

事故・病気の予防

赤ちゃんの事故は外出先だけでなく、家の中にも
そのリスクは潜んでいます。
また感染症を始めとする病気には、毎日の対策が不可欠です。
大切な命を守るためにも必要な対策や知識を
ご家族の中で共有していきましょう。

子どもを事故から守ろう	98
子どもの病気・事故の対応	100
予防接種	102
子どもに多い感染症	104
あなたなら、こんなとき、どうします？	106
横浜市子供を虐待から守る条例について	107
横浜市子育てりぶいん	108
(横浜市建築局からのお知らせ)	

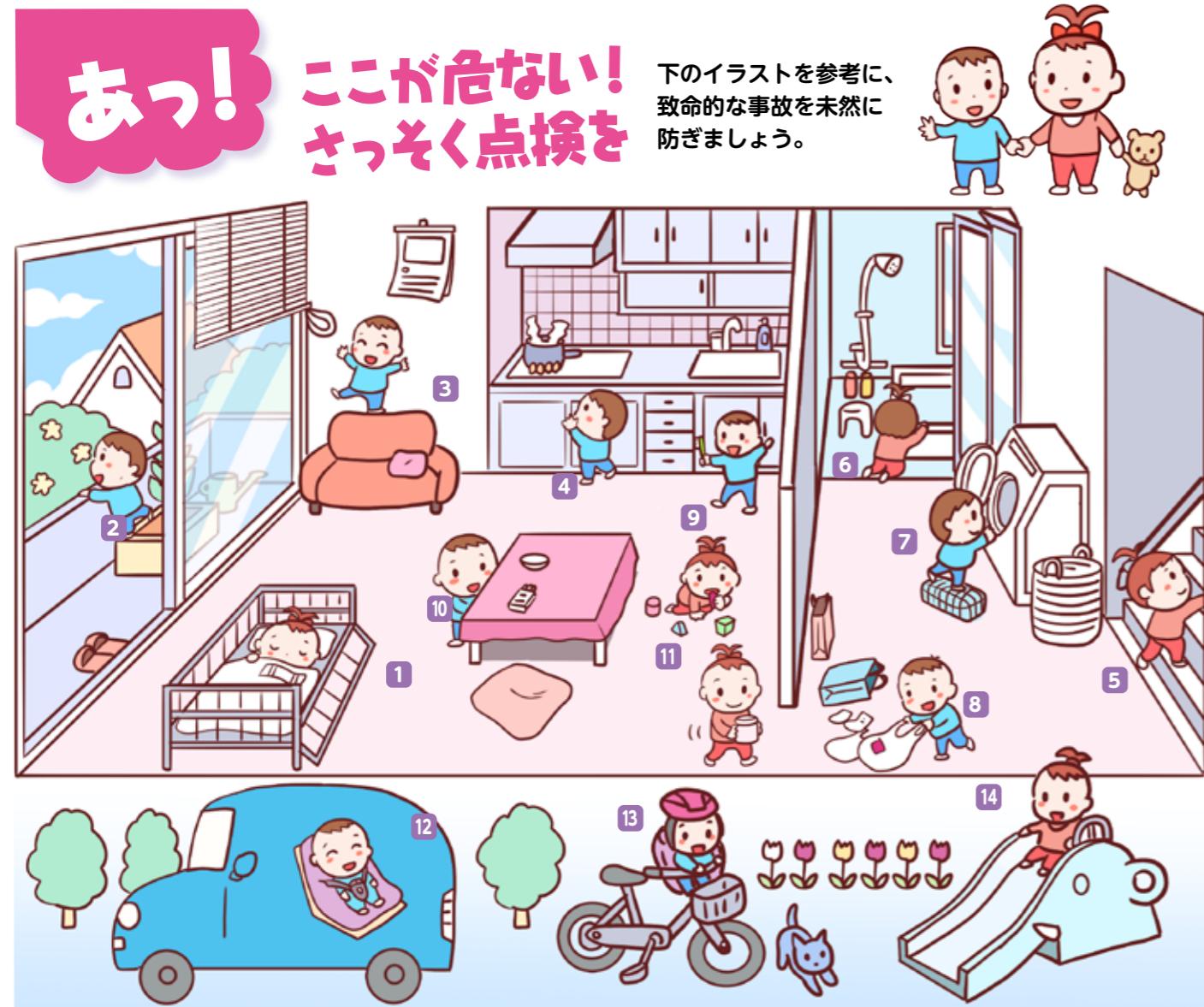


事故・病気の予防

子どもの死亡事故の第1位は「不慮の事故」です。
しかし、これらの事故のほとんどは、ちょっとした注意で防ぐことができます。

子どもを事故から守ろう

子どもの成長と起こりやすい事故・その予防



※抱っこひもやベビーカー使用時も取扱説明書を読み、バックルやベルトを正しく締めて使用しましょう。

子どもの目線で見てみよう

●お家の中は、整理整頓

お子さんの視線で、お家の中を見回してみてください。いつもと違って見えませんか? 「アレは何だろう?」と、お子さんの興味を引くものが、いっぱいです。危ないものは、お子さんの手の届かないところへしまいましょう。

●子どもが静かな時こそ、要注意

「あれ? 何しているのかな?」と、気にかけましょう。何かによじ登ったり、のぞき込んだり、口に入れたりしているかも…。

●子どもを呼び寄せるより、親から近づこう

特に、外で「○○ちゃん」と呼びかけると、お子さんはお父さん・お母さんしか目に映りません。周囲の車や物に、注意がいかなくなってしまします。

転落して頭を強打する危険

1 ベビーベッド



ベッドの柵は一番まで上げ、しっかりとロックをしましょう。

2 ベランダ



踏み台になるものは置かないようにします。ひとりでベランダに出ないようガラス戸に鍵をかけましょう。

5 階段



ひとりで上り下りしないように柵をつけるようにしましょう。

(くわえたまま) 転倒してのど奥深くに突き刺さる危険

11 長いもの



ストローや歯ブラシ、箸のような長いものを口にくわえたまま走り回ったりさせないようにしましょう。

(自転車ごと) 転倒して頭を強打する危険

13 自転車



子どもを補助いすに乗せたまま止めておかないようにします。ヘルメットをかぶせましょう。

※窒息・誤嚥(ごえん)防止のため、ミニトマトやブドウ等、球状の食べ物は小さく切って食べさせましょう。豆・ナツツ類は5歳以下の子どもには食べさせないようにしましょう。

湯・水の中に落ちて溺れる危険

6 浴槽、ビニールプール



ひとりで風呂場に入れないよう入り口に鍵をかけるようにします。浴槽内や洗面器、ビニールプールなどに水や湯を残さないようにしましょう。

7 洗濯機



ふたを開けてのぞけないように、近くに踏み台になるものは置かないようにし、必ず蓋を閉めて、チャイルドロック機能などを利用しましょう。

やけどする危険

4 台所



なべや電気ケトル、炊飯器などに触れないように、届かない位置に置きます。ひとりで台所に入れないようにしましょう。

10 居間など



ライターやタバコ、アイロンは手の届かないところに置くようにしましょう。

息ができない窒息する危険

1 ベビーベッド



柔らかい布団や枕は使わず、ぬいぐるみ、タオルなども、口や鼻をふさぐ危険があるので、近くに置かないようにしましょう。

8 ビニール袋



ビニール袋は近くに置かないようにしましょう。

ひもで首がしまって窒息する危険

3 ブラインド



ブラインドのひもはまとめ、届かないところにくるようになります。ブラインドの下に飛び跳ねて遊べる家具は置かないようにします。

14 すべり台



遊ぶときは、ひもやフードつきの洋服は避け、かばんや水筒などは外すようにしましょう。

大切なことは、子どもをいつでも視野の中に入れておくことです。事故を未然に防げます。あなたの子どもには日頃からなぜ危ないのかを伝えていきましょう。

チェック!

- Q1 薬・たばこ・化粧品・洗剤・お酒類・歯ブラシなどが、お子さんの手の届くところに置いてありませんか。
- Q2 ストーブ・アイロン・ポット・炊飯器などの熱い物に、お子さんの手が届きませんか。
- Q3 ベランダや洗濯機の周辺に、お子さんがよじ登れそうなものがありますか。
- Q4 お風呂場には、お子さんが自由に入り出しますか。また、浴槽にはいつも水がはっていませんか。
- Q5 ベビーベッドや階段に取り付けられた柵を、つい面倒でしないことがありますか。
- Q6 お家の中で、お子さんが何をしているのか、わからないことがありますか。
- Q7 お家や車の中に、お子さんだけを置いていくことはありませんか。

あなたのお家は大丈夫?

子どもの病気・事故の対応

こんなときどうする？いざという時のための応急処置

急な病気やケガで 救急車を呼ぶか迷ったとき

- かながわ救急相談センター（24時間対応）
#7119 または 045-232-7119
045-523-7119
(ダイヤル回線・IP電話からはこちら)
- ONLINE QQ こどもの救急
(公益社団法人日本小児科学会)
夜間や休日などの診療時間外に病院を受診するかどうか、判断の目安を提供しています。

身近な場所を
メモしてみましょう

休日の診療は _____ 休日急患診療所 ☎ _____

窒息の対応

●背部叩打法

- 片方の腕に乳児をうつぶせに乗せます。
- 手で乳児のあごをしっかり持ち、頭部が低くなるような姿勢にします。
- もう一方の手のひらの付け根で、背部を力強く数回連続してたたきます。



熱中症の対応

頭痛、吐き気、嘔吐、注意力の散漫などがある場合には、病院を受診しましょう。
意味不明な言動があるなど意識が朦朧としている場合は、すぐに救急車を呼びましょう。

●涼しい環境に退避させる

- 風通しのよい日陰や冷房が効いている室内などが適しています。

●衣服を脱がせ、体を冷やす。

- 衣服を脱がせて皮膚を露出し、あまり汗をかいていないようであれば、皮膚に水（冷たい水よりぬるい水が効果的）をかけて濡らしながらうちわなどで風を当てます。
- 氷のうや冷却パックで首、脇の下、太ももの付け根などを冷やしましょう。頬、手のひら、足の裏でも効果的です。

★水分と塩分、糖分の補給も重要！

熱性けいれんの対応

おもに6か月から5歳までの乳幼児が、発熱に伴って起こすけいれんです。通常は数分で自然とおさまりますので、慌てずに落ち着いて対応しましょう。けいれんが5分以上続くとき、意識が戻らないときは、すぐに救急車を呼びましょう。

①慌てず、安全で平らな場所に仰向けに寝かせましょう。

★吐きそうな場合は、吐いたものがのどに詰まらないよう顔と体を横に向けましょう。

②けいれんが始まった時間を確認しましょう。衣類をゆるめて熱を測りましょう。

③けいれんの状態を確認しましょう。

★腕や足がガクガクしているのか、ギューッとしているなど身体の動きに注意！



大声で名前を呼ばない！
身体をゆすらない！

刺激となり、けいれんが長引く場合があります。

口の中に物を入れない！

熱性けいれんで舌を噛むことはほとんどありません。
噛む力はかなり強いため物や指を入れることは危険です。

やけどの対応

やけどの範囲が広い場合や顔面や陰部のやけど、または皮膚が焦げていたり白くなっている痛みを感じないような深いやけどの場合には、すぐに救急車を呼びましょう。

- やけどをしたら、流水ですぐに冷やしましょう。
- 広い範囲にやけどをした場合、全身の体温が下がるほどの冷却は避けましょう。
- 水ぶくれ（水泡）は破らないようにしましょう。



出血時の対応

大量に出血している場合や出血が止まらない場合には、すぐに救急車を呼びましょう。

- 清潔なガーゼやハンカチ、タオルなどを重ねてきず口に当て、その上から出血部位を指先や手のひらで強く圧迫します。
- 大きな血管からの出血の場合で、片手で圧迫しても止血しないときは、両手で体重を乗せながら圧迫します。



予防接種

市内の協力医療機関で接種できます。お子さんの体調の良いときに受けましょう。

詳しいことは横浜市から送付される「予防接種のしおり」をご覧ください。なお、最新の情報は、横浜市発行「広報よこはま」や横浜市ホームページ等でご確認ください。

●予防接種を受ける前に

次のような場合は予防接種を受けることができません

- 1 明らかに発熱（通常 37.5℃ 以上をいいます）をしているお子さん
- 2 重篤な急性疾患にかかっていることが明らかなお子さん

- 3 その日に受ける予防接種の接種液に含まれる成分でアナフィラキシー*を起したことがあることが明らかなお子さん

- 4 その他、医師が不適当な状態と判断したお子さん



*アナフィラキシー

通常、接種後 30 分以内に起こるひどいアレルギー反応のことです。汗がたくさん出る、顔が急に腫れる、全身にひどいじんましんが出るほか、吐き気、嘔吐、声が出にくい、息が苦しいなどの症状に続き、ショック状態になるような激しい全身反応が出現することがあります。

●予防接種一覧

何か気にかかるがあれば、かかりつけの医師や横浜市予防接種コールセンター（045-330-8561）に相談しましょう。

異なる種類のワクチンを接種する場合、次の場合に限り、27日以上、間隔をあける必要があります。

●他の予防接種との間隔

次回以降に受ける予防接種

注射生ワクチン

BCG・麻しん風しん（MR）・麻しん・風しん・おたふくかぜ・水痘（水ぼうそう）

27日以上

注射生ワクチン

BCG・麻しん風しん（MR）・麻しん・風しん・おたふくかぜ・水痘（水ぼうそう）

BCGの予防接種を無料で受けられるのは、生後1歳未満までです。乳幼児は抵抗力が弱いので、結核にかかると重い後遺症を残すことがあります。結核の予防のために、かかりつけ医とご相談の上、きちんと接種しましょう。

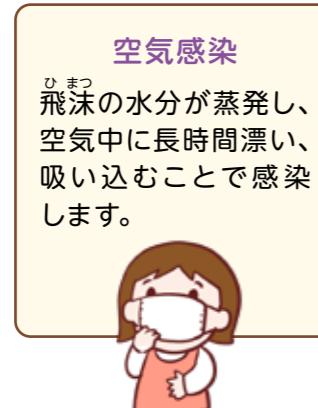
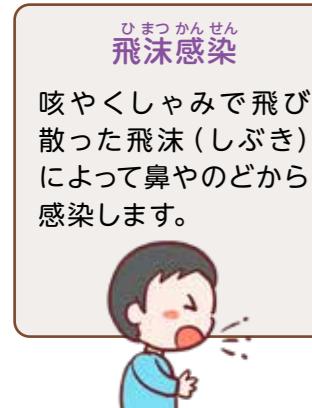
	ワクチンの種類	予防する病気	接種回数	0か月	3か月	6か月	12か月	18か月	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	7歳	実施期間	接種機関
定期接種 無料	小児用肺炎球菌（15価、20価） 不活化ワクチン	肺炎球菌による肺炎、 髄膜炎、中耳炎等	初回3回 追加1回 ※接種開始年齢によって異なります。				初回: 27日以上の間隔で3回				◎無料で受けられる年齢は5歳未満まで					
	B型肝炎 不活化ワクチン	B型肝炎	3回				生後2か月～3か月の間に27日以上の間隔で2回			◎無料で受けられる年齢は生後1歳未満まで						
	ロタウイルス 生ワクチン	ロタウイルスによる胃腸炎等	2回または3回 ※ワクチンの種類によって異なります。				ロタリックス（1価） 1回目接種後、139日以上の間隔で1回（生後7か月～8か月）			◎無料で受けられる年齢は生後1歳未満まで						
	BCG 生ワクチン	結核	1回				ロタテック（5価） 出生6週0日後～24週0日後までの間に2回（27日以上間隔あける）			◎無料で受けられる年齢は1歳未満まで						
	五種混合（DTP-IPV-Hib） 不活化ワクチン	ジフテリア・百日せき・ 破傷風・ポリオ・ヒブ	初回3回 追加1回				初回: 20～56日の間隔で3回			◎無料で受けられる年齢は90か月（7歳6か月）未満まで						
	麻しん風しん混合（MR） 生ワクチン	麻しん（はしか）、風しん	1期1回 2期1回						1期（1回） 生後12か月～24か月未満		2期（1回） 年長児相当					
	水痘 生ワクチン	水痘（みずぼうそう）	2回						生後12か月～15か月未満の間に1回							
	日本脳炎 不活化ワクチン	日本脳炎	初回2回 追加1回						初回接種後6～12か月の間に1回（最短3か月以上の間隔で接種可能）		◎無料で受けられる年齢は90か月（7歳6か月）未満まで					
任意接種 有料 希望者が受ける予防接種です。費用は自己負担です。接種を希望される方は、医療機関にお問い合わせください。	おたふくかぜ 生ワクチン	流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）	1～2回						初回: 3歳中に6～28日の間隔で2回 追加: 4歳中に1回（初回接種後、おおむね1年後（最短6か月以上））		◎無料で受けられる年齢は90か月（7歳6か月）未満まで					
	インフルエンザ 不活化ワクチン	インフルエンザ	毎年2回						生後12か月～15か月の間に1回		5歳～7歳未満までの間に1回※ ※麻しん風しん2期と同時期					
									2～4週間の間隔で2回 生後6か月から							

子どもに多い感染症

赤ちゃんは生まれたとき、お母さんから免疫（抵抗力）をもらいますが、生後6か月を過ぎる頃から、自然に失われ、病気にかかりやすくなります。

●うつり方（感染経路）

病気を引き起こすウイルスや細菌などが、体に侵入する経路には主に次の4つがあります。



何か気になることがあれば、かかりつけの医師や福祉保健センター健康づくり係（P.28・29参照）に相談しましょう。

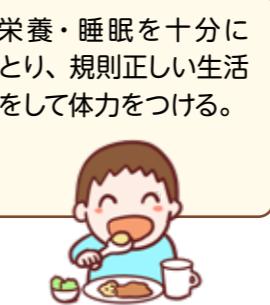
●子どもに多い感染症



●予防するには

※咳エチケット

咳やくしゃみが出る人は、他の人にうつさないためにも、マスクをつけるか、ハンカチで口をおおいましょう。



●かかったかな？と思ったら

必ず受診し、医師の指示を守りましょう。

薬の使い方、どういう症状に注意すればよいのか、家での過ごし方、また次の受診はいつ頃にすればよいかを医師にききましょう。

下痢や高熱などで食欲がない場合は、水分を十分に与え、消化のよい食べ物を与えましょう。

なるべく安静に過ごしましょう。

いつから、どんな症状であったのか、その順序と程度、経過についてよく観察し、医師に伝えられるよう整理しておきましょう。

入浴、外出については、症状がおさまればかまいませんが、医師とよく相談しましょう。



部屋の温度は、子どもが気持ちよく感じるくらいに調節しましょう。

病名	ロタウイルス	百日せき	突発性発しん	麻しん（はしか）	風しん（三日ばしか）		流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）	水痘（水ぼうそう）	手足口病	ヘルパンギーナ	伝染性紅斑（りんご病）	インフルエンザ
感染経路（うつり方）	経口・接触・飛沫	飛沫・接触	経口・接触・飛沫	空気・飛沫・接触	飛沫・接触		飛沫・接触	空気・飛沫・接触	飛沫・経口・接触	飛沫・経口・接触	飛沫	飛沫・接触
潜伏期間	1~3日	7~10日	9~10日	8~12日	16~18日		16~18日	14~16日	3~6日	3~6日	4~14日	1~4日
発熱（目安）	時に発熱	発熱はないか、あっても微熱程度	38℃以上（3~4日間）	38~39℃以上（一度下がり、再び上がる）	38℃前後		38℃前後（1~3日間）	38℃前後（1~3日間）	時に発熱	38~39℃（1~3日間）	時に発熱	38~39℃以上（3~4日）
発しん	なし	なし	解熱とともに紅い発しん	顔・全身の紅斑、色素沈着	顔面・全身の細かな発しん		なし	紅い発しんから、水疱・かさぶたへ変化	口の中、手足、お尻に水疱性の発しん	咽頭に赤い粘膜発しん	両側のほほに紅斑	なし
他の症状	おう吐、下痢、脱水	長く続く激しい咳	軟便	鼻水・咳・結膜充血・目やに	リンパ節の腫れ		だ液腺の腫れと痛み	なし	口の中の痛み	のどの痛み	だるさ・頭痛・筋肉痛	だるさ・食欲不振・関節痛・筋肉痛・鼻汁・咳
通園（通学）のめやす（詳しくは医師にご相談ください）	おう吐・下痢などの症状が治まり、ふだんの食事ができる	特有の咳が止まる。または適正な抗菌薬による5日間の治療が終了している	解熱し機嫌が良く全身状態が良い	解熱した後、3日を経過している	発しんが消失している		だ液腺の腫れが発現してから5日を経過し、全身状態が良い	すべての発しんがかさぶたになっている	発熱や発しんの影響がなく、ふだんの食事がとれる	発熱や発しんの影響がなく、ふだんの食事ができる	全身状態が良い	発症した後5日を経過し、かつ解熱後3日を経過している
予防接種で予防できる病気（接種の開始年齢）	○（生後6週～）	○（生後2か月～）		○（1歳～）	○（1歳～）		○（1歳～）	○（1歳～）				○（生後6か月～）

あなたなら、 こんなとき、 どうしますか？

いろいろな保護者（親）の声が、
聞こえてきました。

こんなとき、あなたはどうしますか？

「もしかして、これって、
子どもへの虐待かも…？」



子ども虐待ってどんなんこと？

虐待であるかどうかの判断は、保護者（親）の考え方や意図とは無関係です。
「しつけのつもり…」「子どものため…」という保護者（親）側の意図で判断するのではなく、
子どもがどう感じ、どう傷ついているか「子どもの立場」から判断されるものです。

具体的には、保護者（親）が子ども（18歳未満）に対して行う、次のような行為をいいます。

●身体的虐待●

子どもの身体に暴行を
加えること（赤ちゃんを
強くゆさぶる、たたく、
口をふさぐ等）

●性的虐待●

子どもにわいせつな
行為をすること、させ
ること又は見せること

●心理的虐待●

子どもの心を傷つ
ける言動、子ども
の目前でDVを行
うこと

●ネグレクト（保護の怠慢・拒否）●

子どもの健康・安全への配慮を怠る
こと（食事を与えない、乳幼児を家
に残して外出する等）

※これらが重複して行われる場合もあります

子育てのことで悩んだら相談してみましょう！

子どもへの虐待は、子育ての不安から始まることがよくあります。
子育てのがんばりすぎやいろいろなストレスがきっかけになって虐待に
至ってしまう。

それは決して特別なことではありません。

近くに知り合いがない。注意されそうで誰にも相談できない。
そんなふうに思っていませんか？

「もしかしたら、これって虐待かな…」

そう思われたら、ぜひ相談してください。一緒に考えましょう。
(区役所 (P.28・29)、児童相談所 (P.20) の窓口へご連絡ください)

子どもが言うことをきかないとき、
ついたたいてしまうんです。
もうやめようと思うのですが、また
同じことの繰り返しで…。
自分がイヤなってきます。

もう～。泣き止まなくて、
いやになっちゃう！
どうしたらいいのかしら？
こっちが泣きたいわ。

しつけのためには、時には、
子どもをたたくこともしかた
のないことかしら？

でも、やっぱり「たたく」のは
どうかしら？
言ってわからなくても何とかし
なくちゃ。
だから子育ては大変なのよねえ。

子どもと一緒にいるのがツライ。
子どもを「カワイイ」と思うこと
ができない。どうしたらいいの？

横浜市子供を虐待から守る条例について

「横浜市子供を虐待から守る条例」は、子どもが虐げられ、傷つくことが決してないように、全ての市民が一体となって、地域の力で子どもと家庭を支える環境づくりを推進するため、平成26年11月5日に施行されました。令和元年6月に児童虐待防止法が改正され、親権者による体罰の禁止が明文化されたことなどを踏まえ、令和3年10月に本条例の一部改正を行いました。体罰など子どもの品位を傷つける行為がなく、全ての子どもが一人の人間として尊重され、健やかに成長することができる社会の形成に取り組むことなどを追記しています。

〈条例改正のポイント〉

- 保護者は子育てに際して、虐待をしないことに加えて、体罰を含む子どもの品位を傷つける行為をしないこと、また、体罰等のない子育てを横浜市全体として支える内容を追加しました。
- 子ども自身が、さまざまな権利を持つ一人の人間として尊重されることを明らかにしました。

地域の皆さんの役割（第5条）

- 子育てに係る保護者の負担を理解します。
- 子どもや保護者を地域で見守り、声かけを行い、孤立することのないよう努めます。

保護者の皆さんの役割（第6条）

- 子どもに愛情をもって接し、自主性と自発性を育む健全な養育を行います。
- 積極的に相談や子育て支援事業を利用します。

市の果たすべき役割（第4条）

- 虐待の予防、早期発見に努めます。
- 関係機関が行う虐待防止の取組を積極的に支援します。
- 虐待を行うおそれのある保護者を支援します。

関係機関の果たすべき役割（第7条）

- 虐待の早期発見に努めます。
- 虐待発見時、各区こども家庭支援課・児童相談所に通告します。

妊娠中の女性と胎児の健康増進（第12条）

- 妊娠中の女性は、自己と胎児の健康の保持増進に努めます。
- 配偶者及び同居者は、妊娠中の女性が安心して生活できるよう、心身の負担を軽減するなどの配慮を行います。



知っていますか？子どもの権利

子どもの権利条約は1989年の国際連合総会において採択され、日本も1994年に批准しました。
子どもの権利条約では、次の4つを、子どもたちの持つ基本的な柱としています。

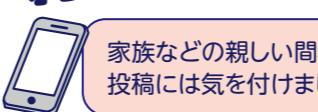
住む場所や食べる場所がある
治療を受けられる
防げる病気から命が守られる
など



い 生きる権利
けんり

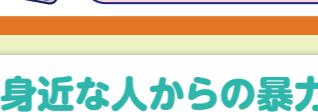
教育を受け、休んだり遊んだり
できる
能力を伸ばし成長できる
など

あらゆる暴力などから守られる
プライバシーや人に知られたくない
秘密が守られる
など

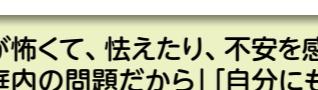


まも
守られる権利
けんり

自由に意見を表したり、自由な
行動を行える
など



そだ
育つ権利
けんり
さんか
参加する権利
けんり



けんり
家族などの親しい間柄でも、SNSの
投稿には気を付けましょう！

配偶者や恋人など身近な人からの暴力が原因で悩んでいませんか？

配偶者等からの行為が怖くて、怯えたり、不安を感じていたりしていたら、まずは相談してみてください。「家庭内の問題だから」「自分にも悪いところがあるから」など、と思つたりせず、一人でがまんせずに、ご相談ください。

<相談先>



横浜市DV相談支援センター（電話相談窓口）

045-671-4275

月曜～金曜 9:30～16:30
(祝日・年末年始を除く)

045-865-2040

月曜～金曜 9:30～20:00
土曜・日曜・祝日 9:30～16:00
(第4木曜・年末年始を除く)

※性別を問わず受け付けています。
※横浜市各区福祉保健センター・警察署・交番でもご相談に応じています。

※緊急時は、
最寄りの警察署・
交番、又は
110番へ!!

横浜市

子育てに配慮された住宅、住環境の民間住宅を横浜市が認定し、
収入の少ない子育て世帯に家賃の一部を助成します。

家賃補助付き賃貸住宅

子育てりぶいん



入居者の収入に
応じて家賃補助

最大4万円を家賃助成します。
(最長6年間)

たとえば、
家賃10万円/月
世帯月収額12万円の場合

$10\text{万円} \times 40\% = 4\text{万円/月}$

▷▷ 最大で4万円/月×6年間=288万円
の家賃助成

子育て世帯に
やさしい環境を
備えた安心・
安全な住宅

- ・小学校や小児医療施設が近隣に立地
- ・新耐震基準に適合

最寄駅

徒歩又はバスで
概ね20分以内



小学校

概ね1km以内



小児医療施設

徒歩で概ね20分以内



公園等

概ね1km以内



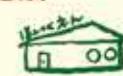
店舗等

概ね1km以内



子育て支援施設
(保育園等)

概ね1km以内



※主な入居資格:世帯月収額が21万4千円以下、18歳未満の子がいる 等