



## 1歳6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. 子どもが遊んでいる周りに、つまずきやすいものや段差がないか注意をしましょう。

床に出してあるおもちゃや掃除機のコード、めくれあがったカーペットにつまずいたり、公園で石段につまずいて転んだり。子どもは足元を見ないで突進してくるので、ちょっとした段差にもつまずき転倒します。

ある程度高さのある段差は認識できますが、ちょっとした段差は逆につまずきやすいので注意が必要です。

おもちゃは床に出しすぎないようにし、部屋の中は整理整頓しておきましょう。

つまずきそうな段差がないか確認して遊ばせましょう。



### 2. テーブルや椅子など高いところでは立ち上がらないようにさせましょう。

高いところに立ち上がるの喜び、テーブルやこたつの上で落ちてしまったり、椅子や買い物カート、ベビーカーから立ち上がって転落する事故が起っています。

テーブルや椅子などには立ち上がらないようにさせましょう。

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。



### 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、手をつなぎましょう。

階段を上り下りするときは、転んでも支えられるように子どもの下側を歩きます。最初は後ろ向きにハイハイをして降りるようにし、歩いて降りられるようになったら手を取ったり子どもの横か下側を歩きましょう。

また、大人の目が離れることがあっても安全なように階段の上下階には柵をつけ、閉め忘れのないようにしましょう。



### 4. 子どもの位置を確認してからドアは開けましょう。

開き戸を勢いよく開けたら反対側にいる子どもにぶつかったり、ドアが透明なガラスだと閉まっているのがわからなくて突進してぶつかってしまうことがあります。シールを貼ったりぶつかっても飛び散らないようなフィルムを貼って防止します。

子どもの位置を確認してから、ドアは開閉しましょう。



### 5. 子どもが引き出しやドアを開け閉めして遊ぶことがないようにしましょう。

家具の引き出しを開け閉めして指をはさんだり、引き出しを出してよじ登りタンスが倒れてはさまれたりします。機密性の高いサッシにはさむと、ひどい場合は指を骨折したり、切断してしまいます。

ドアクッションや引き戸ロック、サッシの溝には消しゴムやラップの芯などをはさんで防止しましょう。

サッシの鍵の部分は子どもの背丈からいってもいたずらしたくなる所なので、知らないうちにベランダに一人で出られないように、簡単に開けられないようにロックをしておきましょう。



### 6. ペンやフォーク、歯ブラシなどをくわえて走り回らない。

口に物を入れたまま歩いたり、走り回っていると、壁にぶつかったり転んだときに口の中を切ってしまうたり、喉をついたりする危険があります。手に持っていれば転んだとき突き刺さってしまいます。

ペンやフォーク、歯ブラシなどをくわえて走り回らないようにしましょう。



### 7. 子どもの腕を強く引っ張らない。

オムツを交換した後、子どもを起こそうとして腕を勢いよく引っ張り、転びそうになって片腕を急に引き上げたり、お兄ちゃんお姉ちゃんが遊んでいて引っ張ったりしたときに脱臼は起こっています。

脱臼は癖になりやすいので、急に腕を引いたりしないようにしましょう。



### 8. ストープやヒーターは子ども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。ヒーターの噴出し口に指をついたり、転んでストープにぶれてしまったりします。子どもの皮膚は大変弱く、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。ストープの上にやかんは置かないようにしましょう。



### 9. 熱いお茶、味噌汁、カップラーメンなど子どもが熱い物に触れないようにしましょう。

台所は子どもにとって危険な場所のひとつです。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熱い鍋に触ってしまったら、足元にいる子どもに熱いスープや油をかけてひどいやけどを負わせてしまったり、テーブルの上のカップラーメンをひっくり返してしまう事故があります。

熱い食べ物や飲み物はテーブルの中央に置きましょう。

大人の目が離れることがあっても自由に台所には入れないように、柵をつけ、閉め忘れのないようにしておきましょう。

また、アイロンは使用時だけでなく、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。





### 10. 医薬品、化粧品、洗剤などは子どもの手の届かないところに置きましょう。

子どもは大人のまねをしたがり、大人が物を出し入れするバックが気になります。バックの中には小銭や化粧品、薬など誤飲事故につながる物がたくさん入っていますが、バックの中に入っていれば大丈夫と思って、子どもの側に置いておいたため、バックの中からタバコを出して食べてしまったり、引き出しに入っている薬も取り出して誤飲してしまいます。

お母さんが使う化粧品はこのほか興味・関心があり、洗面台や化粧台の上に無造作において置かないようにしましょう。

医薬品、化粧品、洗剤などは子どもの手の届かないところに置きましょう。

手が届く引き出しや冷蔵庫は開けることができないようにロックをしておきましょう。



### 11. 子どもが鼻や目に小物を入れて遊ぶことがないようにしましょう。

子どもはビーズやプラスチックの玉、小さなブロックやお菓子などを面白半分で鼻や耳に詰めて遊ぶことがあります。異物が詰まって取れなくなり、思わぬ事故になることもあるので注意が必要です。特に鼻から入ったものは長時間そのままにしておくとな中の粘膜に炎症を引き起こします。

鼻や耳に小物を入れて遊ぶことがないように注意しましょう。



### 12. ビーナッツや飴玉などは子どもの手の届かないところに置きましょう。

子ども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。子ども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めてしまったり、おもちゃが口の中にすっぽり入ってしまったら、食べ物が飲み込めなくて喉につかえてしまったりします。

子どもの喉はまだ未発達なので、気管に物が入りやすく、ピーナッツや枝豆などの豆類を与えるのは危険です。豆類は赤ちゃんの気管をふさぐ大きさで、誤って気管に入っているのに気がつかないと肺の炎症を起こしてしまいます。

ピーナッツは3歳を過ぎるまでは与えないようにしましょう。

食べ物硬さや大きさ、口の中に入れる量を考え食べさせましょう。



### 13. 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。

子どもはなかなかじっと座ってられません。チャイルドシートを嫌がって座らないと抱きかかえて乗せてしまいがちになりますが、スピードを出していないでも衝突による力は予想以上に大きく、子どもを死亡させたり、ひどく傷つけてしまいます。

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。



### 14. ドアを開閉するとき、子どもの手や足の位置を確認しましょう。

子どもの行動範囲が広がると、自動車のドア、エレベーター、車のパワーウィンドウなど、色々な所で手や足をはさむ事故が多くなります。ドアやサッシは人が出入りする度に触れるところであるので、ドアやパワーウィンドウを開閉するときは、手などはさまないように注意しましょう。

ドアを開閉するときは、子どもの手や足がどこにあるかを確認しましょう。



### 15. 入浴後、浴槽のお湯は抜いておきましょう。

入浴中、子ども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でも、浴槽を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直前にはずし、入浴中の子どもからは目を離さないようにしましょう。

2歳のお誕生日までは、入浴後は浴槽のお湯はぬいておきましょう。



### 16. 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。

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、子どもの手の届かない所に外カギをつけて、自由に入りにくいようにしておきましょう。







## 3歳児健診用安全チェックリスト

(3歳児から)

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. 子どもが外遊びをするとき、つまずきやすいものや段差がないか注意する。	はい	いいえ
2. 浴室の床やタイルは滑りにくい。	はい	いいえ
3. いつも子どものいる位置を確認してる。	はい	いいえ
4. すべり台やブランコの安全な乗りかたを教えている。	はい	いいえ
5. ベランダや窓の側に踏み台になるものはない。	はい	いいえ
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をしている。	はい	いいえ
7. 車のドアを開めるとき、子どもの指をはさまないか確認をしている。	はい	いいえ
8. 自動車に乗るときは必ずチャイルドシートを使用している。	はい (準使用せず)	いいえ
9. 子どもに交通ルールを教えている。	はい	いいえ
10. ストープやヒーターなどは子どもが触れないようにガードをして使用している。	はい (ストープ使用せず)	いいえ
11. 熱いお茶、味噌汁、カップラーメンなど子どもが熱い物に触れないようにしている。	はい	いいえ
12. 医薬品、化粧品、洗剤などは子どもの手の届かない所に置いている。	はい	いいえ
13. 子どもに鼻や耳に小物を入れて遊ばせない。	はい	いいえ
14. あめ、お餅などをあげるとき、喉に詰まらせないように注意している。	はい	いいえ
15. 子どもだけで川や池に遊びに行くことはない。	はい	いいえ
16. 水遊びをするときは必ず大人が付き添っている。	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

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：田中啓郎





## 3歳児 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. 子どもが外遊びをするとき、つまずきやすいものや段差がないか注意しましょう。

子どもは体のわりに頭が大きく重心が高いため、バランスを崩してよく転倒します。走っていて足がもつれたり、スクーター、三輪車に乗っていて石や段差で転倒したりします。まだまだ上手に手を出すことができず、顔面からアスファルトやコンクリートに転倒すると重傷な事故になる場合があります。



つまずきそうな段差がないか確認して遊ばせましょう。  
足のサイズにあった靴をはいて遊ばせましょう。

### 2. 浴室の床やタイルは滑りにくいですか。

浴室のタイルは水や石鹸で滑りやすく、転倒すると桶や浴槽、ドアのサンで打撲したり切傷してしまいます。

浴槽の床やタイルは滑り止めのマットをひくなどして、滑らないようにしておきましょう。



### 3. いつも子どものいる位置を確認しましょう。

ジャンプしたり、走ったり、三輪車をこいだり、お母さんがおしゃべりに夢中になっているわずかなすきに子どもは思いがけないところに移動します。ソファからジャンプして飛び降りてテーブルにぶつかったり、走って遊んでいてドアや柱にあたったり、危険な遊び方を始めたらきちんと指導しましょう。



外遊びをするときは、子どもは思いがけないところに移動するので、注意しましょう。子どもの行動をよく観察して、安全に遊べる環境を作りましょう。

### 4. すべり台やブランコの安全な乗りかたを教えましょう。

すべり台で前を滑っている友達を後ろから押ししたり、ブランコに立ち乗りをしていて転落し、戻ってきたブランコにあたったり、子どもは決まった遊び方では物足りず無理なことをしようとします。安全に作られている遊具でも遊び方を誤れば事故の引き金となり、思わぬけがを負ってしまいます。



遊具の安全な遊び方を教えましょう。  
遊びのルールを決めて守らせるようにしましょう。

### 5. ベランダや窓の側に踏み台になるものは置かない。

ベランダや窓の向こう側の景色に子どもは興味があります。子どもの好奇心をくすぐる場所であるのと合わせて、転落したときの被害の大きさも忘れてはなりません。お母さんがベランダから下が見えると、身を乗り出し、高い階にあるベランダからの転落事故は死亡や重傷などの生命にかかわる事故につながります。



ベランダには新聞の束、ビール瓶のケース、大きなクーラーボックス、高さのある植木鉢など、踏み台になるものは置かないようにしましょう。

子どもがのぞきこめる窓には安全柵つけ、ベッドやソファ、椅子やテーブルなど子どもの這い上がれる物は窓のそばには置かないようにしましょう。

### 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ましょう。

おもちゃを持って遊具の高いところから飛び降りたり、砂場遊びのシャベルで打ち合ったり、縄跳びや紐をすべり台やジャングルジムにかけて遊んだり、子どもは大人が思いがけないような遊びを見つけてきます。子どもの遊んでいるおもちゃや遊具環境、遊び方について大人が常に確認する必要があります。子どものおもちゃの大部分は安全に設計されていますが、子どもは本来の遊び方で遊ぶとは限らないので常におもちゃの安全を点検しておきましょう。



子どもの年齢や能力にあった遊具を選び、遊び方のルールを身につかせましょう。

### 7. 車のドアを開めるとき、子どもの指をはさまないか確認をしましょう。

車のドアを開めるとき、子どもの手があるのに気づかず閉めてしまうと、車のドアは重いので軟らかい子どもの指は重傷な傷を負ってしまいます。

車のドアは子どもが開けられないようにドアロックしておき、パワーウィンドーを開めるときは窓から顔や手が出ていないか確認してから行いましょう。



また、自転車に乗せていて後輪に足をはさむ事故も起こっていますので、子どもを自転車と一緒に乗せるときは、足が巻き込まれないように、ドレスガードのついたものを選びましょう。

### 8. 自動車に乗るときは必ずチャイルドシートを使用しましょう。

子どもはなかなかじっと座っていません。チャイルドシートに嫌がって座らないと、使用しないで車に乗せてしまいがちになりますが、スピードを出していないでも衝突による力は予想以上に大きく、子どもを死亡させたりひどく傷つけてしまいます。走行中子どもに車内の装置を触らせないようにするためにもチャイルドシートに座らせ、シートベルトをしっかり締めましょう。

