



暑い夏をエネルギッシュに過ごした子どもたち。そろそろ夏の疲れが出るころです。園ではこれから、運動会など行事が目白押し。毎日の体調の変化にご注意ください。

防災週間（8月30日～9月5日）

9月1日は防災の日、9月9日は救急の日です。もしもの時に備え、非常食や水、ラジオ、懐中電灯などを用意しておきましょう。

また、お子さまにも火事や地震が起こったらどのように行動すべきか、煙を吸わずに逃げる方法や地震の時は机の下に隠れるなど、日頃から繰り返し話し、緊急時に備えるようにしましょう。

おうちの中にも事故やけがを招く危険な物がたくさんあります。事故を防ぐために、確認をしてみましょう。

- ・子どもの手の届く場所に置いてはいけない物
（薬、洗剤、たばこ、ライター、ポット、炊飯器、包丁などの刃物、針、子どもが飲み込める大きさの細かい物など）
- ・踏み台になる物はベランダに置かない
- ・コンセントなどをいたずらできないようにする
- ・遊び食べに注意する（食べ物が喉に詰まることがある）



受診すべき？ 迷ったときは

夜間や休日に子どもの具合が悪くなったとき、すぐに休日診療所や救急外来を受診すべきかどうかは、迷います。自己判断で、急ぐ必要のない受診をしたり、反対に急を要する状態を見逃したりしないよう、信頼できる相談窓口やアプリを登録しておきましょう。

こども医療電話相談 (365日受付) # 8000

全国同一の短縮番号# 8000に電話をすると、都道府県の相談窓口につながり、小児科医や看護師から、症状に合わせた対処法や受診の必要性、受診する病院についてのアドバイスが受けられます。

こどもの救急 (ONLINE QQ)

厚生労働省研究班と日本小児科学会の監修によるウェブサイトです。対象年齢は、生後1か月～6歳。発熱、おう吐、けが、誤飲など、気になる症状から細かいチェックリストに進み、受診の要不要を判定。看病のポイントも紹介されています。

全国版救急受診アプリ 「Q助」

総務省消防庁が開発・提供しているアプリです。画面上で該当する症状を選択すると、緊急度に応じた対応（救急車を呼ぶ、早めに医療機関を受診、引き続き注意して様子を見るなど）が表示されます。医療機関や、受診手段の検索も行えます。





のどにものがつまったとき



食事のときに、食べ物がうまく飲み込めないと、のどにつまらせてしまうことがあります。1歳半ごろまでの乳幼児は、ものを飲み込む機能が未発達なうえ、大人のように食べ物をかんだりすりつぶしたりすることができないため、のどにものをつまらせてしまうことがあります。

また、子どもの口の大きさは直径3～4cmくらいなので、これより小さいものは食べ物以外の異物でも口の中に入れてしまいます。

食べ物や異物を飲み込んで、のどにつまってしまったときは、窒息（呼吸ができない状態）となり、命にかかわる場合もあります。

のどにつまったときの症状は？

- 口に指を入れる、のどを押さえる
- 声を出せない
- 窒息により、呼吸が苦しそう
- 顔色が悪くなる



気をつけたい食品やものは？

- もちや団子、グミなどの粘着性の高いもの
- ブドウやミニトマトなど、球状のもの、つるつるしたもの、弾力があるもの
- 3～4cm以下のおもちゃや小さな日用品

食事のときのチェックポイント

- のどにつまりやすい食品はない？
- 食べやすい大きさになっている？
- 正しい姿勢で食べている？
- しっかりかんでいる？
- 水分をとりながら食べている？
- 遊びながら食べていない？

「のどにつまる」と、「誤嚥」は違います

誤嚥とは？

小さな食べ物や異物がのどの奥の気管（空気の通り道）に入ってしまう状態です。のどにつまったときと同様に呼吸が苦しくなり、窒息の原因となります。また、せき込む、ゼロゼロするなどの症状が出て、放っておくと肺炎になることもあります。

かたい豆やナッツ類は、口の中でバラバラに細くなり気管に吸い込んでしまうことがあるので、3歳ごろまでは食べさせないようにしましょう。

のどにものがつまったときや誤嚥の対処法

1歳未満

背部叩打法

- ①片腕の上につぶせに乗せ、手のひらであごを支えて頭部が低くなる姿勢にする。
- ②もう片方の手のひらのつけ根部分で、肩甲骨の間を4～5回強く早くたたく。



胸部突き上げ法

1歳以上

- ①子どもの背後から両腕を回す。
- ②一方の手をグーに握り、親指をおへその少し上に当てる。
- ③もう片方の手を握った手に重ね、手前上方に一気に強く突き上げる。5回繰り返す。



※意識や呼吸がないときは、ただちに119番通報。

※ものが取れるまで繰り返す。

OURSでの傷の処置

擦り傷等、軽い傷に関しては、原則消毒薬を使用せず、水道水（流水）での洗浄を行います。また、OURSでは「ワセリン（皮膚の荒れや保護剤として使用）」「ベビームヒ（虫刺され）」を使用することがあります。それ以外の薬剤は使用しません。

園で怪我や皮膚トラブル等に対し、処置した傷は必ずご自宅で確認をお願いします。あくまで簡易的な処置になりますので、絆創膏等は必ず剥がして確認や洗浄、必要あれば処置をお願いします。