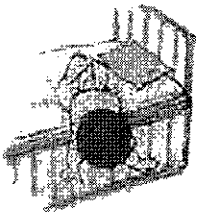
子どもに安全をプレゼント

母親・両親学級用

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。

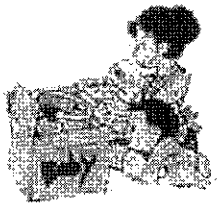
1. 赤ちゃんの事故は大人の気配りで大部分は防げます。



赤ちゃんは寝返りができるようになるとベビーベッドや高い所からの転落。物がつかめるようになるとタバコや小物の誤飲。ハイハイやつかまり立ちをするようになると転落や熱い物を触ってのやけど。外遊びや外出をするようになると交通事故が起こりやすくなります。

事故を経験した保護者の80%以上が少しの気配りで防げることができたと回答しています。子どもの発達や行動パターンを理解し的確に対応すればほとんどの事故は防止可能です。

2. ベビー用品やおもちゃを購入する時、デザイン性より安全性を重視しましょう。



赤ちゃんが使うものはすべて安全の規格や基準にあっているとは限りません。Sマーク・SGマーク・STマークなど安全マークがついているものでも、使い方や使用月齢が違っていたり、赤ちゃんの体に合っていないと事故は起ります。使い方の表示や注意書きは大切で、説明書を良く読み、構造や品質に問題はないかを確認して使用しましょう。

ベビーベッド、子ども用の椅子、ベビーサークル、衣類などはデザインだけではなく、安全性や耐久性にも目を配りましょう。

3. 部屋の中は安全を考えて整理整頓しましょう。

タバコ・ボタン電池・クリップ・硬貨・指輪などの小物を床やテーブルに置いたままにすると、赤ちゃんは手を口に持って行きなんでも口の中に入れようとするので危険です。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めてしまいます。

部屋の中の小物は整理整頓しておき、自宅だけではなく、実家やよその家に外出した時も注意しましょう。

4. 赤ちゃんの敷布団は硬めの物を準備しましょう。

敷布団は柔らかすぎると赤ちゃんの鼻が埋まってしまい、鼻や口がふさがれてしまいます。また、ベッドの中や寝ている赤ちゃんの側にぬいぐるみやタオルなどが置いてあると寝返りをしたときに顔が埋まってしまいます。

敷布団は硬めの物を使用し、赤ちゃんはあおむけに寝かせ、うつぶせ寝にならないように気をつけましょう。布団は顔に深くかけすぎないようにしましょう。

5. ベビーベッドの柵とマットレスの間にすき間がないようにしましょう。

ベビーベッドの柵と敷布団の間に、赤ちゃんの頭が入るようなすき間があると、頭がはさまって動けなくなり、窒息する危険があります。ベビーベッドはベッドの柵と敷布団の間にすき間がないようにして使用しましょう。

すき間ができてしまう場合には使用をやめるか、タオルなどをはさみすき間をなくして使用しましょう。

6. チャイルドシートを準備しましょう。

生まれたばかりの赤ちゃんでも、抱きかかえて自動車に乗せるのは危険です。抱いていても車が衝突したり、急に止まると、乳幼児は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。

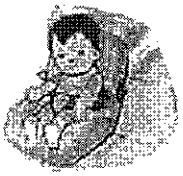
車に乗せる時は年齢にあったチャイルドシートを後部座席に取り付け使用しましょう。購入時には耐久性や安全基準に合格したJISマークや運輸省の認定マークを目安に車種にあったものを選びましょう。

7. 赤ちゃんを家に一人置いて外出しない。

赤ちゃんが寝ている少しの間に、赤ちゃんだけを家に置いて買い物などに出かける人がみられます。出かける時は寝ていても途中で起きてしまったり、寝返りやハイハイができるようになれば、家の中を動き回るのでいろいろな危険が待ち受けています。

また、火災や地震など災害の際にも一人では脱出できません。赤ちゃんは自分自身で身の安全を守ることができないので、大人が常に心がける必要があります。赤ちゃんを家に一人残して外出はしない。

8. 車の中に短時間でも赤ちゃんを一人で乗せておかない。



夏に赤ちゃんを自動車の中に寝かしたままにしていると、脱水を起こし、時には死亡事故につながることがあります。車内は日中短時間でも温度が驚くほど上昇し、40～50度になります。車から降りる時は必ず赤ちゃんも一緒に降ろしましょう。

9. 子どもの応急手当の方法を知っておきましょう。

子どもが事故にあった時必要なのは冷静な判断と適切なすばやい応急手当です。的確な応急手当がなされたことで一命を取りとめたり、軽症ですんだりします。いざという時あわててパニックになってしまわないよう基礎的な知識と簡単な応急手当を覚えておきましょう。

10. かかりつけの病院や緊急時の連絡先がわかるようにしておきましょう。

事故が起こってしまった時あわてないためにも、かかりつけの医師や病院、緊急時の連絡先などはいつでもわかるようにメモをしておきます。　また、母子健康手帳・保険証・診察券などはひとまとめにしていつでも持ち出せるようにしておきましょう。

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。

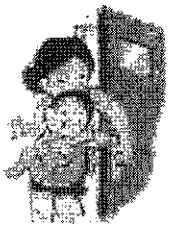
今まで簡単に通れていた所でも、赤ちゃんを抱いているときは足元が見えにくいので、ちょっとした段差や、カーペットがめくれていたり、床が滑りやすかったりするとつまずいて転倒する恐れがあります。赤ちゃんを抱いたまま転倒すると、体で押しつぶしてしまったり、テーブルや家具にぶつけてしまうので、赤ちゃんを抱いているときは注意して行動しましょう。

12. 赤ちゃんを抱いているとき、あわてて階段を降りない。

赤ちゃんを抱いているときは足元が見えにくいので、階段を降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ずく原因になります。

赤ちゃんを抱いているときは階段の上かり下りは慎重に行いましょう。

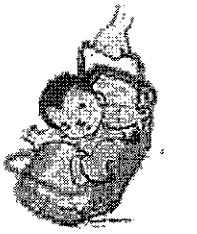
13. ドアを閉めるときは赤ちゃんの手の位置を確認する。



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を知らずに勢いよく閉めてしまったり、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。

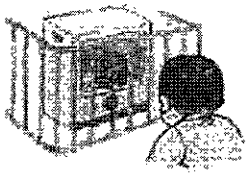
赤ちゃんをクーハンに寝かせて持ち上げるときは、必ず両方の取っ手を握っているかを確認しましょう。

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ビンが倒れてきたり、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。



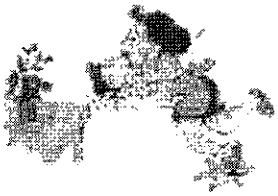
冬は暖房器具によるやけどが多くなります。体温より少し高いぐらいの温度でも、長時間あてたままにすると低温やけどを起こすことがあります。赤ちゃんの皮膚は大変弱く、ほんの少しの熱でも重症なやけどを負う危険があります。

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、排気が十分でないと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。



ベビーベットに寝かせようとした時に、のけぞってベットの柵にぶつかったり、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、まわりにぶつかると危ないところがないか、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。