



こどもの安全と緊急時のこと

起こりやすい事故とその対策

こどもの事故のほとんどは周囲のちょっとした気配りで防げます。こどもが成長するにつれて起こりやすい事故が変わってきますので、成長段階に応じた対策が必要です。乳幼児期の事故の多くは家の中で起こっています。こどもにとって安全な環境に整えておきましょう。

0～4か月頃

赤ちゃんはこの時期まで、ほとんどベッドや布団の上で生活しています。

生後2か月頃までは動きが少ないのですが、3か月を過ぎると手や足をよく動かします。赤ちゃんを寝かせたまま目を離しているうちに事故が起こることがあります。

車の事故

- * 月齢に応じたチャイルドシートを使用し、短時間でも車の中に放置せず、熱中症に気をつけましょう。



窒息

- * 授乳後はたて抱きにし、ゲップをさせた時に吐いたもので窒息しないように顔を横向きにし、寝かせるようにしましょう。
- * ふかふかの布団の使用やうつぶせ寝を避け、布団や毛布などが覆いかぶさらないように気をつけましょう。
- * 赤ちゃんの周りには物を置かないようにしましょう。



転落

- * 赤ちゃんを抱いたまま転倒しないよう足元を片付け、すべりにくく、転倒しにくい靴をはきましょう。
- * ベッドやソファなどから転落することのないよう、転落防止柵を設置しましょう。また大人の目が届かないところに、一人で寝かせないようにしましょう。

やけど

- * ミルクを飲ませたり、お風呂に入れる前に適温であるか確かめましょう。

4～12か月頃

運動発達が早く、昨日までできなかったことが急にできるようになり、行動範囲もどんどん広がってきます。自由に動き回るようになるだけでなく、何でも口にとっていくようになると誤飲事故が多くなる月齢です。

転落

- * 寝返りやつかまり立ちができるようになるとベッドやベビーカー等から転落することがあるので、ベッドには転落防止柵を設置しましょう。ベビーカーには固定ベルトをするなど、転落を防止しましょう。



窒息・誤飲

- * タバコ、薬など赤ちゃんが口に入れると危険なものは、手の届かない場所に置き、毎日点検しましょう。



水の事故

- * 浴槽や洗濯機に転落し、溺れることのないよう、入浴中は赤ちゃんから目を離さないようにし、入浴後は浴槽の水を抜くようにしましょう。洗濯機の前には、踏み台になるものを置かないようにしましょう。



やけど

- * 炊飯器や電気ポットの蒸気、暖房器具などでやけどすることのないよう、手の届かない所に置くようにしましょう。
- * テーブルクロスをひっぱり、スプーンやコーヒー等をかぶることがありますので、テーブルクロスはしないようにしましょう。

車の事故

- * 月齢に応じたチャイルドシートを使用し、短時間でも車の中に放置せず、熱中症に気をつけましょう。

妊産婦と赤ちゃん

緊急時の連絡方法の確認

普段から災害が起こった時の連絡方法や避難場所を家族で確認しておきましょう。複数の連絡先を記入したものを携帯し、災害用伝言板などを利用する方法もあります。

非常用物品の準備

避難用のリュックなどにまとめ、いつでも持ち出せるようにしておきましょう。物資は2～3日分を目安に準備します。

- | | | | | |
|-------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------|--|
| ☐ 母子健康手帳 | ☐ 診察券 | ☐ 着替え類 | ☐ 生理用品 | ☐ 大人用飲料水・非常用保存食など |
| ☐ 粉ミルク・液体ミルク | ☐ 水（赤ちゃん用又は軟水） | ☐ プラスチック哺乳瓶・乳首 | ☐ おしりふき | |
| ☐ 紙おむつ | ☐ ガーゼのハンカチ | ☐ 哺乳瓶の消毒剤 | ☐ 月齢に応じた離乳食 | ☐ おんぶ紐 |
| ☐ タオル・バスタオル | ☐ 赤ちゃんの肌着・衣類 | ☐ 清浄綿 | ☐ 使い捨てカイロ | ☐ 歯ブラシ・歯みがきシート |
| ☐ 常備薬・絆創膏 | ☐ 携帯ラジオ | ☐ 公衆電話用 10円玉 | ☐ ビニール袋 | ☐ その他（ ） |

※災害時はストレス等で母乳の出が悪くなることもあるため、母乳育児の人にも念のため哺乳瓶や乳首、ミルク、赤ちゃん用の水を準備しておくで安心です。

家の中の安全を確認する

安全器具を用いて家具を固定したり、赤ちゃんをタンスなど危険な家具の近くに寝かせないなど、家の中の環境を整えておきます。

1～2歳頃

ひとりで歩けるようになって行動範囲が広がるだけでなく、大人のまねをしたがり、何でも自分でやってみたくなる時期です。まだ体のバランスがうまくつかめずに転倒しやすく、身のまわりの危険を察知する能力も未熟で、事故が多発する年齢です。

転落

- * 階段上下に転落防止用の柵やフェンスをつけましょう。
- * 窓やベランダから転落することのないように、エアコンの室外機など足場になるようなものを置かないようにしましょう。
- * こどもを自転車に乗せたまま、自転車から離れないようにしましょう。



窒息・誤飲

- * タバコ、薬などに加えて化粧品や洗剤の誤飲や乾燥した豆類、ビニール袋や風船、細いひも等で窒息することのないよう、こどもが手の届かない場所に置きましょう。



やけど

- * テーブルクロスをひっぱり、スープやコーヒー等をかぶることがありますのでテーブルクロスはしないようにしましょう。
- * 電気コンセントに物をつっこみ、やけど・感電することのないようにコンセントカバーを使用しましょう。



車の事故

- * ドアやパワーウィンドウで手や足、首をはさまれることのないようにドアの開閉時にはこどもの手足の位置を確認しましょう。また、月齢に応じたチャイルドシートを使用しましょう。

水の事故

- * 浴槽や洗濯機は、わずかな水でも残さないようにしましょう。
- * 屋外のプール、海や川での水泳中に溺れることのないよう、こどもから目を離さないようにしましょう。

3～5歳頃

走ったり、高いところに登り、飛び降りたり、活発な動きが出来るようになります。友だちと遊ぶようにもなりますが、一度に一つのことにしか注意を向けられず、まだまだ周囲の状況判断が十分にできません。

車の事故

- * 道路で遊んだり、飛び出しによる接触事故のないように、手をつないでこどもに歩道側を歩かせるようにしましょう。また、車道にいきなり飛び出さないなど交通ルールも少しずつ話してあげましょう。



やけど

- * ライターや花火を使ってこどもだけで遊ばないよう、こどもの手の届かないところに保管しましょう。

水の事故

- * 屋外のプールや海、川、池で溺れることのないよう、こどもから目を離さないようにしましょう。また、ライフジャケットを適切に使用しましょう。

こどもの事故防止ハンドブック

こどもの事故予防について、詳しい情報をご覧ください。

こどもの事故防止ハンドブック こども家庭庁 [検索](#)

こどもの熱中症を防ぎましょう

特に乳幼児は体温調節機能が未発達で大人より暑さに弱いです。こども自身では熱中症の予防はできないので大人が対策をとりましょう。

みんなで見守り「こどもの熱中症」を防ぎましょう こども家庭庁 [検索](#)

の災害時の備え

自分やこどもの健康状態や受けている治療について知っておく

受けている治療や飲んでいる薬の名前、アレルギーの有無と内容、血液型、貧血、感染症等の血液検査の結果などを母子健康手帳に記入したり結果を貼り付けるなど、他の人にも分かるようにしておきます。

あなたの住んでいる地域の避難場所を確認しておきましょう

いざというときにあわてず行動できるよう、避難場所や避難経路を確認しておきましょう。地域の避難場所の詳細は、堺市のホームページをご覧ください。

堺市 指定避難所 [検索](#)

災害時の注意

- 妊娠中は身体が冷えるとお腹が張りやすくなりますので、暖かくし、張りが続いたり出血がある場合は、医師に相談しましょう。また避難中でも水分を十分取り、散歩やストレッチ等を定期的に行うなど体調管理に努めましょう。
- 赤ちゃんの哺乳瓶を確保できない時は、清潔な紙コップで少しずつミルクを飲ませることができます。硬水は消化不良を起こしやすいので、軟水または赤ちゃん用の水を煮沸し使用します。
- 災害時は、母子ともに心身の不調をきたしやすくなります。ほとんどは時間とともに回復しますが、無理せず周囲の人や専門家に相談しましょう。
- 互いの声かけで安全を確認し、離れたトイレや暗がりなどに一人で行かないようにしましょう。