

こどもの 救急ガイド



対象年齢
0~6歳
まで

誰もが、子どもの笑顔と健やかな成長を願いながら子育てをしています。子どもは体調を崩してしまうこともよくあり、そのたびに親は心配になります。特に夜間や休日に体調を崩すと、どうしたらいいのかわからない、心配は更につのります。

でもそんな時、あわてないで相談してみましょう。

このパンフレットは、そんな時に活用できる相談先の情報や、よくある症状への対応等について載せていますので参考にしてください。

まずは日頃の心がけから

- ◆ かかりつけ医をつくりましょう。子どもの普段の様子を知っているかかりつけ医なら、いざという時でも相談にのってもらえます。
- ◆ 機嫌、食欲、体温、便の様子など、子どもの普段の様子を知っておきましょう。
- ◆ 症状が出た時は、早めに(診療時間内に)受診するようにしましょう。

夜間に、急に具合が悪くなったら どうしたらいいの?

- 小児救急電話相談を活用しましょう。

#8000 携帯電話からでもかけられます。
(平日・日曜・祝日：午後7時～翌朝8時)
(土曜(祝日を除く)：午後3時～翌朝8時)

※ダイヤル回線の場合 075-661-5596

小児科担当看護師や小児科医師が、相談にのってくれます。

急いで受診した方がいい場合は

- 受診医療機関を確認し、受診について連絡しましょう。
- 受診に必要な物を忘れず持参しましょう。(健康保険証・母子手帳・着替え・おむつ・ミルク等※あれば診察券)

【かかりつけ医連絡先】

○医療機関名

○電話番号

○住所 〒

○診療日

○診療時間



【発行】京都市中丹東保健所
☎0773-75-0805

発熱 38℃以上

3ヶ月未満

38℃以上の発熱があればお医者さんに診てもらいましょう。

3ヶ月～6歳

次の症状はありますか？

- 元気がない。
- おしっこが出ていない。
- よく眠れずウトウトしている。
- 水分をとる（ミルクを飲む）のをいやがる。

一つ以上症状あり

お医者さんに診てもらいましょう。

症状なし



ただし、症状に変化があった場合は、お医者さんに診てもらってください。

様子を見て、診療時間になってから、受診しましょう。

《発熱時の対処法アドバイス》

- (1) 熱の出始めは毛布等で温め、体温の調整をしましょう。
- (2) 熱が上がれば、首の後ろや、脇の下などを冷やしてあげましょう。
- (3) 水分補給をこまめにしましょう。
- (4) 汗をかいた時は、着替えをこまめにしましょう。
- (5) 置き薬は与えない。お医者さんに処方されたお薬を投与しましょう。

嘔吐 吐く もどす

次の症状はありますか？

- 母乳・ミルクを飲むたびに勢いよく吐く。
- お腹がはっている。
- 激しく泣き、何をしても泣きやまない。
- 血や緑色の液の混じったものを吐く。
- 元気がない、活気がない。
- 12時間以上、何度も下痢をしている。
- おしっこが出ない。
- くちびるや口の中が乾燥している。
- ウトウトしがちである。
- 便に血が混じっている。
- 便が出ていない。

- 激しく泣き、何をしても泣きやまない。
- 激しい腹痛を訴える。
- 血や緑色の液の混じったものを吐く。
- 元気がない、活気がない。
- 12時間以上、何度も下痢をしている。
- おしっこが出ない。
- くちびるや口の中が乾燥している。
- ウトウトしがちである。
- 便に血が混じっている。
- 便が出ていない。

2ヶ月未満

2ヶ月～6歳

一つ以上症状あり

お医者さんに診てもらいましょ。

症状なし



ただし、症状に変化があった場合は、お医者さんに診てもらってください。

様子を見て、診療時間になってもまだ嘔吐が続いているようなら、受診しましょう。

《嘔吐がある場合の対処法アドバイス》

- (1) 身体を冷やさず保温を心がけましょう。(暑い時は別)
- (2) お腹の部分は特に衣類をゆるめて、楽にしましょう。
- (3) 安静にして、刺激をさけましょう。
- (4) 横向きに寝かせて、もどした物を喉に詰めないように気をつけましょう。
- (5) 感染症予防のため、吐物を処理したあと、手は流水で石鹸を使って洗いましょう。

下痢



次の症状はありますか?

3ヶ月未満

- 元気がなく、ぐったりしている。
- 3時間以上おしっこが出ない。
- 吐く、もどす（嘔吐）等の症状がある。
- 38℃以上の熱がある。
- くちびるや口の中が乾燥している。

3ヶ月～6歳

- 元気がなく、ぐったりしている。
- おしっこが出ない、色の濃いおしっこをする。
- 活気がなく、だるそうである。
- よく眠れず、ボーッとしている。
- 水分を取るのを嫌がる。
- 目が落ちくぼんでいる。
- 38℃以上の熱がある。
- くちびるや口の中が乾燥している。
- 便に苺ジャム状の血が混じっている。

一つ以上症状あり

お医者さんに診てもらいましょ。

症状なし

ただし、症状に変化があった場合は、お医者さんに診てもらってください。

様子を見て、診療時間になってもまだ下痢が続いているようなら、受診しましょう。



水分補給を忘れずに、
少しずつ、
様子を見ながら
飲ませましょう。



《下痢がある場合の対処法アドバイス》

- 水分摂取を心がけましょう。
 - ・少し温めた状態で与えるようにしましょう。
 - ・薄い塩分が入ったものや、経口補水液など、吸収しやすい状態のものをあげてください。
- 感染症予防のために、便を処理したあと、手は流水で石鹸を使って洗いましょう。
 - ・布タオルの共用は止め、ペーパータオルを使いましょう。

体罰等によらない子育てを
広げよう！

2020年
4月から
法律が
変わります！





子どもへの体罰は法律で禁止されます。体罰等によらない子育てを推進するため、子育て中の保護者に対する支援も含めて社会全体で取り組んでいきます。

厚生労働省

体罰等によらない子育てのための工夫のポイント

- ①子どもの気持ちや考えに耳を傾けましょう
- ②「言うことを聞かない」にもいろいろあります
- ③子どもの成長、発達によっても異なることがあります
- ④子どもの状況に応じて、身の回りの環境を整えてみましょう
- ⑤注意の方向を変えたり、子どものやる気に働きかけてみましょう
- ⑥肯定文でわかりやすく、時には一緒に、お手本に
- ⑦良いこと、できていることを具体的に褒めましょう

オレンジリボン
(児童虐待防止のシンボルマーク)

体罰等によらない子育て

子育て こころの相談室

子育てに「迷ったり」「悩んだり…」「不安になったり…」
そんなときは1人で悩まず、気軽にご相談ください。相談無料です。

- * 日時 毎月1回、12:30～16:30〈予約制〉
- * 場所 京都府中丹東保健所、綾部市保健福祉センター等
- * 問い合わせ先 中丹東保健所保健課 0773-75-0806
(相談日の1週間前までに電話でお申し込みください。)

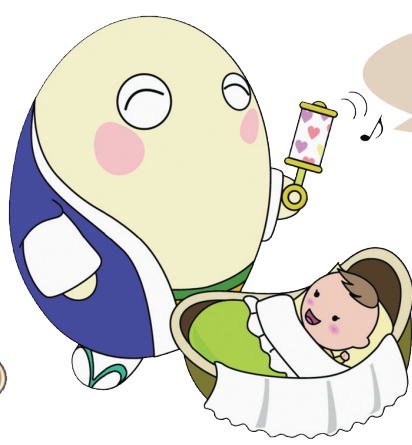
京都府内の妊娠・出産・子育て支援情報を、スマホやパソコンで簡単検索♪ 京都府の子育て支援ポータルサイト をご活用ください！

子育て中の方にも♪

『働きたいけど、保育園のことってどこに載ってる??』
『ママ友ってどこで作るの?』
『地域の遊び場が知りたい!』

妊娠中の方にも♪

『健診までの間に気になる事が…相談できるところってあるの?』
『妊娠中の過ごし方、これで合ってる?』

そんな不安や悩みの解決を、
きょうと子育てピアサポートセンターが
お手伝いします♪

センターでは、妊娠出産・不妊に関する電話相談も行っています。どうぞお気軽にお電話ください♪

■ 妊娠出産・不妊ほっとコール
075-692-3449
月～金曜日 (祝日および年末年始を除く)
9時15分～13時15分 / 14時～16時

きょうと子育て
ピアサポートセンター

<https://kyoto-kosodatepia.jp/>

検索 子育てピア



〒601-8047
京都市南区東九条下殿田町 70
京都テルサ東館 2階
TEL: 075-692-3444
FAX: 075-692-3447
開館時間: 月曜日～金曜日
8:30～17:15
(土曜日・日曜日および祝日休館)

こどもの救急 お役立ち情報

救急の電話相談窓口(救急安心センターきょうと)

#7119

ダイヤル回線の場合【0570-00-7119】
携帯電話からでもかけられます。

「急な病気」や「けが」で迷われたとき、看護師から受診の必要性や対処方法等の適切な助言、医療機関案内を受けることができる電話相談事業を実施しています。

24時間365日、全年齢で相談可能です。

こどもの救急 Web サイト



<http://kodomo-qq.jp/>

お子さんの症状をホームページ上でチェックしていけば、受診の目安や対処方法を示してくれます。頭をぶつけた、やけど、動物に噛まれた等の対応についても掲載されています。

(日本小児科学会作成のサイトです。)

京都健康医療よるすネット

府内の医療機関情報が診療科や所在地から検索できます。また、小児救急医療機関情報も掲載しています。

<http://www.mfis.pref.kyoto.lg.jp/>
パソコン画面から携帯アドレス登録もできます。

サイトマップ → 携帯電話サービス

中毒110番・電話サービス

洗剤、たばこ等を誤って飲み込んでしまった場合、(公財)日本中毒情報センターが電話相談に応じてくれます。一般専用電話では情報提供料無料です。

中毒110番(大阪) **072-727-2499** 【365日/24時間対応】

中毒110番(つくば) **029-852-9999** 【365日/9時~21時対応】

たばこ誤飲事故専用電話 **072-726-9922** 【365日/24時間対応、自動音声応答】

ホームページで事故防止や、飲み込んでしまったあとの対応等について紹介されていますので参考にしてください。《<https://www.j-poison-ic.jp>》

休日に急いで受診する必要がある場合

〈舞鶴市〉 公的3病院の当番制で診療しています。

診療日時：土曜(開業医の診療終了後)、日曜・祝日 9時~18時

当番病院については広報まいづる、舞鶴地域医療推進協議会 HP に掲載されています。

〈綾部市〉 綾部市立病院、京都協立病院で診療しています。

診療日時：綾部市立病院 土曜・日曜・祝日 17時15分~翌8時30分

(救急担当医が診察を担当。小児科専門医による診察は入院を要する重篤な場合のみ)

京都協立病院 土曜 9時~12時(通常診療中)

※可能な限り、事前連絡をしてから受診されることをお勧めします。

