

0～6歳児

こどもの急病



©R.S.H/RUNE

岡崎市・幸田町



はじめに



こどもは、いつ病気になるかわかりません。

特に夜間や休日など、診療所や病院が休みの時には、あわててしまうものです。

このガイドブックは、生後1か月から6歳くらいの乳幼児のお子さんを想定して作成しています。具合が悪くなったとき、

「すぐに救急医療機関へ行くべきか？」

「おうちで様子を見てよいのか？」

「おうちでのケアはどうする？」

について、お子さんの症状別に確認できるようになっています。



目次

◆救急医療について

岡崎幸田地域の小児救急医療体制	・・・1
まずは症状・対処法を確認しましょう	・・・1
対処法を相談しましょう	・・・1
第1次救急(初期救急)医療機関	・・・2
第3次救急(高次救急)医療機関	・・・3
受診先がわからない・薬のことを教えてほしい	・・・3
医療機関の上手なかかり方	・・・4
こどもの心肺蘇生の方法	・・・5
救急車の呼び方	・・・7
◆こどものみかた	・・・8

◆症状別対処法

ね っ	・・・9
けいれん・ひきつけ	・・・11
せ き	・・・13
お腹が痛い	・・・15
げ り(下痢)	・・・17
吐 く	・・・19
発 疹	・・・21
耳を痛がる	・・・23
病気に負けない体	・・・24

◆けがや事故

誤 飲	・・・25
転倒・転落	・・・27
頭を打ったとき(知って安心Q&A)	・・・28
やけど	・・・29
熱中症	・・・31
おぼれた	・・・33
いろいろなけが(知って安心Q&A)	・・・34

◆岡崎市の救急医療についてもっと知りたい！

◆幸田町の救急医療についてもっと知りたい！

◆医療機関について知りたい！

〔岡崎幸田地域の小児救急医療体制〕

お子さんの体調が

夜間・休日に急に悪くなった場合…

◎まずは症状・対処法を確認しましょう 対処法や緊急性の確認

◇このガイドブック P8～35

症状別で、医療機関受診のタイミング、看護のワンポイントアドバイスを記載しています。まずは、緊急性の有無をP8でご確認ください。

◇救急&予防サイト「こどもの救急」

お子さんの症状にあわせた対処方法が掲載されています。

こどもの救急

検索

◇全国版救急受診アプリ「Q助(きゅーすけ)」

症状の緊急度判定や救急車を呼ぶ目安などが表示されます。

Q助

検索



◎対処法を相談しましょう 電話相談

◇愛知県小児救急電話相談(＃8000)

夜間のこどもの病気・けがへの対処方法を、専門の相談員(看護師)に電話で相談できます。また、状況に応じて小児科医が対応します。

(受付) 毎日 19:00～翌朝8:00

(電話) ｾ8000(全国共通) 短縮番号が使えない場合は(052)962-9900へ

かかりつけ医に診てもらう程度…でも明日までは待てない場合

◎第1次救急(初期救急)医療機関

◇岡崎市医師会夜間急病診療所

夜間の急な病気・けがに365日対応
明日まで待てそうにない場合は、受診してください。
毎日、地域の小児科医または県内太
学病院の小児科医が診察を行っています。

(診療) 毎日20:00~23:00

(受付 毎日19:30~22:30)

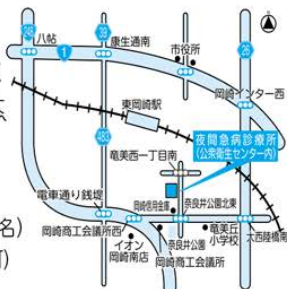
(診療科目) 内科、外科、小児科(医師各1名)

(電話) (0564) 52-1906 (19:00から通話可)

(住所) 岡崎市亀美西一丁目9番地1

(岡崎市医師会公衆衛生センター1階)

暴風警報及び特別警報発令時に休診となる場合があります。
詳しくは岡崎市医師会のホームページをご覧ください。



◇休日緊急当直医療機関

日曜、祝日、年末年始(12/31~1/3)の急な病気・けがに対応

(診療時間) 9:00~12:00、14:00~17:00

(診療科目) 内科または小児科、外科、皮膚科、耳鼻咽喉科、眼科、産婦人科
当番表は市政だよりおかげさ、広報こうた、岡崎市医師会のホームページ
等に掲載しています。

暴風警報及び特別警報発令時に休診となる場合があります。
詳しくは岡崎市医師会のホームページをご覧ください。

◇岡崎歯科総合センター

夜間、休日の急な口腔内トラブルに対応(応急処置)

(診療) 月~土曜 20:00~22:00

(受付 20:00~21:30)

日曜、休日、年末年始(12/30~1/3)、

お盆 9:00~13:00

(受付 9:00~12:30)

(電話) (0564) 21-8000

(住所) 岡崎市中町4丁目6番地2

暴風警報及び特別警報発令時に休診となる場合があります。
詳しくは岡崎歯科医師会のホームページをご覧ください。



いつもと違う症状、他の救急医療機関が開いていない場合

◎第3次救急(高次救急)医療機関

◇岡崎市民病院

重症・重篤又は緊急性の高い患者さんの治療を担当する病院です。重篤な患者さん、緊急性の高い患者さんの治療を優先します。

いつもより症状が重い、主治医や医療機関から紹介された、他の救急医療機関が開いていない時間帯でやむを得ない場合に受診してください。

(電話) (0564) 21-8111

(住所) 岡崎市高隆寺町字五所合3番地1



紹介状がないと一定の自己負担があります。

◎受診先がわからない・薬のことを教えてほしい

◇愛知県救急医療情報センター

今すぐに受診できる医療機関を案内します。

(受付) 365日 24時間

(電話) (0564) 21-1133 (FAX) 119 (聴覚障がい者専用)

◇岡崎薬剤師会夜間おくすり相談

薬剤師が夜間の急なお薬の相談に応じます。

(受付) 365日 20時～翌朝6時

(電話) 080-9730-5274

◎医療機関の上手なかかり方

診療時間内にかかりつけ医を受診しましょう

かかりつけ医とは、病気やけがをした時にいつも診てもらう医師のことです。こどもの調子がおかしいかな？と感じたら、早めにかかりつけ医を受診しましょう。

かかりつけ医を持つと いいことたくさん

育児中は、病気以外でも予防接種、乳幼児健康診査、育児相談などで医療機関を受診する機会が多くあります。親子ともに安心・信頼できる小児科のかかりつけ医を持つようにしましょう。

☆かかりつけ医を持つメリット☆

- こどものかかった病気、接種済みの予防接種などを知っている
- 家族（兄弟）の状況を知っている、ちょっとした変化に気づきやすい
- 体質を知っている（アレルギー、薬の好み、ひどくなりやすい症状など）
- 地域で流行している病気などを知っている
- 「いつもの先生」だとこどもが安心できる
- 保護者の不安や希望を伝えやすい

☆上手に受診するコツ☆

- 熱を記録するなど症状の経過をまとめておく
- こどものことを説明・判断できる人が連れて行く
- 「一番気になる症状は何か」「いつから出てきたか」を伝える
- 家族や友達に同じような症状がないかを伝える
- 受診後の注意事項を具体的に聞いておく（再受診する目安など）

☆診察時に持参するもの☆

母子健康手帳、マイナンバーカード又は健康保険証、子ども医療費受給者証、診察券、お薬手帳、こどもの状態がわかるもの（体温、症状等のメモやスマホで撮影したもの）等

こどもの心肺蘇生の方法

★小児の一次救命処置には胸骨圧迫と人工呼吸が推奨されています

意識を失っている(呼びかけ、刺激に反応しない)
またはその判断に迷う場合



大声で周囲に助けを求める
119番通報・AEDを依頼



119番通報

※近くに誰かいれば119番通報してもらい・AEDを持ってきてもらう
※協力者が誰もおらず、救助者が一人の場合には、次の手順に移る前に、
まず自分で119番通報をする。また、すぐ近くにAEDがあることが
わかっている場合には、AEDを取りに行く。



呼吸の確認
胸と腹部は動いていますか？

普段通りの
呼吸あり



様子をみながら
応援・救急隊を待つ

呼吸なし
またはその判断に
迷う場合



胸骨圧迫と
人工呼吸



◆ 胸骨圧迫(心臓マッサージ) ◆

	乳児(1歳未満)	小児(1歳～思春期)
手の位置	両乳頭を結ぶ線の少し足側で 胸骨の下半分に 指2本を載せる 	胸骨の下半分に 両手または 体格に応じて 片手を載せる 
圧迫の深さ	胸の厚さの約1/3	胸の厚さの約1/3
圧迫のテンポ	100～120回/分	100～120回/分



乳児の心肺蘇生法動画

胸骨圧迫
30回

対

人工呼吸
2回

を繰り返す



◆ 人工呼吸 ◆

	乳児(1歳未満)	小児(1歳～思春期)
	頭部後屈あご先挙上法	
気道確保	□と鼻を救助者の □で覆い1秒かけて 吹き込む 	おでこに当てた手の 指で鼻をつまみ □から1秒かけて 吹き込む 
換気量	胸の上がりを確認できる程度	胸の上がりを確認できる程度

※人工呼吸を躊躇する場合またはできない場合は、胸骨圧迫のみを行ってください。

◆ A E D ◆

AEDのスイッチを入れ、ガイダンスに従う。

※未就学児に対しては、未就学児用パッドまたは未就学児用に切替えて使用する。未就学児用パッドまたは、未就学児用への切替えがない場合は、小学生～大人用で使用する。

※JRC蘇生ガイドライン2020参考

※心肺蘇生法は、最寄りの消防または日本赤十字社愛知県支部(☎052-971-1589)にお問い合わせください。

救急車の呼び方

救急車は、緊急を要する重症な人を搬送するための車です。

◆緊急を要する重症な状態の場合は、次の要領で通報してください。
あわてないで、はっきりと状況を伝えましょう。

① 119番に電話する。

(携帯電話の場合は、隣接する消防指令センターにつながることもある。)

② 「火事ですか。救急ですか。」と尋ねられるので、 「救急です」と告げる。

- ## ③ 救急車に来てもらう住所(市区町村名から番地まで)を伝える。
- ・ マンションの場合は、マンションの名前、〇階、〇号棟、〇号室まで伝える。
 - ・ 場所がわからない場合は、目印となる建物や道路名などを伝える。

④ お子さんの年齢、性別、状態などを簡潔に伝える。

⑤ 救急車を待っている間に、次のものを用意する。

マイナンバーカードと健康保険証

母子健康手帳

子ども医療費受給者証

お 金

かかりつけ医の診察券

お薬手帳

⑥ 救急車のサイレンが聞こえたら、場所を案内する人を出し誘導する。

⑦ 救急隊員が到着したら、次のことを伝える。

- ・ 救急車が到着するまでの容態変化
- ・ 応急手当をした場合は、その内容
- ・ 持病やアレルギーがある場合はその病名、かかりつけ医

パニックにならず、落ち着いて、救急車が必要かどうか、冷静に判断しましょう。

岡崎市・幸田町では指令センター職員が災害現場の映像を確認し、映像通話が可能となる災害現場映像通報システムを導入しています。

救急通報時には、傷病者に必要な応急手当を映像で確認しながら、適切な口頭指導を行うことができるようになります。



災害現場映像通報システム



何かあったとき、いつもと違うと感じたときの こどものみかた

ねつ・けいれん・せき・腹痛・げり・
吐く・発疹・ケガ・頭部打撲・溺れた・
誤飲・熱中症等



まず①外観(意識) ②呼吸 ③顔(皮膚)色を見て
おかしいところはあるか？

① 外観 (意識)

- ・動かない、抵抗しない、四肢・頸部を保持できない
- ・視線が合わない、ボーっとしている
- ・声をかけていないと、意識がなくなってしまう
- ・けいれん又はけいれんの後意識が戻らない

② 呼吸

- ・いつもと違う呼吸で苦しそう
- ・腹部、胸、首の辺りがペコペコしている
- ・「ゼーゼー」いう
- ・呼吸がはやい (目安：1秒に1回以上)



③ 顔 (皮膚) 色

- ・顔色または唇の色が悪い (真っ青、真っ白 等)

意識なし
+
呼吸が
おかしい

《直ちに》

- 119番通報
- 心肺蘇生
- 人を呼ぶ

P5-
参照



救急車を
呼ぶ！

P7
参照

1つでも
「はい」
がある



《緊急性が高い》
救急医療機関
を受診してください

P2
参照

もしくは、
救急車を
呼びましょう。

1つも
「はい」
がない

- ① 食べれる
- ② 眠れる
- ③ 遊べる

すべて
できる

P9-
参照

症状別対処方法
で看護の仕方を
確認。

1つでも
できない
がある

P9-
参照

何か起きた直後のこどもの状態は変化します。
一度みて大丈夫だと思っても、このガイドブックを参考に
繰り返しお子さんの状態を見てください。

《緊急性が高い可能性有》
症状別対処方法で救急
医療機関の受診の必要
性を確認。

ねっ

38.0℃以上の発熱



3か月未満

38.0℃未満でも、少し様子を見て
体温がさらに上がってくる場合は、
救急医療機関を受診してください

3か月～6歳

- ① ぐったりしている
- ② ひどく不機嫌
- ③ よく眠れずに、すぐ起きる
- ④ 異様にぐずる



救急医療機関 P2 参照
を受診してください

1つでも
「はい」
がある

1つも
「はい」
がない

時間とともに、具合が悪くなったら
救急医療機関を受診してください

明日の朝など、かかりつけ医に
診てもらってください

熱がなくて(ふだんよりも体温が低く感じる時)、ぐったりしていて
水分も受け付けない

発熱時の対処法

- ・熱の出始めは温かく！熱が出きったら涼しく！
- ・寒そうなら温め、暑そうなら涼しくする
- ・嫌がらなければ冷やす
- ・熱があっても元気そうなら、解熱剤は使わない

ねつ

ワンポイントアドバイス



看護の仕方

 食べれる・眠れる・遊べる・排便・尿・全身状態の変化に注意しましょう

熱の管理

○熱の測り方 ※発熱に気づいたら30分後にもう一度測りましょう

- ・わきの下の汗をふいてから測りましょう
- ・朝昼夕3回、食事前に測り、熱型表を記録しましょう
- ・こたつや電気毛布で温まりながら測るのはやめましょう



- 高熱時は嫌がらなければ首、わきの下・足の付け根を氷枕・氷のう・おしぼり・保冷剤などで冷やしましょう
- 解熱剤の使い方をかかりつけ医に確かめておきましょう
- 朝晩の平熱を知っておきましょう

水分の補給

- できる限り水分を補いましょう（麦茶、湯ざまし、経口補水液※、乳幼児イオン飲料水、母乳など）
- 手足が冷たく寒気があれば体を温め、温かい飲み物を与えましょう

環境を整える

- 汗をかいたら体をふき、しめった衣服やシーツをかえましょう
- エアコンや扇風機の風を直接当てないようにしましょう
- 室温・湿度を快適にし、新鮮な空気にかえましょう

※経口補水液の作り方

一般的に水（1ℓ）＋砂糖（大さじ4杯半）＋塩（小さじ半分）でつくることができます。果汁（レモン等）を加えると飲みやすくなります。

けいれん ひきつけ



こどもの熱性けいれん
注意点動画

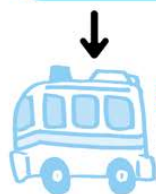
けいれん・ひきつけ



- ①けいれんが止まっても意識がはっきりしない(目が合わない、おうちの人が見えないなど)
- ②くちびろの色が紫色で呼吸が弱い
- ③けいれんが5分以上続く
- ④1日のうちに繰り返しけいれんが起こる
- ⑤頭を打った

- ①初めてのけいれん
- ②生後6か月以下
- ③6歳以上
- ④体温が38.0℃以下
- ⑤左右差がある
- ⑥おう吐、失禁をともなう

- ①すでに診断がついており、今までにも何度か起こったことがあるけいれん発作(てんかんなど)
- ②左右対称のけいれんが数分以内でおさまリ、意識がもどった後、すやすやと眠ってしまい、その後いつもと変わらない
- ③けいれんかどうかわからない



P7 参照
救急車を
呼ぶ!



P2 参照
救急医療機関
を受診してください

1つでも
「はい」
がある

1つも
「はい」
がない

時間とともに、具合が悪くなったら
救急医療機関を受診してください



明日の朝、かかりつけ医に
診てもらってください

けいれん・ひきつけ

ワンポイントアドバイス



看護の仕方

-  まず、保護者が落ち着きましょう
-  安全な場所に移動または周囲のものを移動させましょう
-  けいれん中はゆすったり大声をかけたりしないようにしましょう
-  衣服をゆるめて寝かせましょう
-  吐き気があればむせないように体を横にむけましょう
-  舌をかむことはまずないので、口の中に物を入れるのはやめましょう
-  確認する（以下の内容は医療機関に伝えましょう）
 - ☐ けいれんの時間を計る
 - ☐ 目の向き
 - ☐ けいれんの手足の左右差
 - ☐ 顔色・呼吸・爪の色
 - ☐ 体温を測り経過を記録しましょう
 - ☐ けいれんの様子を携帯電話などで動画撮影しておきましょう
-  発作が治ったら
 - ☐ 薄暗くした静かな部屋で休ませましょう
 - ☐ 意識が回復するまで必ず付き添いましょう
 - ☐ ぐったりして目を閉じていたら、呼びかけや痛み刺激で目を覚ますか嫌がる反応があるか見ましょう
 - ☐ 発作後は普段と変わりがないか観察しましょう



せき

せきがでる
ゼーゼーいう



- ① 声がかすれる。オットセイの鳴き声(例、ケンケン)みたいにせき込む
- ② ゼーゼー、ヒューヒューいう
- ③ 息苦しそうである
- ④ 呼吸がはやい
- ⑤ 元気がなく、うとうとしている
- ⑥ 水分が摂れない、眠れない、遊べない
- ⑦ 口の回りや、くちびるが紫色になる(チアノーゼ)

1つでも
「はい」
がある



救急医療機関 P2 参照
を受診してください

1つも
「はい」
がない

時間とともに、具合が悪くなったら
救急医療機関を受診してください



明日の朝、かかりつけ医に
診てもらってください

せき

ワンポイントアドバイス



看護の仕方

確認する

- 急に激しくせき込み出したときは異物(ピーナッツや玩具のかけらなど)があるかもしれません(P25参照)
- 呼吸数・息づかい・顔色・手足の温かさ・爪の色を観察しましょう



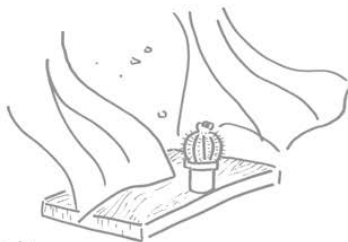
食事や飲み物の管理

- せき込むときは水分を少しずつ繰り返し与えましょう(冷たいものはやめましょう)
- せきで吐きそうなら固形食を控えましょう

縦抱きにしたり、寝るときには布団で上半身を少し高くして、寝かせてあげましょう

環境を整える

- 部屋の乾燥を防ぎ(湿度は50~60%程度が目安)、ほこりを立てないようにしましょう
- 煙・においをなくし、ときどき窓を開け、新鮮な空気と入れかえましょう
- たばこは吸わないようにしましょう



お腹が痛い



お腹が痛い

- ① 押すと強く痛み、お腹に力を入れる
- ② 激しく泣いてしばらく泣き止むことを繰り返す
- ③ お腹が硬く張ってきた
- ④ 何度も吐く
- ⑤ 血の混じった便、極端に黒い便が出た
- ⑥ 赤い尿が出た
- ⑦ お腹を強くぶつけた
- ⑧ おまた（陰のう、股のつけね）を痛がる
- ⑨ コーヒーの残るかすのようなものを吐いた
- ⑩ 元気がなく、吐く息に刺激臭がある

1つでも
「はい」
がある



救急医療機関 P2 参照
を受診してください

1つも
「はい」
がない

時間とともに、具合が悪くなったら
救急医療機関を受診してください



明日の朝、かかりつけ医に
診てもらってください

お腹が痛い

ワンポイントアドバイス



看護の仕方

👉 横になり、ひざを曲げて楽な姿勢にしてあげましょう

👉 確認する

- お腹を触って痛む所を確かめましょう
- 痛がりかたを観察しましょう



👉 お腹を締めつける衣服はやめましょう

👉 排便、排ガスで治ることがあります。トイレへ行かせてみましょう

👉 便秘がちであれば、浣腸のタイミングをかかりつけ医に聞いておきましょう

👉 食事や飲み物の管理

- 食事は吐き気に注意して温かい飲み物を少量ずつ与えましょう
- 食べ過ぎや風邪の際は、お腹を温めてみましょう

👉 普段から、排便の状態を確認しておきましょう
(回数、便の色、硬さ)

げり(下痢)



げり

3か月未満

3か月～6歳

- ① 元気がなく、ぐったりしている
- ② 長時間、おしっこが出ない
- ③ おう吐がある
- ④ 38.0℃以上の発熱
- ⑤ くちびるや口の中が乾燥している
- ⑥ 血便、粘血便が出る

- ① 元気がなく、ぐったりしている
- ② おしっこが出ない、色の濃いおしっこをする
- ③ よく眠れずに、うとうとしている
- ④ 水分をとるのをいやがる
- ⑤ 目がくぼんでいる
- ⑥ くちびる・舌・皮膚が乾燥している
- ⑦ 血便、粘血便が出る

1つでも
「はい」
がある

1つも
「はい」
がない



救急医療機関 P2 参照
を受診してください

時間とともに、具合が悪くなったら
救急医療機関を受診してください

明日の朝、かかりつけ医に
診てもらってください

げり(下痢)

ワンポイントアドバイス



看護の仕方

確認する

- げり便の回数・性状(血便・粘血便、水様便)・臭い・色、おしっこの回数をメモしましょう
- 変わった便は携帯電話などで撮影して受診の際持参しましょう
- 食物・水分の摂取量をメモしましょう
- 発熱、発疹、顔色、元気さ、手足の温かさを見ておきましょう



お腹を冷やさないようにしましょう

水分の補給

- げりには水分・塩分の喪失への配慮が大切です
経口補水液※を利用しましょう



食事の管理

- 食事は消化しやすいものにしましょう
- 症状が回復してきても、食事の硬さは便の硬さと同じになるように調節しましょう

便の処理

- 便を片付けるときには、使い捨て手袋とマスクを使いましょう
- 片付けたものは、ポリ袋に入れ、口をしっかりとしばって捨てましょう
- 片付けた後は石けんで手洗いをしっかりと(流水で30秒以上)しましょう
- 便で汚れた下着は消毒し、他のものとは分けて洗濯しましょう

※経口補水液の作り方

一般的に水(1ℓ)＋砂糖(大さじ4杯半)＋塩(小さじ半分)でつくることができます。果汁(レモン等)を加えると飲みやすくなります。

吐く

ひんぱんに吐く



生後3か月未満の
赤ちゃんで、母乳、
ミルクのたびに
勢いよくおう吐を
繰り返す

- ① お腹がはっている
- ② 激しい腹痛を訴える
- ③ 血液や胆汁(緑色の液体)を吐く
- ④ 元気がなく、ぐったりしている
- ⑤ いつもと違う様子である
- ⑥ 12時間以上、頻回に続く
- ⑦ おしっこが出ない
- ⑧ くちびるが乾燥していて、手足が冷たい
- ⑨ 頭痛を訴えており、うとうとしていたり、
ちょっとした刺激に過敏に反応する



救急医療機関 P2 参照
を受診してください

1つでも
「はい」
がある

1つも
「はい」
がない

時間とともに、具合が悪くなったら
救急医療機関を受診してください

明日の朝、かかりつけ医に
診てもらってください

吐く

ワンポイントアドバイス



看護の仕方

おうちケア

- こどもは、せきがひどいと吐くことがあります
- 赤ちゃんは哺乳直後によく吐きますが、一回の授乳後に繰り返して吐く・不機嫌といった症状がなければ心配ないでしょう

メモする

- 吐いた回数や性状をメモしましょう
- おしっこの回数や量もメモしましょう
- 皮膚や粘膜の乾燥がないかメモしましょう

衣類について

- 吐いた後は、少し待ってから着替えましょう
- お腹を締め付けない服にしましょう

吐いたものがつまらないように、横向きで寝かせてあげましょう

水分の補給

- 吐いた後は20～30分様子を見てから、一口ずつこまめに飲み物をあたえましょう
- 飲み物は、経口補水液(※P10参照)なども活用しましょう
- ごはんの食べ始めは消化しやすいものにしましょう

吐物の処理

- 吐いたものを片付けるときには使い捨て手袋とマスクを使い、吐いた所の消毒も忘れず行いましょう
- 片付けたものは、ポリ袋に入れ、口をしっかりとしばって捨てましょう
- 片付けた後は石けんで手洗いを2回しっかりと(流水で30秒以上)しましょう
- 吐物で汚れた衣類は消毒し、他のものとは分けて洗濯しましょう

ほっしん
発疹 (じんましん・
感染症など)



急に発疹が出た

- ① 息苦しそう
- ② 全身で呼吸をしている
- ③ 顔色が悪い
- ④ 声がかすれている
- ⑤ 声をかけても反応が薄い
- ⑥ けいれん発作がある

1つでも
「はい」
がある



救急車を呼ぶ！

P7
参照

1つも
「はい」
がない



救急医療機関
を受診してください

1つでも
「はい」
がある

P2
参照

1つも
「はい」
がない

明日の朝、かかりつけ医に
診てもらってください

他のこどもにうつしてしまう病気があります。
受診する場合は、事前の電話と受付で発疹が出ていることを伝えましょう。

発疹

ワンポイントアドバイス



看護の仕方

おうちケア

- かゆがる場合は、水やぬらしたタオルで冷やすとおさまる場合があります
- 入浴する場合は家族の最後にしましょう
- 温まるとかゆみがひどくなる場合がありますのでシャワーなどで短時間で済ませるようにしましょう
- かきむしらないように工夫しましょう(爪は短く切っておく、こどもの好きな遊びで関心を引くなど)

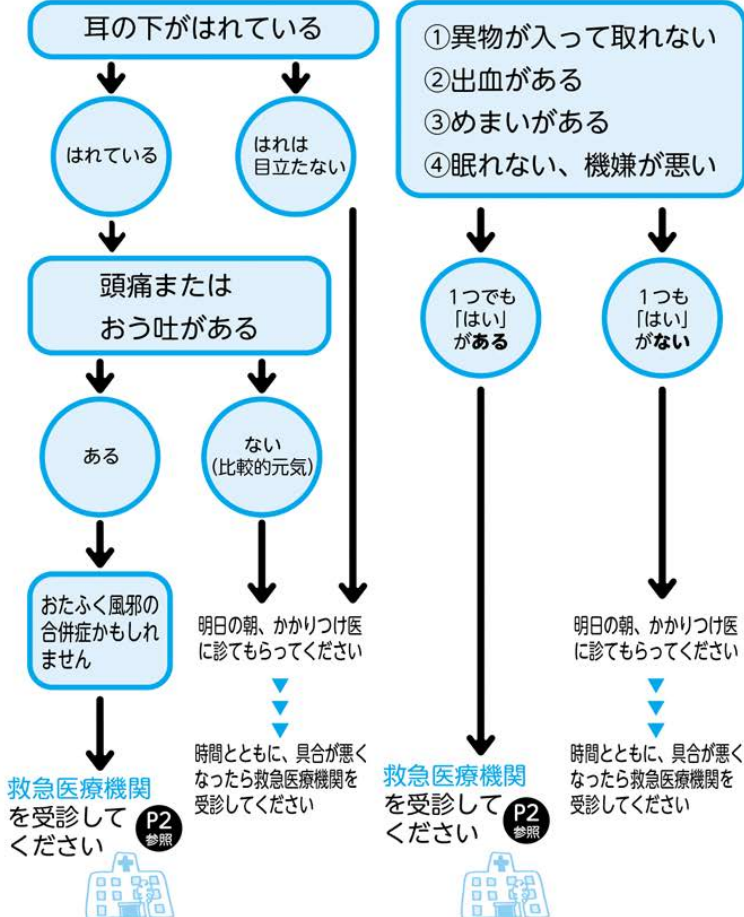
 水ぼうそうなどの場合は、ぐったりしていなければ、夜間にあわてて受診しなくても心配ないでしょう

お医者さんにかかるときに伝えてほしいこと

- 大きさ、できている場所、色、水や膿を含んでいるか
- かゆがるか
- どんな状況で出てきたか
- 周りに同じ症状のこども(兄弟や友達、同級生など)がいないか
- 薬(市販薬も含む)を使用しているか(お薬手帳)
- 今までに同じような症状がでたことがあるか
- 発疹の状態を携帯電話などで撮影し、受診の際に持参しましょう
- 発熱を伴う場合、熱の出方(一旦熱が下がってから発疹が出たなど)
- 渡航歴の有無
- 予防接種歴(母子健康手帳)

耳を痛がる

耳を痛がる



痛みがあるとき

- ・冷やす
(保冷剤等は肌に直接接しないようタオル等で包みましょう)
- ・解熱鎮痛剤を使用してもよいでしょう

病気に負けない体

予防接種を受けましょう

ワクチンで防ぐことができる病気は、ワクチンで確実に防ぎましょう！

- 👉 生後2か月から接種開始！医療機関に予約・相談しましょう。
- 👉 副作用などの不安や疑問は、小児科や保健所に遠慮なく相談しましょう。
- 👉 予防接種については、下記のサイトにも記載しています。



岡崎市



幸田町



厚生労働省

抗菌薬・薬剤耐性菌を知ろう！

抗菌薬とは、細菌を殺したり、増えるのを抑える薬のことです。「風邪をひいたから」と不必要な抗菌薬を飲んだり、「症状が回復してきたから」「下痢になったから」といって途中で抗菌薬を飲むのをやめたりすると、抗菌薬が効かない「薬剤耐性菌」が増えてしまいます。この薬剤耐性菌によって治療が上手くいかず命を落とす方が増えていることが世界でも問題となっています。抗菌薬は医師の指示通り正しく服用しましょう。

- 👉 風邪には抗菌薬は効きません。
- 👉 処方された薬は医師の指示通りに残さず飲ませましょう。
- 👉 基本的な感染症対策・予防が大切です。



AMR臨床
リファレンスセンター

日頃の生活習慣で感染症予防・免疫力アップ！

- 👉 家に帰った時、食事の前など、こまめに“手洗い”をしましょう。
- 👉 「早寝早起き朝ごはん」、睡眠と3度の食事をきちんと摂りましょう。
- 👉 元気に遊んで、こどもも保護者もリフレッシュしましょう。
- 👉 基本的な感染対策を実施しましょう。
※地域の状況に応じて、対応をしましょう。

ごいん 誤飲

間違えて何かを食べたり
飲み込んでしまった

観察ポイント

- ① 意識はどうか？
- ② 呼吸は規則正しいか？
- ③ 顔色はよいのか？
- ④ おう吐はしていないか？
- ⑤ 「何を」、「どれくらい」、「いつ」 飲んだか？

誤 飲

- ①意識がない
- ②けいれんを起こしている
- ③呼吸が苦しそう

1つでも
「はい」が
ある

1つも
「はい」が
ない



P7
参照

- 救急車を呼ぶ！
- P26の処置を行う！

灯油、ベンジン、マニキュア、除光液、酸性・アルカリ性の洗浄剤、漂白剤、樟脳（しょうのう）、ボタン電池、硬質、ピアス、ホウ酸団子、パラジクロロベンゼン、水に浸かったタバコ、タバコの入った水、加熱式・非加熱式タバコのカートリッジ、磁石（2個以上）など

紙巻タバコ 2cm 以下、化粧品、シャンプー、芳香剤、石けん、マッチ、クレヨン、シャボン玉液、シリカゲル、粘土、保冷剤、体温計の水銀、植物活力剤など

1つでもあてはまる

少量で、症状がない場合

吐かせず

救急医療機関

P2・3
参照

を受診してください

様子を見る

※時間とともに、具合が悪くなったら
救急医療機関を受診してください



医療機関を受診するときは、何を飲んだかわかるもの（空き瓶、空き箱、添付文書など）を持っていきましょう。



リチウム電池は30分～1時間で食道や胃粘膜に潰瘍を作るとの報道があります。
誤飲を疑うときは、早めに受診してください。

●化学物質や動植物の毒などによる急性中毒のとき

(財)日本中毒情報センター

■大 阪中毒110番 ☎072-727-2499 365日 24時間

■つくば中毒110番 ☎029-852-9999 365日 24時間

※中毒110番では化学物質（タバコ、家庭用品など）、医薬品、動植物の毒などによって起こる急性中毒について、実際に事故が発生している場合に限定し情報提供をしています。それ以外は、最寄りの医療機関にご相談ください。

■たばこ誤飲事故専用（テープによる情報提供） ☎072-726-9922 24時間対応

※通話料は相談者負担となります。

誤飲時の吐かせ方



はいぶこうだ
口の中に指を入れずに、まずは背部叩打法を!! 乳児の異物除去法動画

乳児

① 背部叩打法



② 胸部突き上げ法



- ① 大人の片腕にこどもをうつぶせに寄せ、片方の手で乳児のあごをしっかり持ちます。頭を体より低くして、背中の中の真ん中を平手で叩きます。
- ② 大人の片腕にこどもを仰向けに乗せ、手のひら全体で後頭部を支えます。頭部が低くなるようにし、もう一方の手の指2本で、両乳頭を結ぶ線の少し足側を圧迫します。

1歳以上

① 背部叩打法



② 腹部突き上げ法



- ① こどもの後方から、手のひらの付け根で肩甲骨の間を叩きます。
 - ② 効果が無ければ、こどもの背後から手当てをする人の両腕を回し、こどものみぞおちの下で片方の手を握り拳にして、腹部を上方向へ圧迫します。なお、腹部臓器を傷つけないよう力を加減します。
- ※②を行った場合は、救急隊に伝えるか、医師の診察を受けてください。

途中で意識がなくなった場合は、119番通報をして心肺蘇生法を実施しましょう。(P5参照)

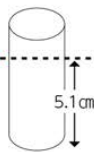
(参考) 改訂6版 応急手当講習テキスト 救急車がくるまでに
救急蘇生法の指針 2020 (市市民用)

誤飲チェッカーで危険をチェック

こどもが飲み込む危険のあるものはいろいろですが、大人が思う以上に大きなものが入ってしまいます。飲み込む可能性のあるものを、おうちでチェックしてみましょう。飲み込む危険のあるものは、こどもの目にふれない場所に保管しましょう。

誤飲チェッカーの作り方

トイレットペーパーの芯を用意し、高さ5.1cm (赤ちゃんの口からのどの奥までの長さ) でカットします。



- 芯の中に少しでも入るものは誤飲の可能性があり
(ミニカー、ブロック、ストラップなど)
- とがったもの、すっぽりはまってしまうものは特に注意
(ボール、鍵、硬貨、ペットボトルのふた、ミニトマトなど)
- 形が変形するものも注意
(ティッシュ、たばこ、ビニール袋、シールなど)

転倒 転落

(頭を打った)

転倒・転落
頭を打った



- ①意識がないまたはうとうとしている
- ②いつもと様子が違い、ぐったりしている
- ③けいれんを起こした
- ④何度も吐く(3～4回以上)
- ⑤耳や鼻から出血または透明な液が出る
- ⑥頭部の変形
- ⑦受け答えがおかしい



救急車を呼ぶ！

P7
参照

- ①泣かない
- ②顔色が悪い
- ③異様に不機嫌
- ④様子がいつもと違う
- ⑤左のどれにもあてはまらないが、
 - ・高さ1m以上の高さからの転落
 - ・衝撃の強い打撲



救急医療機関

を受診してください

P2・3
参照

- ①すぐに泣き出し、泣き止んだあとは、機嫌がよい
- ②意識がしっかりしている
- ③受傷後、2時間経過して症状がない

様子を見る



変わらなければ翌日の朝
かかりつけ医に診てもら
ってください

事故防止

- ・階段は、上がれないように、柵を設けておきましょう
- ・ベランダや窓の近くに、踏み台になるようなものを置かないようにしましょう
- ・はさみ、鉛筆、箸(はし)、棒など先のとがったものを持ったまま移動させないようにしましょう
- ・歯ブラシをくわえたまま移動させないようにしましょう

頭を打ったとき

知って安心 Q&A



Q1 コブができた場合にはどうすればよいですか？

A1 15分ほど、タオルの上から保冷剤や氷のうなどで冷やして様子を見てください。

Q2 頭に出血が見られたら、どうすればよいですか？

A2 清潔なタオルやガーゼなどで出血している部分を上からしっかり圧迫したまま受診しましょう。頭の傷は、小さくても出血が多くなりますが、あわてないようにしましょう。

Q3 頭を打った後に吐くのは、頭の中に異常があるからではないのですか？

A3 こどもは大人と違っておう吐しやすい特徴があります。頭を打った後に頭の中に何も異常がなくても吐くことがあります。1～2回吐いてもその後元気にしていればあまり心配がないことが多いです。2日ぐらいはゆっくり過ごしましょう。

Q4 頭を打った後はいつまで様子を見ればよいのですか？

A4 後から脳に何か起こるのでないかと心配するご家族が多いのですが、頭を打ってから2時間は、目を離さず様子を見てください。2日程度様子を見て何も症状が出なければ安心してよいでしょう。

やけど



観察ポイント

- ・原因は？
- ・範囲は？
- ・皮膚の状態は？

やけど

まずは冷やす！

患部に直接当たらないように流水（水道で可）で冷やしましょう
バケツの中に氷水を入れて冷やしてもかまいません

- ①皮膚が黒く焦げていたり、白くなっている
②大人の手のひら2つ以上(10%以上)
③顔、手全体、性器、肛門のやけど



救急車を呼ぶ！

P7
参照

- ①水ぶくれ(水疱)ができている
②範囲がやけどしたことの手のひらより広い



救急医療機関
を受診してください

P2
参照

- 範囲が狭く、赤いだけで水ぶくれにはなっていない

充分冷やして、明日の朝、かかりつけ医に診てもらってください

やけど

ワンポイントアドバイス



看護の仕方

- 👉 流水で15分程度冷やしましょう
- 👉 冷却ジェルシートは、やけどには使用しないようにしましょう
- 👉 衣類は無理に脱がさず、そのまま上から冷やしましょう
- 👉 水ぶくれ(水疱)はつぶさないようにしましょう
- 👉 受診するまではなにも塗らないようにしましょう
- 👉 やけどの範囲が広い場合は、氷水等で冷やしすぎると低体温になる可能性があるため注意しましょう

生活環境の注意点

こどもの皮膚の厚さは、大人の1/2~1/3程度しかありません。やけどをすると、大人よりひどくなってしまうことが多く、治るときにも痕が残りやすいため、注意が必要です。

- ストーブやファンヒーターには柵をつけましょう
- こたつ、電気毛布や電気カーペットなどは長時間触れないようにしましょう
- 湯たんぽはカバーをつけ、寝る時には使用しないようにしましょう
- ポット、炊飯器、アイロンなどは手の届かないところに置きましょう
- ホットプレートなどを使用するときには、本体およびコンセントコードをこどもから離しましょう
- ライターなどはこどもが簡単につけられないタイプを使用し、手の届かない所に保管しましょう
- テーブルクロスは引っぱると上の物が落ちてくるため、使用しないようにしましょう
- 熱い飲み物や食べ物は机の端に置かないようにしましょう

熱中症

体が熱い
顔面紅潮
めまい・頭痛



P9
参照

高温や多湿の
環境にいたか

いない

発熱の
ページへ

いた

1つでも
「はい」
がある

- ① 体温40℃以上
- ② 受け答えがおかしい
- ③ けいれんを起こしている

1つも
「はい」
がない



救急車を呼ぶ！

* 救急車が来るまで
体を冷やしましょう

P7
参照



救急医療機関

を受診してください

P2
参照

症状が
消えない

水分補給ができるか

できる

涼しい環境で安静にする
衣服を脱がす
体を冷やす

症状が
消えた

明日の朝、かかりつけ医
に診てもらってください

できない

予防が大切

- ・屋外では帽子を着用しましょう
- ・こまめに水分・ミネラルを補給しましょう
- ・外遊びは涼しい時間にしましょう
- ・室内でもエアコンを適度に使用しましょう

熱中症

ワンポイントアドバイス



看護の仕方

- 👉 衣服をゆるめて、涼しい場所へ寝かせ、足のつけね、首などを冷やしましょう
- 👉 おう吐しないか確認しながら、水分を1口(目安：ペットボトルのキャップ1杯分)ずつ飲ませる。水分がしっかり取れるようなら、自由に飲ませましょう
- 👉 炎天下での遊びは控えましょう
- 👉 室内でも、熱中症になります。扇風機やエアコンを適度に使用しましょう
- 👉 水やお茶だけでなく、ミネラル(塩分)を補給するようにしましょう
経口補水液(※P10参照)や乳幼児イオン飲料水なども活用しましょう
- 👉 吸湿性があり、風通しの良い素材の衣服を着るようにしましょう
- 👉 曇っていても、湿度が高いときは熱中症になる危険があります
- 👉 小さな子どもやベビーカーに乗っている赤ちゃんは、地面からの熱気も受けて気温よりも高い温度にさらされるため、大人より熱中症の危険度が高まります

子どもを車内に残さないで！

ちょっとした間だから…と買い物や用事を済ませる時に子どもを車内に置いたままにしたことはありませんか。実は少しの時間でもとても危険です。窓もドアも閉まった自動車内は急激に温度が上昇します。日中の気温が23℃前後の過ごしやすい日でも、窓もドアも閉めた車内は、5～7分後に気温が50℃以上になることがあり、命の危険があります。危険な時期は夏だけではなくありません。

また、エアコンをつけていても、停車中はエアコンの作動力は弱くなります。チャイルドシートから動けず、直接日光を浴びて体温が急上昇することもあります。

どんな時でも子どもだけを車内に残すことはやめてください！



おぼれた



おぼれた
溺 水

すぐに水から引き上げる！



- ①意識がない
- ②ぐったりしている
- ③顔色が悪い
- ④ぼんやりしている
- ⑤泣かない
- ⑥呼吸が苦しそう



1つでも
「はい」
がある



救急車を呼ぶ！

P7
参照

時間とともに、具合が悪くなったら
救急医療機関を受診してください

P2
参照



1つも
「はい」
がない



安静に寝かせて、
しばらく様子を見る

事故防止

- ・乳幼児のおぼれ事故の多くは、家庭内で起こっています
- ・こどもは10cmの深さの水でもおぼれることがあります。浴槽、洗濯機はふたを閉め、水は抜いておくようにしましょう
- ・浴室ではこどもを1人にしないようにしましょう
- ・トイレの便器もふたを閉め、ドアをしっかり閉めましょう

いろいろな けが

知って安心 Q&A



Q1 こどもの鼻血！どうすればよいですか？

- A1** まずは、体を起こしたまま顔を地面に向かせます。
小鼻の少し上のほうをしっかりつまんで10分～15分押さえ、止血します。血液は飲み込まず吐くようにします。
鼻にティッシュを詰めるとかさぶたが取れて出血するのでやめましょう。上を向いて寝かせないようにしましょう。

Q2 こどもが転んで歯が折れた・抜けた場合はどうすればよいですか？

- A2** まずは、傷をしっかり押さえ(ガーゼを噛むなど)抜けた歯を持って、すぐに歯医者さんへかかりましょう。
歯は水で洗わず牛乳に入れてひたすなどして、乾燥させないことが大切です。急な場合はお母さんの舌下にいれて持っていくますが飲み込まないように注意しましょう。歯をぶつけた場合、歯は折れていなくても数日後に歯の色が変色してくることがあります。その場合は歯の神経を痛めている可能性がありますので、必ず歯医者さんを受診するようにしましょう。

Q3 こどもの爪が割れた・剥がれた場合はどうすればよいですか？

- A3** まずは傷口を流水できれいに洗って、清潔なガーゼなどで傷口を押さえて、医療機関(外科や皮膚科など)を受診します。
ほとんどの場合は、再び生えてくるので心配はないのですが、足の爪が剥がれた場合などは治るまでに時間がかかり、化膿してしまう場合がありますので、医療機関へ受診しておく心安心です。

Q4 子どもが突き指をした場合はどうすればよいですか？

- A4** 痛みが強くてますので、冷やしてあげるとよいでしょう。指を引っ張っても治りませんので、無理に動かすことはやめましょう。腫れてくる・変色してくるということがあれば、整形外科を受診すると安心です。

Q5 目に異物が入った場合はどうすればよいですか？

- A5** ほとんどの場合は、涙の作用で出ていきますが、白目部分の充血がひどい、まぶたが腫れてきた、半日たっても違和感があるという場合は眼科を受診しましょう。
洗剤や薬品類が入ってしまった場合は良く洗い流して眼科を受診しましょう。

Q6 子どもがハチに刺された場合はどうすればよいですか？

- A6** 30分くらいは様子をしっかり観察します。刺された所を見て、ハチの針が見えるようならピンセットで抜きます。冷やしながら医療機関(皮膚科など)を受診しましょう。
10か所以上刺されている場合は急いで医療機関を受診します。体が震える、顔色や呼吸音などがおかしい場合は、救急車を呼びましょう。

Q7 子どもが犬や猫に咬まれた場合はどうすればよいですか？

- A7** すぐに流水で洗い、清潔なガーゼなどで傷口を押さえて、医療機関(外科や皮膚科など)を受診しましょう。
3種混合または4種混合ワクチンを接種したことがなければ破傷風の心配もあるため、早めに受診しましょう。
犬の場合は狂犬病の予防接種を受けているかどうか確認しましょう。
※犬の飼い主は、飼い犬が人に咬みついた場合、届出が必要になります。

届出先：岡崎市動物総合センター(あにも) 0564-27-0444
愛知県動物愛護センター 0565-58-2323

岡崎市の救急医療についてもっと知りたい！

◇岡崎市救急医療ホームページ



夜間・休日の救急医療機関情報、こどもの救急医療に関する情報を掲載しています。



<https://www.city.okazaki.lg.jp/oshirase/p001009.html>

◇岡崎市医療安全相談窓口

市内医療機関の案内、医療に関する心配や相談に対応しています。

(受付) 8:30~12:00 13:00~17:00 (電話) 0564-23-5089

幸田町の救急医療についてもっと知りたい！

◇幸田町救急医療ホームページ



幸田町の医療機関、夜間・休日の救急医療機関情報を掲載しています。



<https://www.town.kota.lg.jp/soshiki/11/650.html>

医療機関について知りたい！

◇医療情報ネット



インターネット上で医療機関などの所在地、診療科目などの情報を検索することができます。



岡崎市・幸田町の
医療機関一覧（小児）



救急医療チャリ

- 体調の悪いときは、早めにかかりつけ医へ受診しましょう。
- 普段から、夜間や休日の救急医療機関を確認しておきましょう。

こどもの急病ガイドブック

■発行日 初版 平成17年3月
第18版 令和7年3月

■発行 岡崎市 保健政策課
幸田町 健康課

このガイドブックは、小児科医師の協力により作成しました。