こどものおうちでSOS！～いざという時のために～

けが・窒息・誤飲の初期対応ガイド

1. 事故を未然に防ごう！～家庭内危険チェック～

リビング

- ☑ 小さな物は子どもの手の届かない場所に保管する
- ☑ コンセントカバーを使用する

キッチン

- ☑ 熱い鍋やポットをテーブルの端に置かない
- ☑ 洗剤や薬品はロック付きの棚へ保管する

お風呂場・その他

- ☑ お風呂の残り湯は常に空にする
- ☑ 窓には転落防止用のストッパーをつける

2. もしもの時は…緊急度チェック

こんな様子があったら要注意！

- 意識がない・ぐったりしている
- 呼吸が止まっている・非常に苦しそう
- 顔色が悪い・けいれんしている
- 呼吸（ゼーゼー・息苦しそう・呼吸が弱いなど）

→ **すぐに119番に電話！**

3. おうちでの応急手当

けが

- すりきず・きりきず・出血を止める
- きずぐちのよごれをきれいな水で洗う
- 頭を打ったら、様子を観察し、変化を確認する

やけど

すぐに流水で15分以上冷やす

窒息・誤飲

- 咳を促し、背中をたたく
- 無理に吐かせない

4. 事前の備えと相談先

- こども救急相談 #8000
- 休日・夜間診療所の場所を確認しておく
- 全国版救急受診アプリ「Q助」を活用する