

# 新生児科医より お母さんと赤ちゃんのためのお話

総合周産期母子医療センター 新生児内科



①かかりつけ医

②母子手帳の活用

- ・定期健診

- ・予防接種

- ・事故・怪我の予防 など

③赤ちゃんとの向き合い方



# 新生児健診

生後1日目、5日目（退院前）、2週間、1か月  
新生児科医が赤ちゃんの健診を行います

赤ちゃんの体について気になることを  
ご相談ください。



# ①かかりつけ医をもちましょう



- ・赤ちゃんのことを継続して相談できる  
かかりつけの小児科を決めておきましょう
- ・予防接種や定期健診で、元気な時の  
様子も診てもらおうことが大切

同じ先生だと、体調の変化に気づいて  
もらいやすくなります

## ②母子手帳の活用

- ・胎児発育曲線
- ・定期健診・便色カード
- ・乳幼児身体発育曲線
- ・予防接種
- ・事故・怪我の予防



赤ちゃんや妊婦さんに関する  
色々な情報が書いてあります

# 胎児発育曲線

## すこやかな妊娠と出産のために

### ●妊娠中の日常生活

妊娠中の母体には、おなかの赤ちゃんの発育が進むにつれて様々な変化が起こってきます。特に妊娠11週（3か月）頃までと妊娠28週（8か月）以降は、からだの調子に変化しやすい時期なので、仕事のしかたや、休息の方法（例えば家事や仕事の合間に、少しの時間でも横になって休むなど）、食事のとり方などに十分注意しましょう。普段より一層健康に気をつけ、出血、破水、おなかの強い張りや痛み、胎動の減少を感じたら、すぐに医療機関を受診しましょう。

### ●健康診査や専門家の保健指導を受けましょう

妊娠中は、特に気がかりなことがなくても、少なくとも毎月1回（妊娠24週（7か月）以降には2回以上、さらに妊娠36週（10か月）以降は毎週1回）妊婦健康診査を受けて、胎児の育ち具合や、自身の健康状態（血圧、尿など）をみてもらいましょう。

健康で無事な出産を迎えるためには、日常生活、栄養、環境その他いろいろなことに気を配る必要があります。医師、歯科医師、助産師、保健師、歯科衛生士、管理栄養士などの指導を積極的に受け、妊娠、出産に関して悩みや不安があるとときは家庭、職場でストレスがあるときなどは遠慮せずにご相談しましょう。母親学級、両親学級でも役に立つ情報を提供しています。

出産前後に帰省する（里帰り出産など）場合は、できるだけ早期に分娩施設に連絡するとともに、住所地と帰省地の市区町村の母子保健担当に手続きなどを相談しましょう。

※妊婦健康診査をきっかけに、下記のような妊娠中の異常（病気）が見つかることがあります。

●流産：妊娠22週未満に妊娠が終了してしまう状態です。性器出血や下腹部痛などの症状が起こります。妊娠初期の流産は特に原因がなくても、妊娠の約10～15%に起こるとされています。2回以上流産を繰り返す場合は、検査や治療が必要な場合があります。

●貧血：鉄分が薄まって貧血になりやすいとされています。出産に備え、鉄分を多く含む食品を食べてください。ひどい場合には、治療が必要になります。

妊娠中の生活で気を付けることが書いてあります

- 妊娠糖尿病：妊娠中は、それまで指摘されていなくても糖尿病のような状態になり、食事療法や血糖管理が必要となることがあります。
- 妊娠高血圧症候群（妊娠中毒症）：高血圧と尿蛋白がみられる状態です。急に症状が悪化することがあり、「強い頭痛がつづく」「目がちかちかする」といった症状がある場合などは要注意です。
- 前置胎盤：胎盤の位置が正常より低く、子宮の出口をふさいでいる場合をいいます。大出血を起こすことがあります。出産時には帝王切開が必要になります。

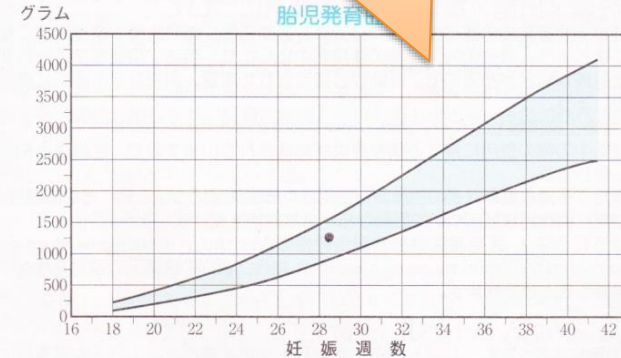
### ●妊娠中のリスクについて

下記の項目に当てはまるものがある方は、一般に妊娠中や出産時に異常（病気）を起こすリスクが高いとされています。医師や助産師などに相談しましょう。

若年（20歳未満）、高齢（35歳以上）、飲酒、喫煙、既往症がある、過去の妊娠歴がある

### ●胎児の発育について

妊婦健康診査の超音波検査で胎児の発育の様子を確認します。推定体重を胎児の発育曲線に書き込んで、発育の様子を確認してみましょう。



※この曲線の、上下の線の間に約95.4%の赤ちゃんの妊娠週数別推定体重が入ります。心配なことがあれば、医療機関等に相談しましょう。  
(参考) 日本産科婦人科学会 (<http://www.jsog.or.jp/public/shusanki.html>)

赤ちゃんの体重増加の目安になります

妊娠中のお酒やタバコは、胎盤機能や赤ちゃんの脳の発育に悪影響を与えます。タバコの煙が乳児突然死症候群と関連することも知られています。

### ●タバコ・お酒の害から赤ちゃんを守りましょう

妊娠中の喫煙は、切迫早産、前期破水、常位胎盤早期剥離を起し胎児の発育に悪影響を与えます。妊婦や赤ちゃんのそばでの喫煙死症候群（SIDS）と関係することが知られています。妊婦自身のこと、お父さんなど周囲の人も、妊婦や赤ちゃんのそばで喫煙しません。

出産後に喫煙を再開してしまうお母さんもいます。出産後もお父さんのために、タバコは控えましょう。

また、アルコールも胎児の発育（特に脳）に悪影響を与えます。全期間を通じて飲酒をやめましょう。出産後も授乳中は飲酒を控えましょう。

### ●妊娠中の感染症予防について

妊娠中は、免疫力が低下して感染症にかかりやすくなっています。妊娠中は赤ちゃんへの影響も考えて有効な薬が使えないことがあります。日頃から手洗い、うがいなど感染予防に努めましょう。

また、何らかの微生物（細菌、ウイルスなど）がお母さんから赤ちゃんに感染し、まれに赤ちゃんに影響が起きることがあります。妊婦健康診査では、感染症の有無を調べることができるものもあるので、きちんと受診しましょう。

まだ発見されていない感染症や検査が一般に行われない感染症もあります。子どもや動物の唾液や糞尿に触れた場合には、よく手洗いをしましょう。

※妊婦健康診査で調べる感染症 ([http://www.mhlw.go.jp/bunya/kodomo/boshi-hoken16/dl/06\\_1.pdf](http://www.mhlw.go.jp/bunya/kodomo/boshi-hoken16/dl/06_1.pdf))

※国立感染症研究所 (<http://www.nih.go.jp/niid/ja/route/maternal.html>)

※赤ちゃんとお母さんの感染予防対策5か条 (<http://www.jsnrm.com/topics/data/topics20130515.pdf>)

### ●妊娠・出産・授乳中の薬の使用について

妊娠中や授乳中の薬の使用については、必ず医師、歯科医師、薬剤師等に相談しましょう。自分の考えで薬の使用を中止したり、用法、用量を変えたりすると危険な場合があるので、医師から指示された用量、用法を守り適切に使用しましょう。

※「妊娠と薬情報センター」(<http://www.ncchd.go.jp/kusuri/index.html>)において、妊娠中の薬の使用に関する情報提供が実施されていますので、主治医と相談しましょう。

また、子宮収縮薬などの出産時に使用される医薬品についても、その必要性、効果、副作用などについて医師から十分な説明を受けましょう。

※独立行政法人 医薬品医療機器総合機構のWebサイト ([http://www.info.pmda.go.jp/psearch/html/menu\\_tenpu\\_base.html](http://www.info.pmda.go.jp/psearch/html/menu_tenpu_base.html)) から、個別の医薬品の添付文書を検索することができます。

### ●妊娠中のシートベルト着用について

妊娠中であっても、シートベルトを正しく着用することにより、交通事故に遭った際の被害から母体と胎児を守ることができます。ただし、妊娠の状態は

### ●妊娠中の夫の役割

妊婦の心身の安定には、夫や家族など周囲の理解や協力が必要です。妻をいたわり、ねぎらい、家事を積極的にいきましょう。妻の妊娠期間の約10か月は、夫にとっても「父親」として育っていく大切な準備期間です。この時期に、ふたりにとって子どもとはどんな存在か、親になるとはどういうことなのかなど、じっくり話し合ってみましょう。また、お産の時や産後の育児で夫がどのような役割を持つのか、妊娠中からよく話し合い、準備しておきましょう。

### ●出産後の心身の健康

出産後のお母さんは、わけもなくイライラしたり、気持ちが落ち込んだりすることがあります。産後のホルモンなど体の内部の変化や、慣れない育児の疲れなどが原因とされています。「産後うつ」は、産後のお母さんの10～15%に起こるとされています。出産後は、お母さんは赤ちゃんの世話に追われ、自分の心や体の異常については後回しにしがちです。また、お父さんや周囲の方も赤ちゃんが最優先で、お母さんの変化を見過しがちです。産後うつかもしれない、と思ったときは、迷わず医師、助産師、保健師に相談しましょう。

また、妊娠中や出産時に異常があった場合は、出産後も引き続き治療や受診が必要な場合があります。経過が順調と思われるときでも、医師の診察を受けましょう。

### ●赤ちゃんのかかりつけ医

妊娠中に、産科医から紹介を受けるなどして、軽い風邪や発熱などで気軽にいつでもみてもらえるよう、かかりつけの小児科医をきめておくこと安心です。

### ●マタニティマーク

マタニティマークは、妊婦が交通機関等を利用する際に身につけ、周囲に妊婦であることを示しやすくするものです。また、交通機関、職場、飲食店などが、呼びかけ文を添えてポスターなどとして掲示し、妊産婦にやさしい環境づくりを推進するものです。

マタニティマークホームページ ([http://www.mhlw.go.jp/bunya/kodomo/maternity\\_mark.html](http://www.mhlw.go.jp/bunya/kodomo/maternity_mark.html))



# 新生児期の生活

## 新生児(生後約4週間までの赤ちゃん)

生まれて約4週間、特に最初の2週間は、赤ちゃんがお母さんの体内とはまったく違う環境の中で、自分の力で発育していくことに慣れる大切な時期です。

下記のような注意をしながら、母体を離れての生活に無理なく慣れ、人生の第一歩を踏み出せるようにしましょう。

### ●赤ちゃんが過ごす場所

生まれたばかりの赤ちゃんは、乳を飲むとき以外はほとんど眠っています。清潔で静かな場所に、ゆったりと寝かせましょう。

また、医学的な理由で医師からうつぶせ寝をすすめられている場合以外は、赤ちゃんの顔が見えるあお向けに寝かせるようにしましょう。また、なるべく赤ちゃんを一人にしないようにしましょう。乳幼児突然死候群(SIDS)や窒息、誤飲、けがなどの事故を未然に防ぐことにもつながります。

### ●保温

赤ちゃんは、まだ、自分で体温を調節することがうまくできないので、部屋の温度はなるべく20℃以下にならないようにしましょう。ただし、室内の空気を新鮮に保つことを忘れないでください。

### ●母乳

新生児には母乳が基本です。母乳栄養は赤ちゃんの病気を防ぎ、赤ちゃんとお母さんのきずなを強くします。特に初乳は赤ちゃんが初めて口にする食物としてかけがえのないものですから、ぜひ与えたいものです。母乳が出ない場合でも、あせらずに、赤ちゃんが欲しがるにまかせて根気よく授乳しましょう。母乳の出を良くするには、お母さんが十分休息をとることも大切です。

赤ちゃんのお世話の基本について書いてあります

### ●低出生体重児の届出、未熟児への医療の給付

出生体重が2,500g未満の低出生体重児については、出生後、市町村に届けることが法律で義務づけられていますので、忘れずに届け出ましょう。出生体重が2,000g未満の場合や、その他の異常がある場合、自宅訪問などの支援が受けられます。また、入院が必要な場合、医療給付が受けられる場合がありますので市町村に連絡をしましょう。

### ●赤ちゃんの具合が悪い時

母乳・ミルクをいつもより飲まない、発熱があって元気がない、下痢・けいれんがある、顔色が悪い、呼吸の様子がおかしい、強い黄疸があるなどの症状がみられたら、すみやかに医師の診察を受けましょう。

### ●先天性代謝異常等の検査を受けましょう

すべての新生児を対象として、血液を用いてフェニルケトン尿症などの先天性代謝異常検査や先天性甲状腺機能低下症のスクリーニング検査が行われています。これらの病気は早期に発見された場合、特殊ミルクや甲状腺ホルモン薬などで治療することができます。検査結果の異常が通知された場合には、すみやかに医療機関で受診しましょう。

### ●新生児聴覚検査について

赤ちゃんは産まれてから、色々な音を聞いたり、声を出したりして、話し始めるための準備をしています。ことばの発達の上で、とても大切な時期です。生まれつき、聴覚に何らかの障害を持つ赤ちゃんは1,000人に1~2人といわれています。出生後早期に、赤ちゃんが眠っている間に行う聴覚検査があります。耳の聞こえについて気になるときは、医療機関などに相談しましょう。

### ●視覚の発達について

視覚は生まれてから発達します。新生児は、視線が定まらずぼんやりと外界を見ていますが、見続けることで視覚が次第に発達します。生後1か月から1歳6か月頃は特に視覚の発達が盛んな時期なので、この時期に両目でモノをしっかりと見ることが大切です。

ひとみが白い・光って見える、目が開かない、片目ずつ目の前にそと手をかざすと片方だけ嫌がって顔をそむける、目つきが気になるといった症状が見られたら、眼科を受診しましょう。

目の健康を調べるチェックシート

日本視能訓練士協会 (<http://www.jaco.or.jp/mame/index5.html>)



# 1か月健診・便色カード

## 保護者の記録 【1か月頃】 (2014年 2月 8日記録)

2014年 2月 8日 で1か月になりました。

- 裸にすると手足をよく動かしますか。  はい  いいえ
- お乳をよく飲みますか。  はい  いいえ
- 大きな音にビックッと手足を伸ばしたり、泣き出すことがありますか。  はい  いいえ
- おへそはかわいていますか。  はい  いいえ  
(ジクジクしている時は医師にみてもらいましょう。)
- 子育てについて気軽に相談できる人はいますか。  はい  いいえ
- 子育てについて不安や困難を感じることはありますか。  はい  いいえ  何ともいえない

乳児

- 成長の様子、育児の心配、かかった病気、感想などを自由に記入しましょう。



クリーム色のうんちは病気のサインの可能性  
があります

※これからの予防接種のスケジュールを確認しましょう。

うんちの色に注意しましょう  
明るいとこでカードの色と見比べてください。

1番～3番に近い色だと思  
4番～7番だったのが1番～3番に近くなった

どちらかが当てはまるときは、胆道閉鎖症などの病気の可能性がありますので、1日も早く小児科医、小児外科医等の診察を受けてください。

便色の記入欄 (観察日と右欄に当てはまる番号)

生後2週

2014年 1月 22日 4番

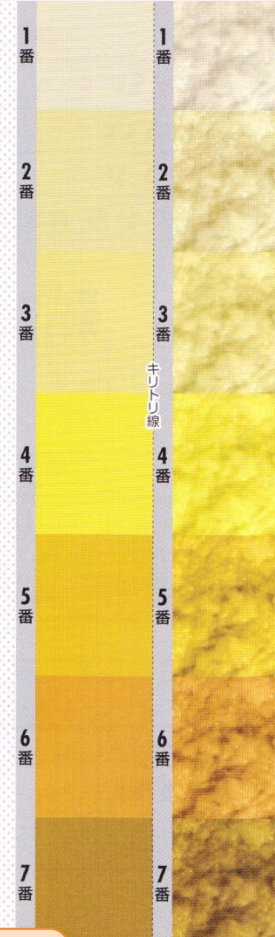
生後1か月

年 月 日 番

生後1～4か月

年 月 日 番

生後4か月くらいまでは、うんちの色に注意が必要です。生後2週を過ぎてても皮膚や白目(しろめ)が黄色い場合、おしっこが濃い黄色の場合にも、すぐに医師等に相談しましょう。



定期的にうんちの色をチェックしましょう

# 定期健診

## 保護者の記録 【3～4か月頃】 (2014年 4月15日記録)

- 首がすわったのはいつですか。 (4月6日頃)  
(「首がすわる」とは、支えなしで首がぐらつかない状態をいいます。)
- あやすとよく笑いますか。 はい  いいえ
- 目つきや目の動きがおかしいのでは  
ないかと気になりますか。 いいえ  はい
- 見えない方向から声をかけてみると、  
そちらの方を見ようとしますか。 はい  いいえ
- 外気浴をしていますか。 はい  いいえ  
(天気のよい日に薄着で散歩するなどしてあげましょう。)
- 子育てについて気軽に相談できる人はいますか。 はい  いいえ
- 子育てについて不安や困難を感じることはありますか。 いいえ  はい 何ともいえない
- 成長の様子、育児の心配、かかった病気、感想などを自由に記入  
しましょう。

乳  
児

問診の部分は発達の  
目安になります

## 3～4か月児 健康診査

(2014年 4月)

最初は3-4か月健診です

体 重	680	胸 囲	42.2 cm	頭 囲	40.0 cm
栄養状態	良・要指導	栄養法	母乳・混合・人工乳		
股関節 開排制限	なし・あり				
健康・ 要 観 察	確定:OK				
特記事項					
施設名又は 担当者名					

## 次の健康診査までの記録

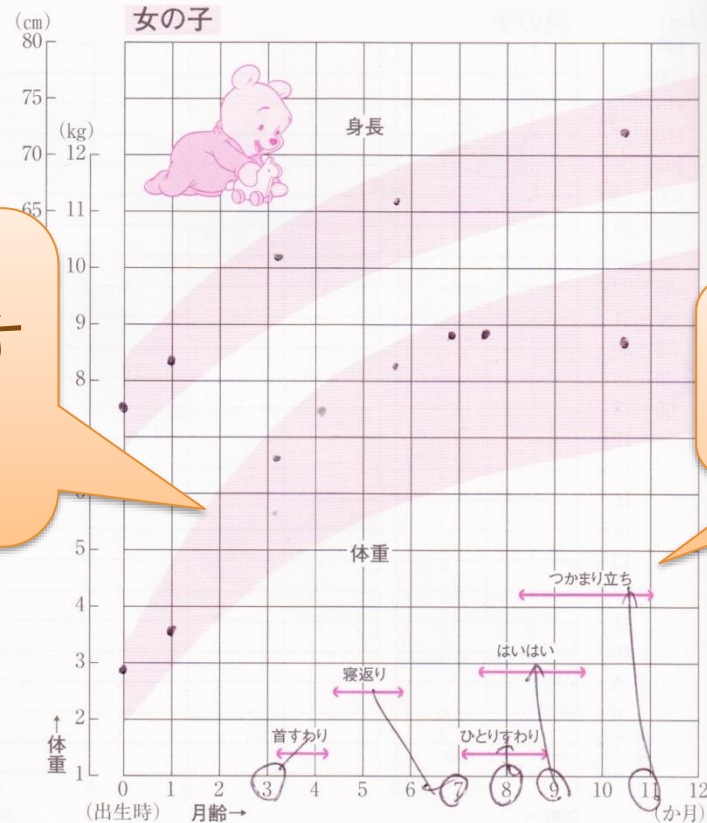
(自宅で測定した身長・体重も記入しましょう。)

年月日	月 齢	体 重	身 長	特記事項	施設名又は 担当者名
5/14	4月6日	7405 g	62.9 cm	頭囲41.52 胸囲46cm	
7/4	5/26	8055 kg	66.1 cm	胸 囲 45.4 cm 頭 囲 43.3 cm	斤 炎

# 乳幼児成長曲線

●お子さんの体重や身長をこのグラフに記入しましょう●

乳児身体発育曲線 (平成22年調査)



身長・体重の経過を  
グラフで確認できます

標準範囲(色つき部分)

発達の目安も  
書いてあります

発育曲線

首すわり、寝返り、ひとりすわり、はいはい、つかまり立ち及びひとり歩き  
の矢印は、約半数の子どもができるようになる月・年齢から、約9割の  
子どもができるようになる月・年齢までの目安を表したものです。  
お子さんができるようになったときを矢印で記入しましょう。

# 予防接種

## 予防接種の記録(1)

Immunization Record

感染症から子ども（自分の子どもはもちろん、まわりの子どもたち）を守るために、予防接種は非常に効果の高い手段の一つです。子どもたちの健康を守るために予防接種の効果と副反応をよく理解し、予防接種を受けましょう。

ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ Diphtheria・Pertussis・Tetanus・Polio					
時期	ワクチンの種類 Vaccine	接種年月日 Y/M/D (年齢)	メーカー/ロット Manufacturer/ Lot. No.	接種者署名 Physician	備考 Remarks
第1期 初回	1回 化DPT-IPV A009B Exp 2015.4.8	H26 4.22			左 0.5ml
	2回 化DPT-IPV A010C Exp 2015.6.23	H26 5.27		小児科	右 0.5ml
	3回 化DPT-IPV A011C Exp 2015.6.30	H26 7.15		小児科	左 0.5ml
第1期 追加	化DPT-IPV A023C Exp 2016.9.23	H27 9.9		小児科	左 0.5ml
第2期 (DT)					

BCG			
接種年月日 Y/M/D (年齢)	メーカー/ロット Manufacturer/ Lot. No.	接種者署名 Physician	備考 Remarks
H26 6.19	BCG KH196		

予防接種

●薬剤や食品などのアレルギー記入欄

種類が多いので、進め方はかかりつけの小児科で相談しましょう

## 予防接種の記録(2)

ワクチンの種類 Vaccine	接種年月日 Y/M/D (年齢)	メーカー/ロット Manufacturer/ Lot. No.	接種者署名 Physician	備考 Remarks
麻しん (はしか) Measles	第1期 H27.27	MR Y183 EXP. 2015. 5. 1	小児科	右 0.5ml
風しん Rubella	第2期			

日本脳炎 Japanese Encephalitis				
時期	接種年月日 Y/M/D (年齢)	メーカー/ロット Manufacturer/ Lot. No.	接種者署名 Physician	備考 Remarks
第1期 初回	1回			
	2回			
第1期 追加				
第2期				

ロタウイルス胃腸炎予防ワクチン「ロタリックス® 内用液」

	接種年月日	ロット	接種者署名	備考
1回目	H26	ロタリックス® 内用液 AL A823AA		1.5ml 小児科

# 予防接種の必要性

- ・胎盤や母乳を通してお母さんからもらった抵抗力(免疫)は徐々に低下していきます
- ・感染症にかからない、かかっても軽くすむ、感染を拡大させないために  
予防接種を受けましょう



日本では、毎年多くの子どもたちが、予防接種で予防できるはずの感染症にかかり、重い後遺症で苦しんだり、命を落としたりしています。

世界中に数多くある感染症の中で、予防接種で防げる病気はわずかです。

防げる病気だけでも予防して、大切な子どもたちの命を守りましょう。

赤ちゃんを守るため、兄弟・家族ができる予防接種は赤ちゃんが生まれる前に済ませておきましょう

# 予防接種の種類

## 定期接種

市町村の予防接種券で  
無料で接種できるワクチン

(\*ただし、指定期間を過ぎた場合は有料になります)

## 任意接種

自己負担が必要であるが  
接種が推奨されるワクチン

\* 更にこれらは生ワクチンと不活化ワクチンに分けられ  
接種間隔が異なります。



# 小児科学会が推奨するスケジュール

2020年10月1日版

ワクチン	種類	乳児期											
		生後	6週	2か月	3か月	4か月	5か月	6か月	7か月	8か月	9-11か月	12-15か月	
インフルエンザ菌b型 (ヒブ)	不活化			①	②	③							④ (注)
肺炎球菌 (PCV13)	不活化			①	②	③							④
B型肝炎	ユニバーサル			①	②				③				
	母子感染予防	①	②					③					
ロタウイルス	1価			①	②			(注4)					
	5価			①	②	③				(注5)			
4種混合 (DPT-IPV)	不活化				①	②			③				
3種混合 (DPT)	不活化				①	②			③				
2種混合 (DT)	不活化												
ポリオ (IPV)	不活化				①				③				
BCG	生												
麻疹・風疹混合 (MR)	生												
水痘	生											①	
おたふくかぜ	生											①	
日本脳炎	不活化												
インフルエンザ	不活化												
ヒトパピローマウイルス (HPV)	不活化												

生後2か月から  
4種類のワクチン開始  
接種可能なワクチンは  
積極的に受けましょう

定期接種の推奨期間
  定期接種の接種可能な期間
  任意接種の推奨期間
  任意接種の接種可能な期間
  添付文書には記されていないが小児科推奨する期間

上記の表を参考に、かかりつけの小児科医と相談してスケジュールを立てましょう。今後、ワクチンの接種回数・接種期間の変更や新しいワクチンの追加などの可能性がありますのでご注意ください。(愛媛県小児科医会)

- ・ワクチンの開始時期は  
感染・重症化しやすい月齢、赤ちゃんの  
免疫力を考慮して設定されています
- ・免疫をつけるため、複数回の接種が必要

熱があるなど体調が悪い時には  
接種できません。体調のいい時  
に早めに予約・接種しましょう





## 2か月から始まる4種のワクチン

### インフルエンザ菌b型

:細菌性髄膜炎・急性喉頭蓋炎の主な原因菌  
⇒発達・知能・運動障害、難聴などの後遺症

### 肺炎球菌

:細菌性髄膜炎・重症肺炎・急性中耳炎の主な原因菌

### B型肝炎ウイルス

:肝硬変・肝癌の原因となるウイルス

### ロタウイルス

:嘔吐下痢症の中でも重症になりやすい胃腸炎ウイルス  
⇒脳炎や腎障害を合併

# 家族の感染予防

- 妊娠中は免疫力が低下し感染症にかかりやすいうえに、薬が使えない場合もあります
- 妊娠中に感染すると赤ちゃんに影響が出るウイルスがあります



# 赤ちゃんに影響のあるウイルス

- ・伝染性紅斑(りんご病) →胎児水腫、流産  
(○手洗い・うがい ×子供の唾液、人ごみ)
- ・サイトメガロウイルス →小頭症、発育遅延、難聴  
(○手洗い・うがい ×子供の唾液、人ごみ)
- ・トキソプラズマ →水頭症、発育遅延、視力障害  
(×加熱不十分な食品(肉類、生ハム、井戸水など)、猫の糞、土)



お母さん自身も手洗いや  
食事に気を付けて感染予防に努めましょう。

- 麻疹 → 早産・流産
- 風疹 → 白内障・先天性心疾患
- 水痘 → 四肢低形成、脳萎縮、白内障  
赤ちゃんの水痘・帯状疱疹の発症
- B型肝炎 → 母子感染

20-40代男性抗体保有率が低く、お父さんからお母さんに感染することがあります

これらのウィルスにはワクチンがあります。  
赤ちゃんを守るため、家族も接種できる  
ワクチンがないかチェックしてください。



# 事故・怪我の予防

## 事故の予防

現在わが国では、不慮の事故が子どもの死亡原因の上位となっています。事故の内容は年齢によって異なりますが、周囲が気をつけることで防げるものが大部分です。発育過程の中で、いつ頃、どんな事故が起こりやすいか知っておくことは、事故の予防の上で大切です。



### 月齢・年齢別で見る起こりやすい事故

月年齢	起こりやすい事故……事故の主な原因と対策
新生児	周囲の不注意……… ★誤って上から物を落とす によるもの            ★上の子が抱き上げてけがさせたり、物を食べさせたりする 窒息……… ★まくらや柔らかい布団
1 ～ 6 か月	転落……… ★ベッドやソファなどから落ちる（ベッドから離れるときは柵を上げる） やけど……… ★大人が子どもを抱いたまま熱い飲料をこぼす
7 ～ 12 か月	転落・転倒・はさむ… ★扉、階段、ベッド、バギー、椅子 やけど……… ★アイロン、魔法瓶やポットのお湯、炊飯器やスチーム加湿器の蒸気 溺水……… ★浴槽、洗濯機に落ちる（残り湯をしない） 誤飲・中毒……… ★たばこ、医薬品、化粧品、洗剤、コインなど 窒息……… ★お菓子などの食品がのどにつまる 車中のけが……… ★座席から転落（チャイルドシートで防止できる）
1 ～ 4 歳	誤飲（中毒）……… ★範囲が広がり、あらゆるものが原因になる 窒息……… ★お菓子などの食品がのどにつまる 転落・転倒……… ★階段、ベランダ（踏台になるものを置かない） やけど……… ★熱い鍋に触れる、テーブルクロスを引いて湯をこぼす（テーブルクロスは使用しない） 溺水……… ★浴槽に落ちる、水あそび 交通事故……… ★飛び出し事故（手をつないで歩く） 火遊びによる死傷…… ★ライター、マッチなどによる火遊び（子どもの手の届くところにライターなどを置かない）

- ・転落
- ・窒息・誤飲
- ・やけど
- ・溺水

事故は必ず毎年起きています

# 転落

ベッドやソファからの転落以外に、  
抱っこひも・スリング・クーハンからの転落が  
増えています



前かがみになると必ず  
隙間ができてすり抜けて  
しまいます

※消費者庁イラスト集より

# 窒息・誤飲(中毒)

赤ちゃんは何でも口に入れます！！  
(タバコ、電池、硬貨、ヘアピン、画びょう、ホウ酸団子、  
大人の内服薬、除光液、洗剤等)

親指と人差し指の輪を通る大きさの  
物は窒息の原因になります



※消費者庁イラスト集より

床の上・こどもの手の届く所に物を置かず、  
高い所・鍵がかかる場所に片付けましょう。

# やけど



※消費者庁イラスト集より

電気ポット、炊飯器の蒸気、お風呂、タバコ  
照明、お茶などでの事故が増えています

テーブルクロスにも  
注意が必要です

お母さん自身も手洗いや  
食事に気を付けて感染予防に努めましょう。



# 溺水

最も事故が多いのはお風呂場です

- ・入浴後はお湯を抜く
- ・浴室に鍵をかける
- ・入浴中は目を離さないようにしましょう！  
首浮き輪の事故もあります！



※消費者庁イラスト集より



※消費者庁イラスト集より

# 出産前から家の環境を整えておきましょう

転倒

転落

窒息

誤飲

怪我



※ 子どもの事故防止支援サイト～子どもに安全をプレゼント～より

# 蘇生方法

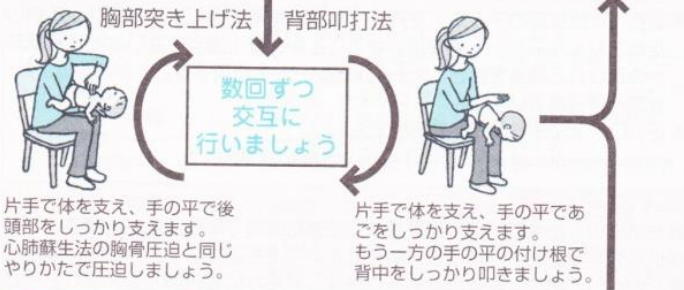
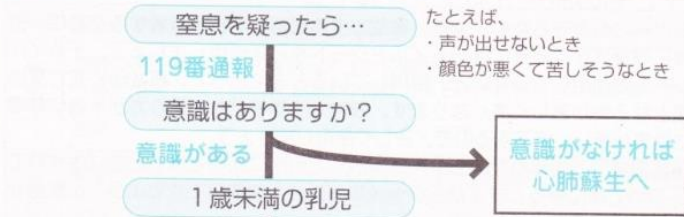
## ●食べ物や玩具など、ものがのどにつまった時の応急手当

乳幼児は、大人が思いもよらないものを口にします。食べ物や玩具等がのどにつまると、窒息する危険があります。

周囲の大人が、普段から乳幼児ののどに詰まりやすい大きさ（トイレットペーパーの芯程度）を知り、食べ物や玩具の取り扱いに関する注意書きをよく確認するとともに、すぐに対処できるように、応急手当について知っておく必要があります。

※口の中に指を入れて取り出そうとすると、異物がさらに奥へ進んでしまうことがあります。

### ものがのどにつまった時の応急処置

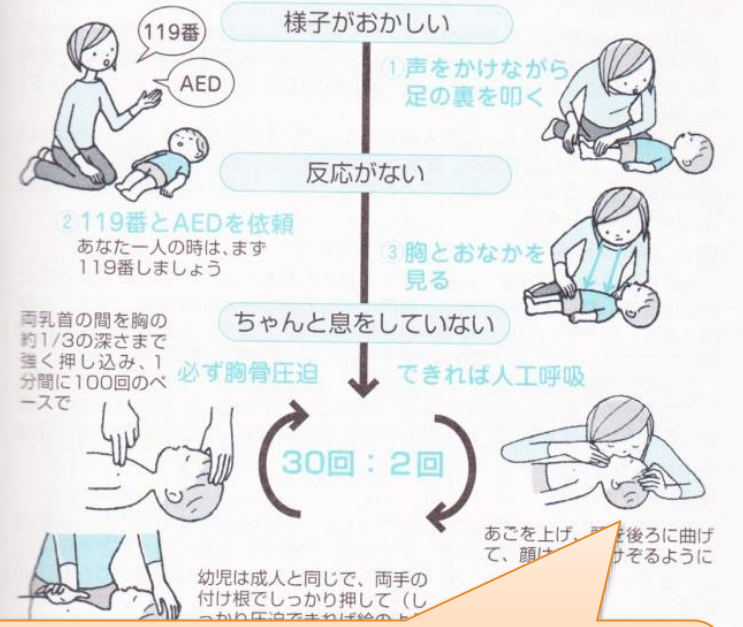


（監修）日本小児救急医学会心肺蘇生委員会、日本救急医療財団心肺蘇生委員会

## 心肺蘇生法

心肺蘇生法の基本は、胸骨圧迫と人工呼吸です。胸骨圧迫だけでも、人工呼吸だけでも、何かをするその勇気がお子さんの救命につながります。

様子がおかしいと思ったら助けを呼んで、以下の心肺蘇生法の手順を開始しましょう。



万が一に備えて一度目を通しておきましょう

# 松山市の小児救急体制

病気：平日の日中=かかりつけ小児科

夜間=松山市急患医療センター（毎日21-8時）

日曜・祝日=松山市医師会休日診療所

（小児科：15～18時、19～21時）

事故・怪我：当日の救急病院

夜19-8時は愛媛県小児救急医療電話相談  
（#8000）も利用できます



# チャイルドシート

- 退院日から必要です
- 月齢・体重に合ったものを正しく着用しましょう
- 取り付け固定が不十分、不適切な使用では事故時の受傷が予防できません

里帰り出産の方などに、松山南交通安全協会でシートの無料貸し出しもあります



### ③赤ちゃんと向き合い方

- 乳幼児期は身近な人とのかかわり、遊びなどの実体験を通して心と身体が成長する時期
- 親子が顔を合わせて一緒に遊ぶ時間は運動・言葉・社会性の発達に大切



## 小児における長時間のテレビ・DVD視聴が

- ・言語能力
- ・コミュニケーション能力
- ・運動機能
- ・注意力

これらの能力低下に関連します



・授乳中、食事中はテレビ・ビデオを消すように心がけましょう



・テレビ・ビデオを見るときは子供だけで見せず、歌ったり語りかけながら親子で一緒に見るようにしましょう

生まれてからすぐに自分の生活習慣を変えるのは思いのほか大変なことです。赤ちゃん出産前のこの機会に少し考えてみてください。

家から帰ったらずっとテレビがついている家庭、見ていなくてもTVがなんとなくついていて家庭、ひっきりなしに携帯メールをしているお母さん、テレビやDVDに子守をさせている家庭、、、こんな家庭になっていませんか。



## 最後に・・・

- ・赤ちゃんは今も、お母さんの心臓の音や家族の声を聞きながら大きくなっています
- ・両親の1日1日が赤ちゃんの成長に重要
- ・体調に気を付けて、赤ちゃんに会える日を楽しみに

