

予 防 編

1 子どもの死因の上位は不慮の事故

1歳～14歳の子どもの死亡原因の中で『不慮の事故』は上位を占めています
予防することによって、多くの命が救われています
子どもの発達に合わせてどのような事故が発生しやすいか把握して、予防策を十分にしましょう

子どもは、目にするものは触ったり、口に入れたり
それがどんな物かとっても知りたくなるよ

毎日色々なことを覚えて冒険したいので
おうちの人をドキドキ、ハラハラさせているかな

危険なことは全く予想できないんだ

子どもたちの目線で
点検してくれて有難う



わずか2～3cmの深さの水でも
数秒のうちに溺れてしまうこともあるんだ

関連情報

【子どもに安全をプレゼントー事故防止支援 ホームページー】
<http://www.niph.go.jp/soshiki/shogai/jikoboshi/index.html>

2 子どもに安全をプレゼント 『今できることは?』

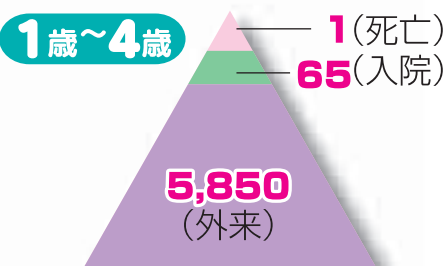
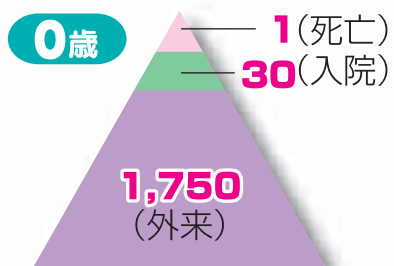
1年間に 0歳では 4人に1人



1歳～4歳では 3人に1人

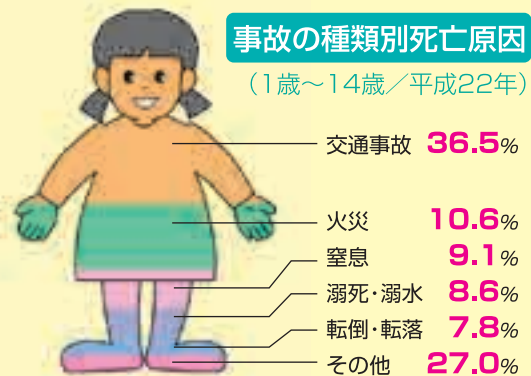
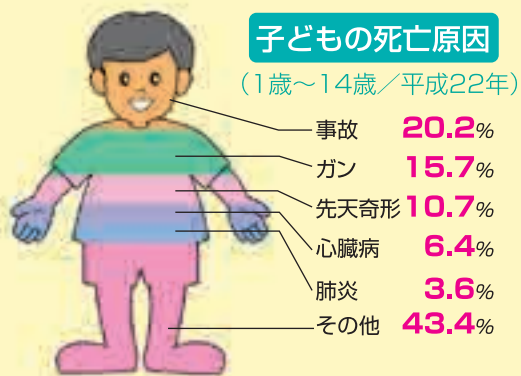


が、お医者さんを受診するような事故にあい、痛い思いをしています

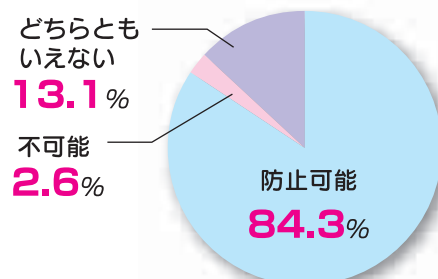


1人の死亡事故がある
とその背景には65人
の子ども達の入院があ
り、5,850人が病院を
受診するような事故に
あっています。

事故により命を失ってしまう子どもは、病気のガンよりも多いのです



事故の経験をしてしまった保護者の
80%以上が、「少しの気配りをする
ことで、事故を防ぐ事ができた」と
アンケートで回答されています。



子どもの発達と事故例

	誕生	3か月	4か月	5か月	6か月	7か月	8か月	9か月	10か月	11か月	12か月	13か月	1歳半	2歳	3歳	3〜5歳
運動機能の発達		●体動 ●足をバタバタさせる		●口の中にもものを入れる ●見たものに手を出す	●寝返りをうつ	●座る	●はう	●ものをつかむ	●家具につかまり立ちする		●一人歩きする	●スイッチ・ノブ・ダイヤルをいじる	●走る・のぼる	●階段をのぼりおりする		●高い所へのぼれる
転落	●親が子を落とす	●ベッド・ソファからの転落				●歩行器による転落	●階段からの転落	●バギー・ヤイスからの転落	●浴槽への転落	→	●階段のぼりおりの転落		●窓・バルコニーからの転落	→	→	→
切傷・打撲				●床にある鋭いもの	●鋭い角のあるおもちゃ	→	→	●鋭い角の家具・建具・カミソリのいたすところ	→	→	→	●鋭いテーブルの角・ドアのガラス・ドアにまをはさむ・きしみの角など	→	●屋外の石など	→	→
やけど	●熱いミルク・熱い風呂	→	●ポット・食卓アイロン	→	→	→	●ストーブ・ヒーター	→	→	→	→	→	→	●マッチ・ライター・湯わかし器・花火	→	→
誤飲・窒息	●まぐら・柔らかいふとんによる窒息	→	●何でも口に入れる	→	●小物・タバコ・小さなおもちゃの誤飲	→	→	●よだれかけひも・コード	→	●ナッツ・豆類	→	●薬・化粧品	→	→	●ビニール袋	→
交通事故	●自動車同乗中の事故	→	→	●母親と自転車の二人乗り	→	→	→	●道でのヨチヨチ歩きするとき	→	→	→	●歩行中の事故	→	●三輪車	→	●自動車
溺水事故				●入浴時の事故	→	→	→	●浴槽への転落事故	→	→	→	→	→	→	●プール・川・海	→

ママたちが教えてくれたヒヤリ体験

『昨日まで大丈夫だったから』という油断は禁物です。子どもは日々発達します。事故は、親が別のことで子どもに注意がまわらない時に最も起こりやすいのです。いつも、子どもの行動に関心を向けておきましょう。

子どもは日々成長する

昨日できなかったことが、
今日できるようになる



- 今まで玄関の鍵もドアも開ける力がなかったのに、ある日突然、どちらも開けて一人でアパートの階段を下りていた
- まだ寝返りができないと思っていた頃、赤ちゃんをお風呂のフタの上に寝かせて自分の体を洗おうとした瞬間、寝返りをして浴槽に落ちかけた
- いつの間にか石けんやシャンプー類に手が届くようになっていて、石けんを食べようとした

ほか多数

意外に広い行動範囲

寝返りしなくても、
足バタバタで移動



- まだ動けないから大丈夫だと思い、忘れ物を取りに行くわずかの間、赤ちゃんを洗面化粧台に寝かせていたら、少し移動していてとてもびっくりした
- 寝返りはできないけれど、じりじりお尻辺りを軸にして動く頃、ソファから落ちてしまった

ほか多数

寝返りだけで、
遠くまで移動!



- まだそれほど動かないと思っていたら、寝返りをしながら動いてティッシュを食べてしまった
- 寝返りしかできないから、そんなに動かないだろうと思っていたら、目を離れた隙に隣の部屋の窓際まで転がって行って、開いていた窓からあと少しでベランダに転がり落ちるところだった
- 寝返りはしても、うつ伏せから抑向けに戻れなかったし、ズリバイもできなかったのも、歯を磨いている間、広いベッドの上に寝かせておいたら、落ちてしまっていた

ほか多数



はいはいでも、階段はのぼれる

- はいはいで上れないと思っていたのに、家の階段を上っていた
- まだ歩けないのに、階段を10段くらい上がっていたときは驚いた。階段に柵をしていなかった

仰向けに寝かせていたはずが、うつぶせに!?

- わずかな時間だと思い、ふんわりした布団の上に寝かせていたら、うつぶせになってもがいていた
(生後～おすわり)

子どもの手は予想以上に伸びる



- 気づいたらハサミを持っていた
食卓テーブルで届かないと思っていたが、子どもの手が思っていた以上に伸びてハサミに届いてしまった

乳幼児の身体的特徴から

赤ちゃんの頭は重たい



- 私が服を脱ぐ少しの間に、1歳の息子が浴槽を覗き込み落ちて溺れかけた
- 下の子をつれて浴室に行くと、先に入っていた2歳の子どものが、乗り出しすぎて浴槽へ落ちた
- 浴槽を覗き込んでいて、少しバランスを崩すと、あとちょっとで浴槽側に落ちそうだった (2歳) ほか多数

- ★ 高層階のベランダの柵も危険
踏み台になるものは置かないようにしましょう

子どもは、水かさが浅くても溺れる



- 先に出て体を拭いていたところ、浴槽に残しておいた息子が足を滑らせて溺れそうに
湯量が少ないので大丈夫と思っていたが、足をとられてしまうとパニックになり危ないとわかった (歩く～1歳) ほか多数

- ★ 乳幼児は頭が重いため、たとえば水の入ったバケツに頭から落ちると元に戻ることができません
少量の水でも油断できません

浴室の危険性は大!

お風呂のフタは、ずれることがある

- 自分が体を洗っている間、10か月の子どもを浴槽のフタにのせていたらフタがずれて浴槽に転落した

小さい兄姉をあてにしてはいけない

- 1歳の子が浴槽内で滑って水につかってしまった
一緒にいたお兄ちゃんは7歳なのですぐに助けしてくれると思っていたが、お兄ちゃんも驚いて動けなかった

水を張っていなくても、浴室は危険

- お風呂で水遊び中に、1歳の子どものが蛇口を勝手にひねり、熱湯が出た
- 浴室のドアが完全に閉まっていなくて、1歳の子どものが一人で入り、滑って頭を打った
- 2歳の子どものが浴室に迷い込み、内側から鍵をロックしてしまった

- ★ 浴室に水が無ければ溺水のような事故は避けられますが、やはり鍵をかけておきたいものです



子どもに安全をプレゼント

～どうしたら事故がなくせるか、予防策の例を紹介します～

1、転落予防

1) ソファ・ベット



寝返りしなくても足をバタバタさせて動きます

成長するにつれ、突然寝返りをうち転落することもあります
テーブル、洗面台など高い所に寝かせないようにしましょう

2) 階段



ハイハイをはじめたら、階段には柵を!

階段からの転落は、頭部打撲や骨折など大きな事故につながります
階段の上下に柵を設置しましょう



3) ベランダ・窓



ベランダの柵は110cm以上が安全です

足をかけられるような構造でないか確認を!
エアコンの室外機、ビールケース、新聞の束など踏み台になるものがないように

4) スベリ台



安全な遊び方を教えましょう

自分だけでなく、他の子どもにもケガさせることのないように行動で示して教えましょう



2、切傷・打撲予防

1) 歯ブラシ、鉛筆、はしなど



長いものを持って歩き回ると、転んだり、ぶつかったりした時にのどに刺さり大変危険です

絶対に、長いものを持ち歩かせず、安全なおもちゃを代替品に渡すなどして取り上げましょう

2) はさみ、カミソリ



はさみ、カミソリ、包丁などが危険な刃物であることはわかりません!

手の届く所に刃物を置かないようにしましょう

3) ドア、車のドア・窓



子どものいる場所を確認して開け閉めしましょう

子どもは隙間などに指を入れてしまい、骨折や切断などの大きな事故につながります

車の窓も、子どもを目視して閉めましょう

3、やけど予防

1) テーブルクロス



テーブルクロスの使用はやめましょう

子どもがテーブルクロスを引っ張ると
頭の上に食器や熱い飲み物がかかり
危険です

2) アイロン



アイロンを使用する時間帯を考えましょう

テーブルや机の端に置くのは危険です
アイロンのコードも触れないように
しましょう

3) 台所

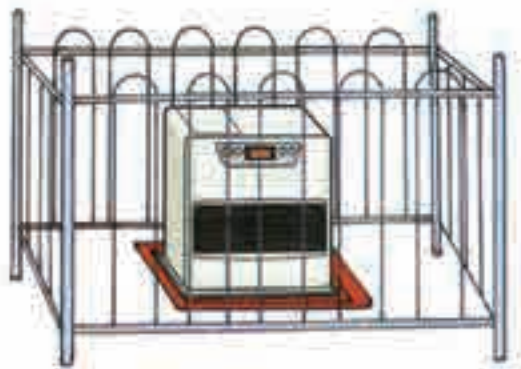


台所に入ってこれないようにガードする
と安心です
やけどが多いエリアです!

炊飯器、ポットの蒸気でやけどすることも!
手の届かないところに置きましょう

取っ手の部分に手が届かないような
向きになべやフライパンを置くように
しましょう

4) ストーブ



『危ない』と繰り返す注意より、近づけない工夫を!

柵をするなどして、熱源が直接触れないようガードしましょう

ストーブの上にやかんは置かないように!

5) 火遊び



マッチやライターは届かない場所におきましょう

火遊びはやけどだけでなく、火災にもつながります

危険性についても教えましょう

花火も子どもだけで遊ばせてはいけません



4、誤飲・窒息予防

1) タバコ



誤飲のトップは『タバコ』です

次のことは必ず守りましょう

- ・タバコや灰皿を子どもがいる部屋に置けません
- ・灰皿に水を入れません
- ・ジュースの缶などを灰皿代わりにしません

(ニコチンが溶け出した水を誤って飲むと、吸収が早まるため、大変危険です)

2) あめ玉、硬貨、ビニール袋など



電池、文具など直径39mm(トイレットペーパーの芯に入る物=子どもの口の大きさ)以下のものは誤飲の恐れがあります

手の届く所に置かないようにしましょう

スーパーのビニール袋などで遊ばせないようにしましょう

3) 医薬品



トイレや掃除用洗剤は、強い酸やアルカリ性のものが多く、誤飲すると命にかかわるような重大事故になる危険性があります

手の届かないところか、鍵のかかる所に保管しましょう

5、交通事故予防

1) 自動車

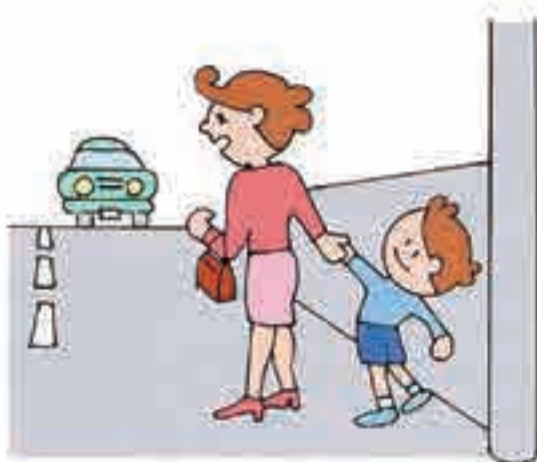


車のスピードが遅くても衝突の力は大大きく
大人がしっかり赤ちゃんを抱いている
つもりでも、支えきれものではありません

年齢にあったチャイルドシートを正しく
使用しましょう

運転中の授乳やおんぶは大変危険です

2) 歩行中



子どもの手をつなぎ、大人は車道側を歩き
ましょう

安全な歩き方、道路の渡り方、危険な箇所、
交通ルールなど繰り返し教えましょう

3) 道路遊び



道路で遊ばないように注意しましょう
ボール遊びも道路の近くでは危険です

自転車も身体に合ったものを選び、交通量
の多い所では乗らせないようにしましょう

6、溺水予防

1) 浴槽、トイレ



浴室やトイレのドアは開けっ放しにせず、子どもが届かない所に外力ギをつけ、一人で入れない工夫をしましょう

大人が洗っている間は、浴槽の外で待たせるようにしましょう

浴槽の床に滑り止めマットの使用を!

残り湯はしないようにしましょう

2) 川、池、プール



大人がいない時に池や川に近づかないよう教えましょう

普段から、家の周りで危険だと思われる場所について、話し合っておきましょう



年齢別 事故予防のためのお願い

事故予防チェックリスト

～子どもたちからのメッセージ～

0～4か月の頃

転落予防

- 1 抱いて歩くとき、足元に気をつけてね
- 2 抱いて歩くとき、あわてて階段を降りないでね
- 3 一人置いて外出しないでね、一人では危険から身を守れないよ
- 4 ソファーの上に一人で寝かせたままにしないでね
寝返りしなくても足バタバタで移動することがあるよ、落ちそうだよ

やけど予防

- 5 お風呂やミルクの温度は、温度計や大人の肌できちんと確かめてね
ミルクの表面は適温でも、中の温度がまだ高いこともあるよ
- 6 ホットカーペットやこたつを長時間使わないでね、低温でもやけどするよ
- 7 抱っこしたまま熱い物を飲んだり食べたりしないでね、こぼされるとやけどするよ

誤飲・窒息予防

- 8 母乳やミルクを飲ませた後は、ゲップさせてから寝かせてね
吐いたミルクで窒息することがあるよ
- 9 敷布団は窒息しないように硬めを使ってね
- 10 まわりにタバコや小物は置かないでね、手に触れたら口に入れてしまうよ
- 11 寝ているとき、上から物が落ちてこないように、近くの棚や机の上を片付けてね

交通事故予防

- 12 チャイルドシートは車の後部座席に取り付けて使用してね
- 13 車に乗せたまま一人にしないでね

4か月～1歳頃

転落予防

- 1 ベビーベッドの柵はいつも上げておいてね
- 2 ソファの上で一人で寝かせたままにしないでね
- 3 階段の上下階には転落防止用の柵を取り付けてね
- 4 子ども用のイスは安定したものを使ってね

切傷・打撲予防

- 5 テーブルなど家具のとがった角には、コーナークッションなどでガードしないとけがしてしまうよ
- 6 テーブルクロスは使用しないでね、ひっばって物を落としてしまうよ
- 7 ドアのちょうつがい部分には指が入らないようにガードしてね
- 8 はさみ、カミソリ、包丁などの刃物は使用したら必ず片付け取り出せないように引き出しにロックをしておいてね
- 9 テレビ台のガラス扉は、手や指を入れないようにガードしてね

やけど予防

- 10 熱いお茶、みそ汁などは少し冷まして、大人が席に着くときに一緒に運んでね
- 11 ポットや炊飯器は手の届かない所に置いてね
- 12 アイロンは使用後、手の届かない所において冷ましてね
- 13 ストーブやヒーターは触れないようにガードしてね

誤飲・窒息予防

- 14 タバコや灰皿はいつも手の届かない所に置いてね、危ないよ
- 15 ジュースの缶などにタバコを入れないでね、間違って飲んでしまうよ
- 16 ボタン電池や硬貨、指輪などの小物は手の届かない所に片付けておいてね、口に入れてしまうよ
- 17 ピーナッツやあめ玉などは窒息するよ、手の届かない所に置いてね
- 18 ビニール袋も手の届かない所に片付けてね
- 19 寝ている上に、物が落ちてこないように周囲を片付けてね

溺水予防

- 20 入浴中一人にしたまま離れないでね、入浴後は浴槽のお湯を抜いてね
- 21 一人で浴室に入れないようにドアにはカギをつけておいてね

交通事故予防

- 22 チャイルドシートは車の後部座席に取り付けて使用してね
- 23 車に乗せたまま離れて一人にしないでね

1歳6か月～3歳頃

転落予防

- 1 ベランダの柵の高さは110cm以上で、エアコンの室外機、花壇、古新聞の束など、踏み台になるようなものをそばに置かないでね
窓の下も同じ様に、踏み台になるものがないか確認してね
- 2 テーブルや椅子など高いところでは立ち上がらせないでね
- 3 階段を上り下りするときは、大人がいつも子どもの下側を歩くか、手をつないでね

切傷・打撲予防

- 4 位置を確認してからドアを開けてね
- 5 引き出しやドアを開け閉めして遊ばせないようにしてね
- 6 ペンやフォーク、歯ブラシなどを持たせたりくわえさせないでね
- 7 腕をひどく引っ張らないでね、脱臼することがあるよ

やけど予防

- 8 熱いお茶、みそ汁などは少し冷まして、大人が席に着くときに一緒に運んでね
- 9 ポットや炊飯器は手の届かない所に置いてね
- 10 アイロンは使用後、手の届かない所において冷ましてね
- 11 ストーブやヒーターは触れないようにガードしてね
- 12 マッチやライターなども手の届かない所に置いて、危険だといつも教えてね

誤飲・窒息予防

- 13 タバコや灰皿はいつも手の届かない所に置いてね
- 14 ジュースの缶などにタバコを入れないでね、間違っても飲んでしまうよ
- 15 医薬品、化粧品、洗剤などは、子どもが触れないようにしてね
- 16 自分の鼻や耳に小物を入れて遊ばないように見えてね
- 17 ピーナッツやあめ玉などは手の届かない所に置いてね

交通事故予防

- 18 チャイルドシートは車の後部座席に取り付けて使用してね
- 19 ドアを開閉するとき、手や足の位置を確認してね

溺水予防

- 20 一人で浴室に入れないようにドアに鍵をかけておいてね
- 21 入浴後、浴槽のお湯は抜いておいてね

3歳以上

転落予防

- 1 遊んでいる周りに、つまずきやすいものや段差がないか注意してね
- 2 浴室の床やタイルは滑りやすいので手をつないでね
- 3 いつもいる位置を確認してね
- 4 すべり台やブランコの安全な乗り方を教えてね
- 5 ベランダや窓の側に踏み台になるものは置かないでね
- 6 おもちゃで遊んでいるとき、危険なことをしていないか確認してね

切傷・打撲予防

- 7 ドアを開閉するとき、手や足の位置を確認してね
- 8 カミソリ、包丁、はさみなどの刃物は使用したら必ず片付け取り出せないように引き出しにロックをしておいてね

やけど予防

- 9 アイロンは使用後、手の届かない所において冷ましてね
- 10 マッチやライターなども手の届かない所に置いて、危険だといつも教えてね
- 11 花火も子どもだけで遊ばせず、他の人に向けないなど正しい遊び方を教えてね
- 12 ストーブやヒーターは子どもが触れないようにガードしてね

誤飲・窒息予防

- 13 タバコや灰皿はいつも手の届かない所に置いてね
- 14 ジュースの缶などにタバコを入れないでね、間違っても飲んでしまうよ
- 15 医薬品、化粧品、洗剤などは、子どもが触れないようにしてね
- 16 鼻や耳に小物を入れて遊ばないように見ていてね
- 17 ピーナッツやあめ玉、お餅などあげるとき喉に詰まらせないように注意してね

交通事故予防

- 18 チャイルドシートは車の後部座席に取り付けて使用してね
- 19 ドアを開閉するとき、手や足の位置を確認してね

溺水予防

- 20 子どもだけで川や池に遊びに行かせないようにしてね
- 21 水遊びをするときは必ず大人が付き添ってね
- 22 入浴後、浴槽のお湯は抜いてね

乳幼児の熱中症を予防しましょう

○熱中症とは？

高温多湿な環境にすることで体内の水分や塩分のバランスが崩れ体温調整機能がうまくいかなくなり、体内に熱がこもってしまう状態

○早期発見のポイント



○子どもはどうしてなりやすいの？

ベビーカーなど地面からの照り返しが暑い
自分で着るものの調整、水分補給ができない
体温調整機能が未熟



予防のために

★こまめに水分補給を行いましょう

→乳児の場合は母乳やミルク

離乳食が始まったら白湯や麦茶も取り入れましょう

→外出の前後や入浴の前後も水分補給を心がけましょう

★車に置き去りにしないようにしましょう

★暑い日は扇風機やエアコンで温度調整

★暑い日の不必要な外出はさけましょう

→外出の際は帽子の利用やこまめに休憩を



(参考) 厚生労働省

http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryou/nettyuu/