

11. 赤ちゃんを抱いて歩くとき、自分の足元に注意が必要です。

今まで簡単に通っていた所でも、赤ちゃんを抱いているときは足元が見えにくいので、ちょっとした段差や、カーペットがめくっていたり、床が滑りやすかったりするとつまずいて転倒する恐れがあります。赤ちゃんを抱いたまま転倒すると、体で押しつぶしてしまったり、テーブルや家具にぶつけてしまうので、赤ちゃんを抱いているときは注意して行動しましょう。



12. 赤ちゃんを抱いているとき、あわてで階段を降りない。

赤ちゃんを抱いているときは足元が見えにくいので、階段を下りるとき踏み外してしまったり、靴下やスリッパを履いていて滑って赤ちゃんを落としてしまう事故があります。階段などの高い場所からの転落は、重症な事故になりやすいので注意が必要です。階段のカーペットは毛足の短いものを使用し、市販のすべり止めを貼るもの手軽な安全対策です。ただし、極端に出っ張ると逆につまづく原因になります。



赤ちゃんを抱いているときは階段の上がり下りは慎重に行いましょう。

13. ドアを開めるときは赤ちゃんの手の位置を確認する。

赤ちゃんの小さな指はちょっとしたすき間にも簡単に入ってしまいます。ドアのすき間に指が入っているの知らずに勢いよく開けてしまったり、開けておいたドアが風で急に閉まって指が挟まれてしまう事故があります。

ドアを開閉するときは、赤ちゃんの手の位置を確認し、ドアを開けておくときは、ドアストッパーなどで固定しておきましょう。



14. 赤ちゃんをクーハン(かご)に寝かせて持ち上げるときは、両方の取っ手をしっかり握る。

クーハンの扱いに慣れてくると、取っ手を片方しか握っていないのに気づかず持ち上げて赤ちゃんを落としてしまったり、持ち運んでいるとき取っ手が取れて寝ている赤ちゃんが転落してしまう事故が起こっています。

赤ちゃんをクーハンに寝かせて持ち上げるときは、必ず両方の取っ手を握っているかを確認しましょう。



15. 寝ている赤ちゃんの上に、物が落ちてこないようにしてある。

寝ている赤ちゃんの上に、テーブルの上の哺乳瓶が倒れてきたり、タンスの上の箱が落ちてきたり、お兄ちゃんお姉ちゃんが遊んでいるおもちゃが落ちてきた。上から落ちてきたものがあったり、打撲ややけどを負ってしまう事故があります。

寝ている赤ちゃんの上には物が落ちてこないようにしておきましょう。



16. 赤ちゃんは暖房の熱が直接触れないように寝かせる。

冬は暖房器具によるやけどが多くなります。体温より少し高いくらいの温度でも、長時間あてたまにすると低温やけどを起こすことがあります。赤ちゃんの皮膚は大変弱く、ほんの少しの熱でも重症なやけどを負う危険があります。

赤ちゃんはストーブ・ヒーターの熱が直接あたらないようにして寝かせましょう。こたつや電気カーペットには長時間寝かさないようにしましょう。



17. 母乳やミルクを飲ませた後はゲップをさせてから寝かせましょう。

母乳やミルクを飲んだ後は、排気が十分でない乳をもどしてしまい、吐いたものが気管に入ると窒息してしまいます。母乳やミルクを飲ませた後はゲップをさせてから寝かせ、寝かせてから10~15分は気をつけて見ているようにしましょう。



18. 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をしましょう。

ベビーベッドに寝かせようとした時に、のけぞってベッドの欄にぶつかったり、ミルクをあげようとして抱きかかえた時、急に頭を後屈してテーブルにぶつかったり、赤ちゃんはじっとしていません。

角のするどい家具やテーブルはクッション等でカバーし、赤ちゃんを抱いたりおぶったりする時は、まわりにぶつかる危険なところがないか、安全を確認してからの行動を心がけましょう。



19. 赤ちゃんのまわりにタバコや小物は置いておかない。

赤ちゃんは大人が口にくわえるタバコに興味があり、手の届くところにある物がつかめるようになると誤飲事故が多くなります。タバコや灰皿は必ず手の届かない所に置きましょう。

また、液体に溶けたニコチンは吸収が早く、一口飲んだだけでも危険なので、飲み残しの缶を灰皿代わりに使用するのはやめましょう。



20. 入浴中の赤ちゃんからは目を離さない。

授乳をしたり、オムツを取り替えたり、お母さんは睡眠不足です。赤ちゃんと一緒にお風呂に入っていて、うたた寝をして赤ちゃんが湯船に沈んでしまったり、赤ちゃんをうつぶせにして洗っていたら、顔がお湯について溺れてしまうなどの事故が起こっています。

入浴中の赤ちゃんからは目を離さず、赤ちゃんを一人にして着替えと取りにいったり、電話に出たりするのはやめましょう。





3～4か月児健診用安全チェックリスト

(3か月～1歳6か月児対応)

あなたは子どもの事故を防ぐために、次のことを行っていますか。または今後行いますか。

1. ベビーベッドの柵はいつも上げておく。	はい (使用せず)	いいえ
2. ソファーの上に赤ちゃんを一人で寝かせたままにしない。	はい	いいえ
3. 階段の上下階には転落防止用の柵を取り付ける。	はい (階段なし)	いいえ
4. 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をする。	はい	いいえ
5. 子どもの椅子は安定のよいものを使用する。	はい	いいえ
6. タバコや灰皿はいつも赤ちゃんの手の届かない所に置く。	はい (喫煙しない)	いいえ
7. 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く。	はい	いいえ
8. ビニール袋は手の届かない所に片付ける。	はい	いいえ
9. 母乳やミルクを飲ませた後はゲップをさせてから寝かせる。	はい	いいえ
10. ホットや炊飯器は赤ちゃんの手の届かない所に置く。	はい	いいえ
11. 熱いお茶、味噌汁、カップラーメンなどは赤ちゃんの手の届かないテーブルの中央に置く。	はい	いいえ
12. テーブルクロスは使用しない。	はい	いいえ
13. アイロンは使用後、赤ちゃんの手の届かない所に置いて冷ます。	はい	いいえ
14. ストープやヒーターは赤ちゃんが触れないようにガードをして使用する。	はい (ストープ使用せず)	いいえ
15. 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をする。	はい	いいえ
16. テレビ台のガラスの扉やビデオデッキのテープ挿入口は、赤ちゃんが手や指を入れないようにガードをする。	はい	いいえ
17. かみそり、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はロックをしておく。	はい	いいえ
18. 入浴中の赤ちゃんを一人にしたままにせず、入浴後は浴槽のお湯をぬいておく。	はい	いいえ
19. 一人で浴室に入れないようにドアにはカギをつけておく。	はい	いいえ
20. 自動車に乗るとき、チャイルドシートを後部座席に取り付けて使用する。	はい (車使用せず)	いいえ

いいえに○印がついたら、リーフレットを読んで子どもの事故を防ぐように心がけましょう。

著作：田中哲郎



3~4か月児 健診用

子どもの事故はちょっとした気配りで防げます。
事故を防ぐためのポイントをまとめてみました。

1. ベビーベッドの柵はいつも上げておきましょう。

赤ちゃんの発達は早く、まだ動けないから大丈夫と思っていてベッドの柵を下けたままミルクを作りに行ったり、オムツを取りに行ったり、赤ちゃんから目を離したすきに転落事故は起こっています。赤ちゃんをベビーベッドに寝かせるときは必ず柵は上げておきましょう。



2. ソファの上に赤ちゃんを一人で寝かせたままにしない。

3か月くらいになると、赤ちゃんは手足をバタつかせ動き、頭の方へずりあがったりします。5か月を過ぎると早い赤ちゃんは寝返りが打てるようになるので、ソファなど高いところに赤ちゃんを寝かせるときは、目を離すことができません。赤ちゃんは動くものだとことを忘れずに、高いところに寝かせたままにしないようにしましょう。



3. 階段の上下階には転落防止用の柵を取り付けましょう。

ハイハイが始まると探索行動が活発になり、階段や段差があるところでは目が離せません。ちょっと目を離したすきに階段を上り下りすることができないよう、階段の上下両側に柵を取り付け、閉め忘れのないようにしましょう。玄関や縁側など高い段差がある場所には一人で行けないようにしておきましょう。



4. 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をしましょう。

赤ちゃんは頭が重いので、しっかりとお座りができない頃は、バランスを崩して前のめりをしたり、後ろに倒れたりして、テーブルの角や床のおもちゃに頭やおでこをぶつけてしまいます。つかまり立ちや伝い歩きの頃は転倒がつきもので、転んだ先の家具や柱の角に、顔や口をぶつけて打撲したり切傷したりします。家具はなるべく丸みのあるものを選び、角にはクッションテープなどを取り付け、ぶつかったときの衝撃を和らげる工夫をしておきましょう。



5. 子どもの椅子は安定のよいものを使用しましょう。

椅子に座っているとき、テーブルを足でつけた勢いで赤ちゃんが椅子ごと倒れたり、椅子によじ登って転落したり、ベビーカーやショッピングカートからいきなり立ち上がったって転落してしまう事故があります。子ども用の椅子は安定のよい倒れにくいものを選びましょう。ハイチェアやベビーカーに座らせたら必ず安全ベルトをしめ、乗り降りするときは大人が行うようにしましょう。



6. タバコや灰皿はいつも赤ちゃんの手の届かない所に置きましょう。

赤ちゃんは大人が口にくわえるタバコに興味があり、手の届くところにある物がつかめるようになると誤飲事故が多くなります。タバコや灰皿は必ず手の届かない所に置きましょう。また、液体に溶けたニコチンは吸収が早く、一口飲んだだけでも危険なので、飲み残しの缶を灰皿代わりに使用するのはやめましょう。



7. 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ましょう。

赤ちゃんは何気なく床やテーブルの上に置いてある小物をつまんで口に入れてしまいます。赤ちゃんの口の大きさは最大32mmなので、これより小さなものは飲み込んでしまいます。



異物を飲み込んだ場合、普通48時間以内に便と一緒に排出されますが、心配な場合はかかりつけ医に相談しましょう。ボタン電池を飲み込んでしまった場合はすぐに病院を受診しましょう。部屋の中の小物は整理整頓しておき、自宅だけではなく、実家やよその家に出出した時にも注意しましょう。

8. ビニール袋は手の届かない所に片付けましょう。

シールやラップをはがして遊んでいて、飲み込んでのどに詰まらせてしまったり、ビニール袋を頭からかぶって、鼻や口をふさいでしまうなどの事故が起こっているため、スーパーやコンビニ、クリーニングのビニールの袋には注意が必要です。



また、歩けるようになると、壁にかけてある袋やひもに首をかけて窒息してしまう事故も起こっています。ビニール袋やラップは手の届かないところに収納し、おもちゃ代わりにして遊ばせないようにしましょう。

9. 母乳やミルクを飲ませた後はゲップをさせてから寝かせましょう。

赤ちゃんは母乳やミルクを飲んだ後、排気が十分でないで乳をもどし、気管に入ると窒息してしまいます。母乳やミルクを飲ませた後はゲップをさせてから寝かせ、寝かせてから10~15分は気をつけて見ているようにしましょう。



離乳食が始まったら食べ物は硬さや大きさ、口の中に入れる量を考え食べさせましょう。

10. ポットや炊飯器は赤ちゃんの手の届かない所に置きましょう。

赤ちゃんはハイハイができるようになると、床に置いてあるポットにつかまり立ちをしてひっくり返したり、電気コードを引っ張ってお湯をこぼしたり、炊飯器の蒸気の噴出し口に手や顔を近づけてやけどをしてしまう事故が多くあります。



ポットや炊飯器、熱いお湯等は赤ちゃんの手の届かない所に置きましょう。

ポットにはロックをかけ、余分なコードは巻き取っておきましょう。

11. 熱いお茶、味噌汁、カップラーメンなどは赤ちゃんの手の届かないテーブルの中央に置きましょう。

赤ちゃんは何でもつかめるようになると、熱いものにも平気で手をのび触れてしまいます。お母さんが食事の準備中、ちょっと目を離したすきにガス台から下ろしたばかりのやかんや鍋を触ったり、お母さんが飲もうとしたコーヒーをひっくり返してやけどをしてしまう事故があります。

また、片手で赤ちゃんを抱きながら熱いものを扱うのは危険です。抱いている赤ちゃんが動いたり、動かなくても誤ってカップが手から滑って落ちたりしないとは限りません。熱い食べ物や飲み物はテーブルの中央に置き、赤ちゃんを抱きながら食べたり運んだりするのはやめましょう。



12. テーブルクロスは使用しない。

テーブルクロスをかけていると、赤ちゃんが食事中引っ張って、熱い食べ物や飲み物がこぼれてやけどをしてしまったり、つかまり立ちをするときに引っ張って、コップやお皿、ジャムのビンなどが落ちてきて打撲をしてしまいます。

子どものうちは、テーブルクロスの使用はやめましょう。



13. アイロンは使用后、赤ちゃんの手の届かない所に置いて冷ましましょう。

使い終わったばかりのアイロンの温度は90度です。使用時だけでなく、温度を冷ますときも手の届かないところに置いて冷ましましょう。



14. ストープやヒーターは赤ちゃんが触れないようにガードをして使用しましょう。

冬は暖房器具によるやけどが多くなります。ストーブの近くに寝かせておいて、寝返りをしたときに手があたったり、ヒーターの噴出し口に指をつけたり、転んでストーブにぶれてしまったりします。赤ちゃんの皮膚は大変弱く、ほんの少しの熱でも重症なやけどを負う危険があります。

熱源が直接触れないように、ガードをして使用しましょう。

ストーブの上にやかんは置かないようにしましょう。また、体温より少し高いくらいの温度でも、長時間あてたままにすると低温やけどを起こすことがあります。赤ちゃんはストーブ・ヒーターの熱が直接あたらないようにして寝かせましょう。こたつや電気カーペットには長時間寝かさないようにしましょう。



15. 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をしましょう。

ドアのちょうつがい側に指をささむと大きな圧力がかかるため、指を骨折したり、切断してしまうような大きな事故になりかねません。赤ちゃんの小さな手はちょっとしたすき間にも簡単に入ってしまうので、特に玄関などの重さのあるドアのちょうつがい部分には注意が必要です。

ドアを開閉するときは、赤ちゃんの手の位置を確認しましょう。ドアのちょうつがい側には防止グッズなどでカバーをし、ドアを



開けておくときは、風で急に閉まらないようにドアストッパーなどで固定しましょう。

16. テレビ台のガラスの扉やビデオデッキのテープ挿入口は、赤ちゃんが手や指を入れないようにガードをしましょう。

テープが出たり入ったりするビデオデッキの挿入口。赤ちゃんがおもちゃを中に入れて遊んだり、つい手を入れてみたくるところです。手を入れて抜けなくなったりしないように、カバーでおおえば手をはさむ危険が防げます。

テレビ台のガラスの扉やビデオデッキのテープ挿入口には、ガードをしておきましょう。



17. かみそり、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はロックをしておく。

まな板の上に置いてあった包丁を取ろうとして足の上に落ちてしまったり、洗面台のかみそりを握ってしまったり、赤ちゃんはこれから大人が使っている物に興味を持ち、真似をして自分でも使ってみようとする。

刃物を使用したらすぐ収納場所に片付ける習慣をつけておきましょう。



18. 入浴中の赤ちゃんを一人にしたままにせず、入浴後は浴槽のお湯はぬいておきましょう。

入浴中、支えなしに座れるようになったばかりの赤ちゃんを一人にして着替えを取りに行ったり、電話に出たり、お母さんがシャンプーをしている間、浴槽につかまり立ちをさせておいたら、よじ登って溺れたり、浴槽の外にいるからといって安心できません。

浴槽のふたは入浴する前にはずし、入浴中の赤ちゃんからは目を離さないようにしましょう。入浴後は浴槽のお湯はぬいておきましょう。



19. 一人で浴室に入れないようにドアにカギなどを付けておきましょう。

じっとしていることが少なく、一人でもよちよち歩いていってしまう1歳ごろ。掃除をしようとして浴室のドアを開けておいたら、知らないうちに浴室に入り、浴槽をのぞきこんで溺れてしまう事故がおきています。

浴室のドアは開けっ放しにせず、カギをかけて自由に入出入りできないようにしておきましょう。



20. 自動車に乗るとき、チャイルドシートを後部座席に取り付けて使用しましょう。

赤ちゃんを抱いて車に乗るのは危険です。車が急に止まったり、衝突すると、腕から飛び出し、衝撃をまともに受けてしまいます。たとえゆっくり走っていても衝撃のエネルギーは予想以上に大きく、大人の手の力では支えきれません。

車に乗せる時は年齢にあったチャイルドシートを後部座席に取り付け使用しましょう。

購入時には耐久性や安全基準に合格したJISマークや運輸省の認定マークを目安に車種にあったものを選びましょう。

