子どもの症状に関する相談に、看護師や保健師等が応じます。
●月曜日～金曜日(休日・年末年始を除く)
午後6時～翌朝8時
●土曜日、日曜日、休日、年末年始
午前8時～翌朝8時

診療時間中なら…
▶「**かかりつけ医**」に相談

休日・夜間なら…
▶24時間、医療機関を案内します。

☎ **03-5272-0303**

医療機関案内
サービス「ひまわり」



聴覚障害者向け専用ファクシミリ
FAX 03-5285-8080
(24時間対応)
外国語医療情報サービス
☎03-5285-8181
(毎日9:00～20:00)

慌てず、ゆっくり、オペレーターの質問に、**正確に**教えてください
電話すると、次のように伺います。

- ①「119番消防です。火事ですか？救急ですか？」→ 救急です。
- ②「住所(場所)はどこですか？」→ 墨田区〇〇■丁目▲番です。
- ③「誰がどうしましたか？」→ 子どもの意識がありません。
- ④「あなたのお名前と電話番号は？」→ 墨田太郎です。
000-0000-0000です。

その他にも…

お子さんの症状や病気、ケガの対処法などが掲載されています。
日ごろから確認していると、役立ちます。【東京都子ども医療ガイド】



休日診療を実施しています。【健康保険証や医療証等を必ずお持ちください】

	診療日・受付時間	診療科目	住所・その他	電話番号
墨田区休日応急診療所	日・祝・12/29～1/3 9:00～21:30	内科 小児科	すみだ福祉保健センター内 向島3-36-7	☎03-5608-3700
すみだ平日夜間救急こどもクリニック 【15歳以下の急病者が対象】	月～金 19:00～21:45	小児科	同愛記念病院救急外来内 横綱2-1-11	☎03-3625-1231
歯科休日応急診療	9:00～17:00	歯科	*診療日と場所は、毎月1日号 「区のお知らせ」または区HP をご覧ください	
整形外科日曜応急診療	9:00～17:00	整形外科		

異物を飲み込んだ場合の相談機関
中毒110番(日本中毒情報センター)

- つくば中毒110番(365日9～21時対応) ☎029-852-9999
- 大阪中毒110番(365日24時間対応) ☎072-727-2499
- たばこ専用電話(365日24時間対応(テープ)) ☎072-726-9922

起こりやすい事故

好奇心旺盛なお子さんの身のまわりには、室内室外を問わずたくさんの危険が潜んでいます。普段から注意しておく、事前に対策をとっておくことによって防げる事故があります。お子さんの安全を守るために、日ごろから気をつけておきましょう。



●家の中の危険対策チェック

キッチン・ダイニング

- 鍋や炊飯器などやけどの恐れがあるものや包丁などの刃物は、お子さんの手の届かないところに置く
- お子さんが小さいうちは、テーブルクロスの使用を控える(お子さんがひっばって物が落ちてしまう危険があります)
- 食べ物や飲み物をテーブルの端に置かない

ベランダ

- 室外機やイスなど、柵を越える踏み台となるようなものを置かない
- お子さんが1人でベランダに出てしまわないよう、窓には常に鍵をかけておく

リビング

- テーブルや床に誤飲の危険があるものを置かない(タバコ、ボタン電池、硬貨、その他小さな部品など)
- テーブルや棚の角には、ぶつかって怪我をしないようにクッションやカバーをつける
- コンセントは感電防止のためにカバーなどをつける(ヘアピンや鍵、針金を差し込んで感電する恐れがあります)
- やけどの恐れがあるアイロンは、使用後もお子さんの手の届かないところに置く
- ヒーターはお子さんが触らないよう安全柵を設ける

トイレ・洗面所

- 化粧品や洗剤、消臭剤など、お子さんが誤飲しそうなものは手の届かないところに置く
- 洗濯機やトイレのふたは常に閉めておく(覗き込んだ拍子に転落する危険があります)

浴室

- 入浴時以外は浴槽のお湯を抜いておく
- 浴室の入口は常に閉めておく
- 入浴時は出来る限りお子さんから目を離さない

その他

- 階段や段差など転倒・転落の恐れがあるところには、安全柵を設ける
- ドアや引き戸などは手をはさむ恐れがあるため、お子さんが近くにいるときは注意する



巻頭特集
相談しよう
妊娠
おめでた
赤ちゃん
子育て応援
近所に
おでかけ
子どもを
あずけたい
小学校・
中学校
障害のある
子ども・家庭
への支援
ひとり親家庭
への支援
子どもの
安全・防犯
もしもの
ときは
巻末特集
地図
施設一覧

●事故の種類

落下・転落

ソファなどにはひとりで寝かせないようにしましょう。できるだけベビーベッドに寝かせ、必ず柵を上げましょう。また、階段や玄関の段差に安全柵を設ける、ベランダや窓の近くには踏み台になるものを置かない、抱っこ紐は正しく使うなど、落下を防ぐ対策をしましょう。お子さんが大きくなると、屋外で遊具や自転車からの転落や転倒の危険もあります。日頃から安全な遊び方を教えておきましょう。



溺水

お子さんはたった数センチの水でも溺れてしまうことがあります。浴室やトイレは常に入口を閉めておきましょう。入浴時は事故を防ぐためにお子さんから目を離さないようにしましょう。またプールや海、ため池などの危険な場所でお子さんだけで遊ぶといったことがないようにしましょう。



やけど

熱いものが入ったコップや器を倒したり、炊飯器やポットの蒸気に触れたりしてやけどを負うことがあります。また、キッチン周辺だけでなく、ヒーターやアイロン、加湿器などもやけどの危険があります。お子さんの手が届かないところに置く、安全柵を設けるなどして、お子さんに触れさせないようにしましょう。



窒息

乳児の死亡事故で最も多いと言われてます。ボタン電池などを誤飲する、ビニール袋をかぶる、まくらや布団に顔が埋もれる、吐いたものを喉に詰まらせるなどが原因にあげられます。窒息の原因になりそうなものは手の届かないところに置き、乳児期の食事後や睡眠時はこまめに様子を見ましょう。



誤飲

赤ちゃんは手に取ったものを口に入れてしまいます。特に多いのがたばこの誤飲です。たばこに含まれるニコチンは毒性が強いため、早急な処置が必要です。また、ボタン電池や洗剤なども、重症化してしまう恐れがあります。誤飲の危険性があるものは、必ずお子さんの手の届かないところに置きましょう。



指はさみ

指をはさむと、ひどいときには指の骨折や切断に至ってしまう場合もあります。お子さんがそばにいるときは、ドアや窓、たんすなどは注意して開閉しましょう。また、屋外では車のドアやベビーカーの可動部、エスカレーターの手すりなどに特に注意しましょう。



巻頭特集

相談しよう

妊娠
おめでとー

ようこそ！
赤ちゃん

子育て応援

近所に
おでかけ

子どもを
あずけたい

小学校、
中学校

障害のある
子ども・家庭
への支援

ひとり親家庭
への支援

子どもの
安全・防犯

もしもの
ときは

巻末特集

地図

施設一覧

病気・ケガのための対応マニュアル

熱が出た

赤ちゃんの様子

- ① 顔色が悪い
- ② ぐったりしている
- ③ 嘔吐・下痢
- ④ 意識がもうろうとしている
- ⑤ 息が苦しそう
- ⑥ 尿がいつもより少ない
などを確認します。



対策や注意

赤ちゃんの様子を総合的に判断して受診を検討しましょう。赤ちゃんの平熱は大人より高め、37度以上のこともあります。37.5度以上の熱があったときは、洋服を着せすぎているかなどを確認・調節し、再度測ってみましょう。40度以上の高熱や、3か月未満の赤ちゃんで38度以上あるときには診療時間外でも受診しましょう。

便秘になった

赤ちゃんの様子

- ① 便が硬くて出にくい・
肛門が切れる
- ② 便が出ない日が
続いていて、
食欲もない
などを確認します。



対策や注意

上記のような場合には受診を検討しましょう。いつもより排便の間隔が空いている場合には、綿棒で肛門を刺激して排便を促してみましょう。排便が数日に1回でも出ていて、機嫌、食欲、顔色、活気が普段通りであれば様子を見ましょう。

吐いた

赤ちゃんの様子

- ① 飲んでも
すぐに吐く
- ② 発熱
- ③ 下痢を伴っている
- ④ 頭を強く打った後に
嘔吐した
- ⑤ 定期的に激しく泣く
などを確認します。



対策や注意

嘔吐以外に上記のような症状もある場合や、何回も吐く場合は受診しましょう。それ以外の症状がないか、嘔吐の症状が軽い場合は様子を見ましょう。顔や体を横に向け、吐いた物で気管を詰まらせないように注意してください。

下痢をした

赤ちゃんの様子

- ① 嘔吐を伴っている
- ② 飲んでもすぐに吐く
- ③ 発熱 ④ 発疹
- ⑤ 定期的に激しく泣く
- ⑥ 便の状態(血便、
真っ黒い便、
母子健康手帳の便色カードの
1~3番に近い色の便)などを確認します。



対策や注意

におい、性状、回数などいつもと違う点を観察し一時的なものかどうか注意して見るようにしましょう。とくに上のような便色の異常がみられる時は早めに受診しましょう。下痢が続くと脱水症状を引き起こすこともあります。こまめに水分をとらせるよう心がけましょう。

咳が出た

赤ちゃんの様子

- ①発熱
 - ②呼吸が苦しそう
 - ③食欲がない
 - ④機嫌が悪い
- などを確認します。



対策や注意

呼吸困難を起こしたときや、眠れていないときは、受診しましょう。お風呂に入った部屋を加湿したり、口元に蒸しタオルを近づけたりして湿った空気を吸い込むことにより痰が出やすくなります。せきが激しい場合は無理に食事を与える必要はないですが、水分はしっかりととらせるようにしましょう。

けいれんが出た

赤ちゃんの様子

- ①けいれんが何分続いているか
(3分以上続いている場合は救急車を呼ぶ準備をします)
 - ②どのようなけいれんか
(全身けいれん、片側だけのけいれん、目の向きがおかしいなど)
 - ③発熱
 - ④けいれん後も意識がはっきりしない
- などを確認します。



対策や注意

呼吸がしやすいように平らなところに寝かせましょう。けいれんの際に吐いてしまうと、吐いた物で窒息してしまう可能性があります。顔や体を横に向け、吐いた物で気管を詰まらせないように注意してください。

誤飲をした



対策や注意

誤飲したものによって処置の方法が違うため、119番や中毒110番、医療機関などに連絡して適切な指示を受けましょう。すぐに吐かせようと焦りがちですが、以下の場合は絶対に吐かせてはいけません。

絶対に吐かせてはいけない場合

- ①意識障害がある
- ②けいれんを起こしている
- ③灯油、ベンジン、マニキュア、除光液、強アルカリ、強酸、洗浄剤、漂白剤、ボタン電池などの誤飲
- ④血を吐いた
- ⑤とがった物の誤飲 など

乳幼児突然死症候群(SIDS)の予防のために

乳幼児突然死症候群(SIDS:Sudden Infant Death Syndrome)は、それまで元気だった赤ちゃんが、事故や窒息ではなく、眠っている間に突然死してしまう病気です。

SIDSの原因はまだわかっていませんが、男児、早産児、低出生体重児、冬季、早朝から午前中、うつぶせ寝や両親の喫煙、人工栄養児で多いと言われています。



予防のポイント

- (1)うつぶせ寝は避けましょう。
- (2)たばこはやめましょう。
- (3)できるだけ母乳で育てましょう。