

もしもの時の 応急手当方法

突然心臓が止まった時の心肺蘇生法

溺れたり、病気やケガにより突然心臓が止まった場合は一刻も早い手当が必要です。これは、人間の脳細胞は3〜4分以上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番通報してから救急車が来るまでに豊中市は平均6分かかると、その間の応急措置が命を救います。

〈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。

- **乳児の場合**：左右の乳頭を結んだ線の中央から指1本くらい下のあたりを、指2本で、1分間に100回〜120回のリズムで圧迫します。
- **幼児の場合**：胸の真ん中を、手のひらで胸の厚さの3分の1くらい沈む強さで、乳児の場合と同じスピードで圧迫します。



〈気道確保・人工呼吸〉

胸骨圧迫した後に、気道確保して人工呼吸を2回します。その後、救急隊に引き継ぐまで、胸骨圧迫30回と人工呼吸2回を繰り返します。あお向けにして、頭を後に反らし、同時にあごの先を上を持ち上げるようにすると、気道が開きます。

- **乳児の場合**：口と鼻を一緒に覆い、胸が軽く上がる程度に息を吹き込みます。
- **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。

やけどをした時

すぐに水道水などのきれいな流水で15分〜30分程度、やけどをした部分を直接又は服を脱がさずに服の上から冷やしましょう。

- **やけどの範囲が片足、片腕以上の広範囲に渡る場合**：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大きさ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した場合は病院を受診しましょう。

出血した時

まずは、ある程度、止血してから水で傷を洗います。これは感染症防止になります。傷口の深さと大きさを確認してガーゼを当てて圧迫しながら止血します。それでも血が止まらず、出血がひどい時は、止血しながら受診しましょう。

異物を飲み込みノドに詰った時

119番通報を誰かに頼み、直ちに以下の方法で詰った物の除去を試みます。

〈背部叩打法（はいぶこうだほう）〉

口の中に指を入れずに、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）〉

片方の腕に乳児の背中を乗せ、手のひら全体で後頭部をしっかり持ち、頭部が低くなるようにあお向けにします。もう一方の手の指2本で、胸の真ん中を強く数回連続して圧迫します。胸骨圧迫（心臓マッサージ）と同じ要領です。



〈腹部突き上げ法（ふくぶつきあげほう）〉

幼児の後から両腕を回し、みぞおちの下で片方の手を握り拳にして、腹部を上へ圧迫します。この方法が行えない場合、横向きに寝かせ、又は、座って前かがみにして背部叩打法を試みます。



☆乳児には、腹部突き上げ法は行ってはいけません。

打撲をした時

○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時には、救急車を呼ぶか、救急病院を受診しましょう。
- 顔色が悪く、元気がない時は、小児科や脳外科を受診しましょう。意識があって元気な時でも、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（からだ）の打撲の場合

- 腕や足を打った時は、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、衣服を緩めて、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のある場合**
- 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。



救急医療相談窓口

小児救急電話相談

夜間の子どもの急病時、病院へ行った方がよいかどうか、判断に迷った時にご利用ください。

開設時間：19時から翌朝8時まで
(365日相談無料)

電話番号：**#8000**
(NTTプッシュ回線・携帯電話)

又は、**06-6765-3650**

救急安心センターおおさか

豊中市消防局は救急医療窓口事業に参画しています。「病院へ行ったらいいの?」「救急車を呼んだ方がいいの?」「応急手当の仕方が分からない」など迷った時は医療機関案内、救急医療相談が受けられます。

開設時間：24時間 相談無料
(医師の支援のもと、看護師が対応します。)

電話番号：**#7119** (NTTプッシュ回線・携帯電話)

つながらない時は：**06-6582-7119**

緊急時は迷わず

119番へ

救急車が来るまでに、用意しておく便利なもの

- 母子健康手帳 ● 保険証 ● 子ども医療証・診察券 ● 紙おむつ ● ほ乳瓶
- タオル ● お金 ● 靴 ● 普段飲んでいる薬 (おくすり手帳)



安心・安全な
子育ての
ために

乳幼児の

乳児(0歳~1歳未満) 幼児(1歳~未就学)

豊中市

事故防止ガイド



日常生活の中で、多くの乳幼児が思いもよらない事故にあり、救急車で運ばれています。

乳児から幼児は、成長段階によって事故の内容も変わってきます。この年齢での事故は、保護者や周りの大人の注意で防がなければなりません。

このガイドは、起こりうる乳幼児の事故のさまざまな事例と、いざという時の対処法を紹介しています。事故を未然に防ぎ、安心で安全な子育てのための参考になれば幸いです。

子どもの発達とともに起こりやすい事故

0歳

首がすわり、物に興味を持ち何でも口に入れる頃

就寝時の事故

うつぶせで寝かせ、顔が寝具に埋もれて窒息したり、ソファで寝返りをして転落することがあります。出来るだけベビーベッドを使用して、1歳まではあお向けに寝かせましょう。

誤飲事故

複数の磁石や、ボタン電池を飲み込むと重傷事故をおこすことがあります。また、薬やタバコの誤飲は、重い中毒を起こす危険性があります。子どもの目に触れない場所や手の届かない所に保管しましょう。

小さな物を鼻や耳に入れる

好奇心旺盛な子どもは、周囲の物に何でも興味を持ちます。小さな物は、鼻や耳の穴に詰めてしまい思わぬ事故につながる可能性があります。取り出そうとして奥に入り込むと内部を傷付ける危険性があります。無理せず医療機関を受診しましょう。

ハイハイを始めたら

玄関や階段で落下することがあります。ケガを防ぐために、移動防止柵を付けたり、クッション性のある床材を敷きましょう。

1~2歳

一人歩きで、行動範囲が広がり走る・登るを始める頃

歯ブラシなどのノド突き事故

歯ブラシやフォークを口にくわえたまま走り回るとノド突き事故の恐れがあります。口に入れたまま歩かせたり、走らせたりしないようにしましょう。

ベランダから転落

室外機や踏み台に登りベランダから身を乗り出すと転落の恐れがあります。絶対に一人でベランダに出さないようにしましょう。

お風呂に転落

一人で浴室に入って、浴槽をのぞき込み転落し、溺れることがあります。入浴後は水を抜き、浴室には外鍵を付けて入れないようにしましょう。

電気ポット、炊飯器でやけど

電気ポットなどのコードに絡まり、熱湯を浴びてやけどをすることがあります。ポットは子どもの手の届かない場所に置き、コードは配線を見直すなど安全対策をとりましょう。

3歳以上

行動がさらに活発になり屋外での事故が増える頃

ペダルなし二輪遊具

ペダルもブレーキもない二輪遊具は公道では使用できません。遊ぶ時は、必ずヘルメットを着用させ、正しい乗り方を教えましょう。

エスカレーター、エレベーターに乗る時は

エスカレーターでは、転倒や靴・衣服が挟み込まれないように注意し、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に、どちらも大人が手をつなぐなどして安全に乗りましょう。

遊具での事故

すべり台やブランコから転落したり、他の子どもと衝突することがあります。大人が付き添い、目を離さないように注意しましょう。

ライターやマッチでの火遊び

ライターなどを使用した火遊びによるやけどや火災事故防止のため、ライターやマッチは子どもの目に触れない場所に保管しましょう。

家の中でヒヤリ!

日常生活のいたるところに危険がいっぱい!
正しい知識で子どもの安全を守りましょう。

玄関ドア、ベランダで

外に出られる玄関のドアやベランダのサッシに興味を持ち、開け閉めを覚えて、目を離したすきに外に飛び出したりすることがあります。また、強風で急にドアが閉まり、指や身体を挟むことがあります。必ず内側からロックをするように日頃から心がけましょう。ベランダには、近くに踏み台になるような物は置かないようにしましょう。

洗濯機で

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。使っていない時でも必ず蓋を閉めてチャイルドロック機能を利用しましょう。

洗面所で

カミソリや歯ブラシなどでケガをすることがあります。使用したらすぐに子どもの手の届かない場所に片付けましょう。

お風呂で

浴槽にたまった、わずか10cmの深さの水でも溺れるおそれがあります。大人が洗髪している時などに、湯船の子どもが足を滑らせて溺れかけることもあります。少しの間でも目を離さないようにしましょう。



フローリングで

フローリングで走り滑って転んだり、足がもつれてテーブルの角に頭をぶつけてケガをする時があります。滑止め付きの靴下をはかせたり、テーブルや柱の角にクッションテープを取り付けるなどして、ぶつかった時の衝撃を和らげる工夫をしましょう。



窓、ブラインドで

窓の開閉時に手や指を挟まないか確認しましょう。ブラインドのひもが首に絡まないように、ひもを手の届かない所にまとめましょう。



寝室で

乳児はうつぶせで寝かせると、顔がやわらかい寝具に埋もれて窒息することがあります。

また、大人用ベッドで寝かせると、寝返りをして壁との隙間に頭や顔が挟まれることもあります。できるだけベビーベッドに寝かせるようにしましょう。



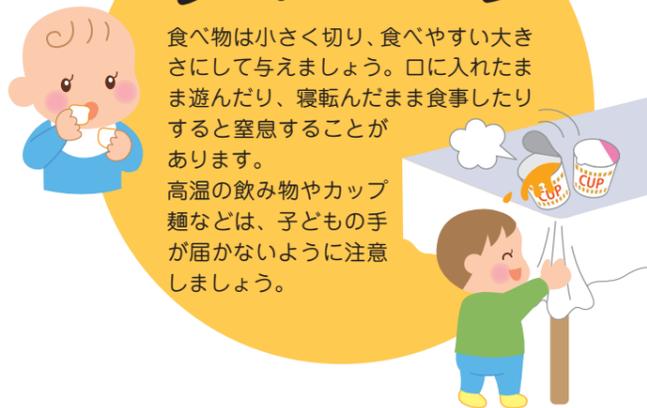
キッチンで

まな板に置いた包丁やナイフなど、刃物は使用したらすぐ収納場所に片付けましょう。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。フライパンやお鍋などは、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注意しましょう。



ダイニングで

食べ物は小さく切り、食べやすい大きさにして与えましょう。口に入れたまま遊んだり、寝転んだまま食事したりすると窒息することがあります。高温の飲み物やカップ麺などは、子どもの手が届かないように注意しましょう。



リビングで

床や机にペン、ハサミなどがあるとケガの原因になりますので、子どもの目につかない場所にきちんと収納しましょう。また、暖房器具などを置く場合はベビーゲートを活用しましょう。使用後のアイロンや、加湿器の蒸気でやけどをすることがあります。子どもの手に触れさせないように注意しましょう。



屋外でヒヤリ!

抱っこひもから転落

抱っこひもを着けたまま、靴を履こうとしたり、物を拾うなどで、前にかがむ際は、子どもがずり落ちないように、子どもをしっかり支えましょう。



車に乗せる時は

- 子どもを抱きかかえたまま車に乗ると、衝突や急停止の時、支えきれず子どもが腕から飛び出し危険です。必ず後部座席に取付けたチャイルドシートにきちんと乗せましょう。
- 子どもを車内に残したままにしていると、熱中症になる恐れがあります。少しの間でも子どもだけを車の中に残しておかないようにしましょう。
- パワーウィンドウを開ける時は、顔や手を挟まれないように確認しましょう。子どもが操作できないように、ロック機能を活用しましょう。



大人用の自転車に乗せる時は

- 幼児用座席を使用して、座席ベルトやヘルメットを着用しましょう。
- 走行中に子どもの足が後輪に巻き込まれないように注意しましょう。
- 自転車を離れる時は、必ず子どもをおろしましょう。

道路上では

- ベビーカーに乗せる時は、転落しないようにベルトを正しくしっかり締めましょう。
- 子どもと歩く時は手をつなぎ、大人が車道側を歩きましょう。
- 道路上や道路の近くで遊んだり、飛び出したりしないように交通ルールについて教えましょう。

