

事故・病気の予防

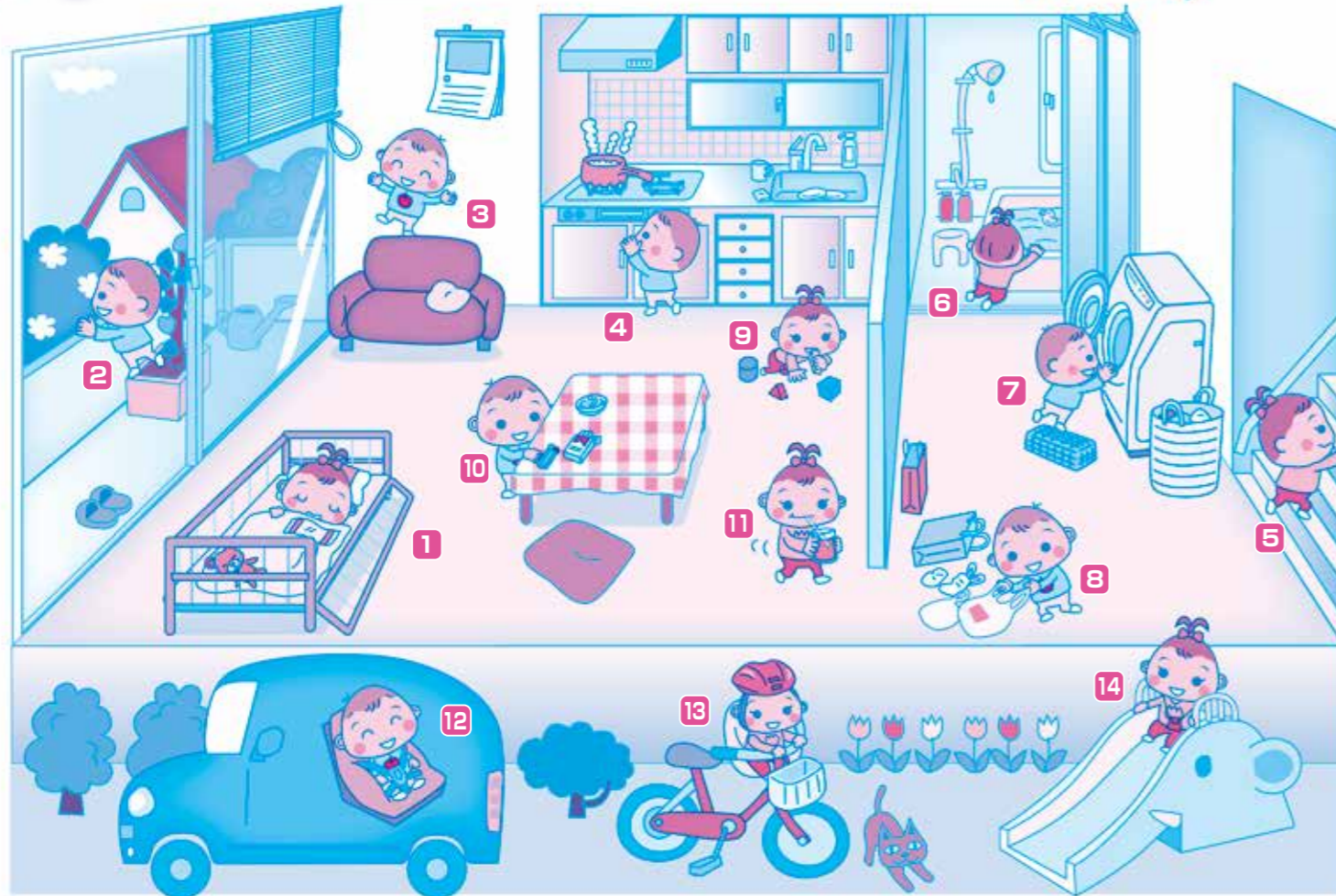
子どもを 事故から守ろう

子どもの死亡事故の第1位は「不慮の事故」です。しかし、これらの事故のほとんどは、ちょっとした注意で防ぐことができます。

子どもの成長と起こりやすい事故・その予防

あっ! **ここが危ない!**
さっそく点検を

下のイラストを参考に、致命的な事故を未然に防ぎましょう。



※抱っこひもやベビーカー使用時も取扱説明書を読み、バックルやベルトを正しく締めて使用しましょう。

子どもの目線で 見てみよう

お家の中は、整理整頓

お子さんの視線で、お家の中を見回してみてください。いつもと違って見えませんか? 「アレは何だろう?」と、お子さんの興味を引くものが、いっぱいです。危ないものは、お子さんの手の届かないところへしまいましょう。

子どもが静かな時こそ、要注意

「あれ? 何しているのかな?」と、気にかけてみましょう。何かによじ登ったり、のぞき込んだり、口に入れたりしているかも…。

子どもを呼び寄せるより、親から近づこう

特に、外で「○○ちゃん」と呼びかけると、お子さんはお父さん・お母さんしか目に映りません。周囲の車や物に、注意がいなくなってしまう。

転落して頭を強打する危険

1 ベビーベッド



ベッドの柵が一番上まで上げ、しっかりロックをしましょう。

2 ベランダ



踏み台になるものは置かないようにします。ひとりでベランダに出ないようにガラス戸に鍵をかけましょう。

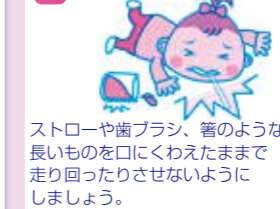
5 階段



ひとりで上り下りしないように柵をつけるようにしましょう。

(くわえたまま) 転倒してのど の奥深くに突き刺さる危険

11 長いもの



ストローや歯ブラシ、箸のような長いものを口にくわえたまま走り回ったりさせないようにしましょう。

(自転車ごと) 転倒して 頭を強打する危険

13 自転車

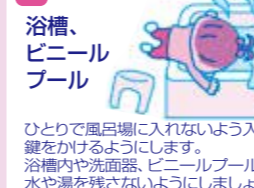


子どもを補助いすに乗せたまま走り回ったりさせないようにしましょう。ヘルメットをかぶせましょう。

※窒息・誤嚥(ごえん)防止のため、ミニトマトやブドウ等、球状の食べ物は小さく切って食べさせましょう。豆・ナッツ類は5歳以下の子どもには食べさせないようにしましょう。

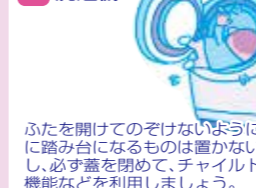
湯・水の中に落ちて溺れる危険

6 浴槽、ビニールプール



ひとりで風呂場に入れないよう入り口に鍵をかけるようにします。浴槽内や洗面器、ビニールプールなどに水や湯を残さないようにしましょう。

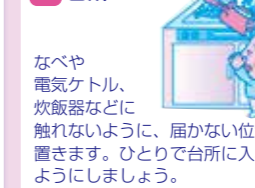
7 洗濯機



ふたを開けてのぞかないように、近くに踏み台になるものは置かないようにし、必ず蓋を開けて、チャイルドロック機能などを利用しましょう。

やけどする危険

4 台所



なべや電気ケトル、炊飯器などに触れないように、届かない位置に置きます。ひとりで台所に入れないようにしましょう。

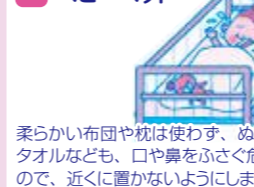
10 居間など



ライターやタバコ、アイロンは手の届かないところに置くようにしましょう。

息ができなくて窒息する危険

1 ベビーベッド



柔らかい布団や枕は使わず、ぬいぐるみ、タオルなども、口や鼻をふさぐ危険があるので、近くに置かないようにしましょう。

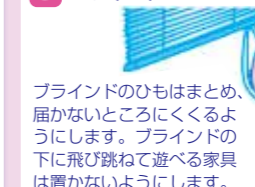
8 ビニール袋



ビニール袋は近くに置かないようにしましょう。

ひもで首がしまつて窒息する危険

3 ブラインド



ブラインドのひもはまとめ、届かないところにしておくようにします。ブラインドの下に飛び跳ねて遊ぶ家具は置かないようにします。

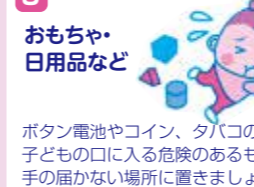
14 すべり台



遊ぶときは、ひもやフード付きの洋服は避け、かばんや水筒などは外すようにしましょう。

のどに詰まって窒息する危険

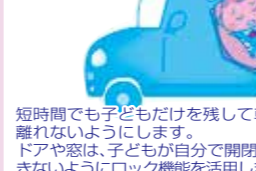
9 おもちゃ・日用品など



ボタン電池やコイン、タバコのような子どもの口に入る危険のあるものは、手の届かない場所に置きましょう。

車中に放置され熱中症になる危険 車のドアやパワーウィンドウに挟まれる危険

12 自動車



短時間でも子どもだけを残して車から離れないようにします。ドアや窓は、子どもが自分で開閉操作ができないようにロック機能を活用しましょう。

大切なことは、子どもをいつでも視野の中に入れておくことです。事故を未然に防げます。あなたの子どもには日頃からなぜ危ないのかを伝えていきましょう。

チェック! あなたのお家は大丈夫?

- Q1 薬・たばこ・化粧品・洗剤・お酒類などが、お子さんの手の届くところに置いてありませんか。
- Q2 ストープ・アイロン・ポット・炊飯器などの熱い物に、お子さんの手が届きませんか。
- Q3 ベランダや洗濯機の周辺に、お子さんがよじ登れそうなものはありませんか。
- Q4 お風呂場には、お子さんが自由に出入りできますか。また、浴槽にはいつも水がはってありませんか。
- Q5 ベビーベッドや階段に取り付けられた柵を、つい面倒でしないことがありますか。
- Q6 お家の中で、お子さんが何をしているのか、わからないことがありますか。
- Q7 お家や車の中に、お子さんだけを置いていくことはありませんか。

子どもの病気・事故の対応

こんなときどうする?いざという時のための応急処置

急な病気やケガで救急車を呼ぶか迷ったとき

- **横浜市救急相談センター** (24時間対応)
#7119または045-232-7119 (ダイヤル回線・IP電話からはこちら)
- **ONLINE QQ こどもの救急**
(公益社団法人日本小児科学会)
夜間や休日などの診療時間外に病院を受診するかどうか、判断の目安を提供しています。



たばこ、洗剤、化粧品などの誤飲事故が起こったとき

- **大阪中毒110番** (24時間対応)
☎072-727-2499
- **つくば中毒110番** (9時から21時対応)
☎029-852-9999
(公益財団法人日本中毒情報センター)

身近な場所をメモしてみましょう

休日の診療は _____ 休日急患診療所 ☎ _____

窒息の対応

のどに物が詰まった!唇が紫色(チアノーゼ)!呼吸ができない!
呼吸をしていないときや顔色がおかしい場合は、**すぐに救急車を呼びましょう。**

●●● 背部叩打法 ●●●

- ◆片方の腕に乳児をうつぶせに乗せます。
- ◆手で乳児のあごをしっかりと持ち、頭部が低くなるような姿勢にします。
- ◆もう一方の手のひらの付け根で、**背部を力強く数回連続してたたきます。**



●●● 胸部突き上げ法 ●●●

- ◆片方の腕に乳児の背中を乗せ、手のひら全体で乳児の後頭部をしっかりと支えます。
- ◆頭部が低くなるよう仰向けにし、もう一方の手の指2本で、両乳頭を結ぶ線の少し足側を目安とする**胸骨の下半分を、力強く数回連続して圧迫**します。



●●● 腹部突き上げ法 1歳以上 ●●●

- ◆後ろからウエスト付近に手を回します。
- ◆片手で握りこぶしを作り、その親指側を子どもの**へそ**より少し上に当てます。
- ◆その手をもう一方の手で握り、すばやく**手前上方**に向かって圧迫するように突き上げます。



熱中症の対応

頭痛、吐き気、嘔吐、注意力の散漫などがある場合には、**病院を受診しましょう。**
意味不明な言動があるなど意識が朦朧としていたり、体温が極端に高い場合は、**すぐに救急車を呼びましょう。**

●●● 涼しい環境に退避させる。 ●●●

風通しのよい日陰や冷房が効いている室内などが適しています。

●●● 衣服を脱がせ、体を冷やす。 ●●●

- 衣服を脱がせて皮膚を露出し、あまり汗をかいていないようであれば、皮膚に水(冷たい水よりぬるい水が効果的)をかけて濡らしながらうちわなどで風を当てます。
- 氷のうや冷却パックで首、脇の下、太ももの付け根などを冷やしましょう。頬、手のひら、足の裏でも効果的です。

★水分と塩分、糖分の補給も重要!

熱性けいれんの対応

発熱で起こるけいれんで1~4歳くらいに多く見られます。通常は数分で自然とおさまりますので、慌てずに落ち着いて対応しましょう。けいれんが長く続くときは、**すぐに救急車を呼びましょう。**

- ①慌てず、安全で平らな場所に仰向けに寝かせましょう。
★吐きそうな場合は、吐いたものがのどに詰まらないように顔と体を横に向けましょう。
- ②けいれんが始まった時間を確認しましょう。衣類をゆるめて熱を測りましょう。
- ③けいれんの状態を確認しましょう。
★腕や足がガクガクしているのか、ギューツとしているかなど身体の動きに注意!



大声で名前を呼ばない!
身体をゆすらない!
刺激となり、けいれんが長引く場合があります。

口の中に物を入れない!
熱性けいれんで舌を噛むことはほとんどありません。噛む力はかなり強いので物や指を入れることは危険です。

やけどの対応

やけどをしたら、流水ですぐに冷やしましょう。やけどの範囲が広い場合や顔面や陰部のやけど、または皮膚が焦げていたり白くなって痛みを感じないような深いやけどの場合には、**すぐに救急車を呼びましょう。**

- ◆氷や冷却パックで冷やす必要はありません。
- ◆広い範囲にやけどをした場合、全身の体温が下がるほどの冷却は避けましょう。
- ◆水ぶくれ(水泡)は破らないようにしましょう。



出血時の対応

大量に出血している場合や出血が止まらない場合には、**すぐに救急車を呼びましょう。**

- ◆清潔なガーゼやハンカチ、タオルなどを重ねてきず口に当て、その上から出血部位を指先や手のひらで強く圧迫します。
- ◆大きな血管からの出血の場合で、片手で圧迫しても止血しないときは、両手で体重を乗せながら圧迫します。

ギューツとしっかり押さえて圧迫



子どもに多い感染症

赤ちゃんは生まれたとき、お母さんから免疫（抵抗力）をもらいますが、生後6か月を過ぎる頃から、自然に失われ、病気にかかりやすくなります。

うつり方（感染経路）

病気を引き起こすウイルスや細菌などが、体に侵入する経路には主に次の4つがあります。

何か気になることがあれば、かかりつけの医師や福祉保健センター健康づくり係（☎ P.28・29 参照）に相談しましょう。

ひまつかんせん 飛沫感染

咳やくしゃみで飛び散った飛沫（しぶき）によって鼻やのどから感染します。



空気感染

ひまつ 飛沫の水分が蒸発し、空気中に長時間漂い、吸い込むことで感染します。



接触感染

手から手、タオルなどを介して感染します。



経口感染

水や食べ物などを通して感染します。





子どもに多い感染症

病名	ロタウイルス	百日せき	突発性発しん	麻疹（はしか）	風しん（三日ばしか）	流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）	水痘（水ぼうそう）	手足口病	ヘルパンギーナ	伝染性紅斑（りんご病）	インフルエンザ
感染経路（うつり方）	経口	飛沫・接触	飛沫	空気（飛沫・接触）	飛沫（接触）	飛沫（接触）	空気・飛沫・接触	飛沫・経口・接触	飛沫・経口・接触	飛沫・接触	飛沫（接触）
潜伏期間	1～3日	7～10日	約10日間	約10日	2～3週間	約2～3週間	10～20日	3～5日	2～4日	7～18日	1～3日
発熱	時に発熱	なし	38℃以上（3～4日間）	38～39℃以上（4～6日・一度下がり、再び上がる）	38℃前後	38℃前後（1～3日間）	38℃前後（1～3日間）	時に発熱	38～39℃（1～3日間）	なし	38～39℃以上（3～4日）
発しん	なし	なし	解熱とともに紅い発疹	顔・全身の紅斑、色素沈着	顔面・全身の細かな発疹（約3日）	なし	紅い発疹から、水泡・かさぶたへ変化	手・足・口・おしりに水疱性の発しん	口蓋垂（のどちんこ）の根もとに小水疱	おもに頬の紅斑	なし
他の症状	おう吐、下痢、けいれん、脱水	長く続く激しい咳	下痢	鼻水・咳・結膜充血	耳の後のリンパ節の腫れ	片側または両側の耳下腺の腫れと痛み	なし	口の中の痛み	のどの痛み	なし	鼻水・咳・のどの痛み 下痢・おう吐
通園（通学）のめやす（詳しくは医師にご相談ください）	おう吐・下痢などの症状が治まり、ふだんの食事ができる	特有の咳が止まる。または適正な抗菌薬治療5日間が終了する	解熱後1日以上たつて、全身状態がよい	解熱した後、3日を経過する	発疹が消失する	耳下腺・顎下腺の腫れが発現してから5日を経過する	すべての発疹がかさぶたになる	解熱後1日以上たつて、ふだんの食事ができる	解熱後1日以上たつて、ふだんの食事ができる	発疹が出たときにはすでに感染力はないので全身状態がよいこと	発症した後5日を経過し、かつ解熱後3日を経過する
予防接種で予防できる病気（接種の開始年齢）	○ （生後6週～）	○ （生後3か月～）		○ （1歳～）	○ （1歳～）	○ （1歳～）	○ （1歳～）				○ （生後6か月～）

予防するには

※咳エチケット

咳やくしゃみが出る人は、他の人にうつさないためにも、マスクをつけるか、ハンカチで口をおおみましょう。

石けんを使った丁寧な手洗いをする。



栄養・睡眠を十分にとり、規則正しい生活をして体力をつける。



流行の時期は人混みをさける。




予防接種をする。



かかったかな?と思ったら

必ず受診し、医師の指示を守りましょう。



なるべく安静に過ごしましょう。

いつから、どんな症状であったのか、その順序と程度、経過についてよく観察し、医師に伝えられるよう整理しておきましょう。

下痢や高熱などで食欲がない場合は、水分を十分に与え、消化のよい食べ物を与えましょう。

薬の使い方、どういう症状に注意すればよいか、家での過ごし方、また次の受診はいつ頃にすればよいかを医師にききましょう。

入浴、外出については、症状がおさまればかまいませんが、医師とよく相談しましょう。

部屋の温度は、子どもが気持ちよく感じるくらいに調節しましょう。

あなたなら、こんなとき、どうしますか？

子どもが言うことをきかないとき、
ついたたいてしまうんです。
もうやめようと思うのですが、また
同じことの繰り返しで……。
自分がイヤになってきます。

しつけのためには、時には、
子どもをたたくこともしかた
のないことかしら？

でも、やっぱり「たたく」のは
どうかしら？
言ってもわからなくても何とかし
なくちゃ。
だから子育ては大変なのよねえ。

もう～。泣き止まなくて、
いやになっちゃう！
どうしたらいいのかしら？
こっちが泣きたいわ。



子どもと一緒にいるのがツライ。
子どもを「カワイイ」と思うこと
ができない。どうしたらいいの？

いろいろな保護者(親)の声が、聞こえてきました。
こんなとき、あなたはどうしますか？
「もしかして、これって、子どもへの虐待かも……？」

? 子ども虐待ってどんなこと？

虐待であるかどうかの判断は、保護者(親)の考え方や意図とは無関係です。
「しつけのつもり……」「子どものため……」という保護者(親)側の意図で判断するのではなく、
子どもがどう感じ、どう傷ついているか「子どもの立場」から判断されるものです。
具体的には、保護者(親)が子ども(18歳未満)に対して行う、次のような行為をいいます。

- **身体的虐待** ● 子どもの身体に暴行を加えること(赤ちゃんを強くゆさぶる、たたく、口をふさぐ等)
- **性的虐待** ● 子どもにわいせつな行為をすること、させること又は見せること
- **心理的虐待** ● 子どもの心を傷つける言動、子どもの前でDVを行うこと
- **ネグレクト(保護の怠慢・拒否)** ● 子どもの健康・安全への配慮を怠ること(食事を与えない、乳幼児を家に残して外出する等)

※これらが重複して行われる場合もあります

子育てのことで悩んだら相談してみよう！

子どもへの虐待は、子育ての不安から始まることがよくあります。
子育てのがんばりすぎやいろいろなストレスがきっかけになって虐待に至ってしまう。
それは決して特別なことではありません。
近くに知り合いがいらない。注意されそうで誰にも相談できない。
そんなふうに思っていないですか？
「もしかしたら、これって虐待かな……」
そう思われたら、ぜひ相談してください。一緒に考えましょう。
(区役所(P.28・29)、児童相談所(P.20)の窓口へご連絡ください)

LINEでも相談できます！

横浜市では、「かながわ子ども家庭110番相談LINE」として、児童虐待、子育ての不安など、子どもに関する相談をLINEでもお受けしています。

ID: kana_kodomo110
相談時間: 月～土曜日 9～21時
(年末年始を除く)



横浜市子供を虐待から守る条例について

「横浜市子供を虐待から守る条例」は、子どもが虐げられ、傷つくことが決してないように、全ての市民が一体となって、地域の力で子どもと家庭を支える環境づくりを推進するため、平成26年11月5日に施行されました。令和元年6月に児童虐待防止法が改正され、親権者による体罰の禁止が明文化されたことなどを踏まえ、令和3年10月に本条例の一部改正を行いました。体罰など子どもの品位を傷つける行為がなく、全ての子どもが一人の人間として尊重され、健やかに成長することができる社会の形成に取り組むことなどを追記しています。

〈条例改正のポイント〉

- 保護者は子育てに際して、虐待をしないことに加えて、体罰を含む子どもの品位を傷つける行為をしないこと、また、体罰等のない子育てを横浜市全体として支える内容を追加しました。
- 子ども自身が、さまざまな権利を持つ一人の人間として尊重されることを明らかにしました。

地域の皆さんの役割 (第5条)

- 子育てに係る保護者の負担を理解します。
- 子どもや保護者を地域で見守り、声かけを行い、孤立することのないよう努めます。



保護者の皆さんの役割 (第6条)

- 子どもに愛情をもって接し、自主性と自発性を育む健全な養育を行います。
- 積極的に相談や子育て支援事業を利用します。



市の果たすべき役割 (第4条)

- 虐待の予防、早期発見に努めます。
- 関係機関が行う虐待防止の取組を積極的に支援します。
- 虐待を行うおそれのある保護者を支援します。



関係機関の果たすべき役割 (第7条)

- 虐待の早期発見に努めます。
- 虐待発見時、各区こども家庭支援課・児童相談所に通告します。



妊娠中の女性と胎児の健康増進 (第12条)

- 妊娠中の女性は、自己と胎児の健康の保持増進に努めます。
- 配偶者及び同居者は、妊娠中の女性が安心して生活できるよう、心身の負担を軽減するなどの配慮を行います。



全文は
こちらから



毎月5日は
子供虐待防止
推進の日
こどもたちの明るい
未来のために

知っていますか? 子どもの権利

子どもの権利条約は1989年の国際連合総会において採択され、日本も1994年に批准しました。
子どもの権利条約では、次の4つを、子どもたちの持つ基本的な柱としています。

住む場所や食べる場所がある
治療を受けられる
防げる病気から命が守られる など

生きる権利
育つ権利

教育を受け、休んだり遊んだり
できる
能力を伸ばし成長できる など

あらゆる暴力などから守られる
プライバシーや人に知られたく
ない秘密が守られる など

まも
守られる権利
けんり
参加する権利

家族などの親しい間柄でも、SNSの
投稿には気を付けましょう!

自由に意見を表したり、自由な
行動を行える など

配偶者や恋人など身近な人からの暴力が原因で悩んでいませんか？

配偶者等からの行為が怖くて、怯えたり、不安を感じていたりしていたら、まずは相談してみてください。「家庭内の問題だから」「自分にも悪いところがあるから」など、と黙ったりせず、一人でがまんせずに、ご相談ください。

<相談先>

横浜市DV相談支援センター〔電話相談窓口〕

045-671-4275

月曜～金曜 9:30～16:30
(祝日・年末年始を除く)

045-865-2040

月曜～金曜 9:30～20:00
土曜・日曜・祝日 9:30～16:00
(第4木曜・年末年始を除く)

※性別を問わず受け付けています。
※横浜市各区福祉保健センターや警察署・交番でもご相談に応じしています。

※緊急時は、
最寄りの警察署・
交番、又は
110番へ!!

家賃補助付き賃貸住宅

子育てりぶいん



Lined area for taking notes.

入居者の収入に応じて家賃補助

最大4万円を家賃助成します。
(最長6年間)

たとえば、
家賃10万円/月
世帯月収額12万円の場合

▶▶ 10万円×40%=4万円/月
最大で4万円/月×6年間=288万円
の家賃助成

子育て世帯にやさしい環境を備えた安心・安全な住宅

- ・小学校や小児医療施設が近隣に立地
- ・新耐震基準に適合

最寄駅
徒歩又はバスで概ね20分以内



小学校
概ね1km以内



小児医療施設
徒歩で概ね20分以内



公園等
概ね1km以内



店舗等
概ね1km以内



子育て支援施設
(保育園等)
概ね1km以内



※主な入居資格:世帯月収額が21万4千円以下、18歳未満の子がいる等