



ほけんだより



2019年2月
 あおぞら保育園
 あおぞら第2保育園
 あおぞら谷津保育園
 あおぞら菅田保育園

私たちは、いつ、どこで、突然のけがや病気におそわれるか わかりません。
 子どもの突然死の主な原因は外傷、溺水、窒息などの事故ですが、その多くは日常生活の中で十分に注意することで予防できるものです。しかし、もしもの事が起こってしまった時に何もしなければやがては心臓と呼吸が止まってしまう。病院に行くまでに応急手当をすることで、けがや病気の悪化を防ぐことができます。命を救うために、そばに居合わせた人ができる応急手当について日頃から意識しておくことも大切です。

心肺蘇生法

様子がおかしい

① 声をかけながら
足の裏を叩く

幼児は成人と同じで、
両肩をやさしくたたく



*** あなた一人の時は、
まず 119 番しましょう**

反応がない

③ 胸とおなかを
見る



② 119番とAEDを依頼

ちゃんと息を
していない

必ず
胸骨圧迫

できれば
人工呼吸



あごを上げ、
頭を後ろに曲げて、
顔は少しのけぞる
ように

両乳首の間を胸の
約1/3の深さまで
強く押し込み、
1分間に100回以上の
ペースで



30回 : 2回

到着次第AEDパッド装着

幼児は成人と同じで、両手の付け根で
(しっかり圧迫できれば片手でもOK)

**心肺蘇生法はなるべく
固い床の上で行い
ましょう

泣き出すか、救急隊と交替するまで続けましょう

監修：日本小児呼吸器学会・日本小児救急医学会 平成25年7月作成

心肺蘇生法の手順ポイント



1. ^{きょうこつあっぱく} 胸骨圧迫は5~6cmの深さ
(5cm以上で6cmをこえない)

2. 1分間のリズムは100回~120回

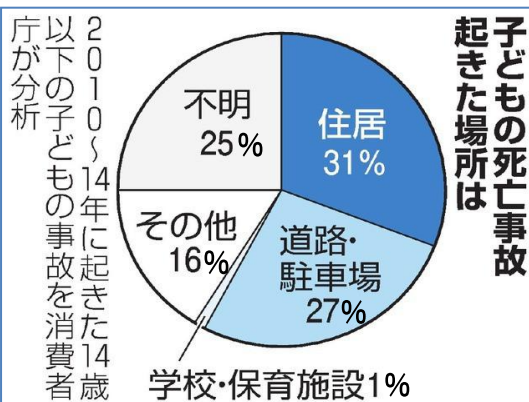
3. 胸骨圧迫では、胸をしっかりと元の位置に戻す

4. 胸骨圧迫の中断を最小限に

5. 呼吸の確認に迷ったら、すぐに胸骨圧迫をする

6. 119番通報で指示を仰ぐ

救急車を手配するために119番通報すると、
消防の通信指令員(通信を指令する人)から電話口で指示や
指導が受けられます



2015年10月、JRC蘇生ガイドライン2015オンライン版が公表されました。このガイドラインは心肺蘇生法の大本で、消防署や赤十字が行う心肺蘇生法やAEDの救命講習の内容はこのガイドラインに従って作成されます。このガイドラインは5年毎に更新されています。

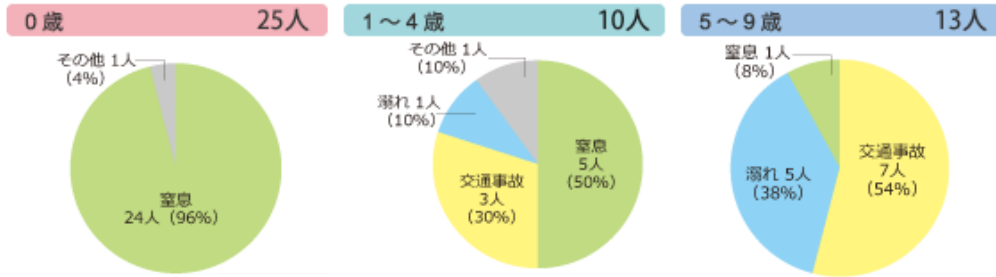
「JRC蘇生ガイドライン2015オンライン版」2016年最終版 © 一般社団法人 日本蘇生協議会



子どもの事故は予防可能！

横浜市子どもの事故死実態 5年間総数と割合

「横浜市人口動態統計資料 平成20～平成24年」より



まだ自分で自由に身動きがとれないため、窒息(ちっそく)による事故がほとんどです。総数27人中25人が窒息で全体の93%を占めています。

外に出る機会が増えるので、交通事故を原因とするものが増えて、窒息の次に多くなっています。総数12人中4人は1歳児です。

外で活発に活動するようになり、全体の60%は交通事故が原因です。次いで、溺れ(おぼれ)が全体の25%を占めています。

※四捨五入しているため合計が100%にならない場合があります。

横浜市こども青少年局より抜粋

横浜市救急相談センター

急な病気やけがで受診の相談をしたいときは…



窒息の応急処置

のどに物が詰まって、声が出せない

119番通報

意識はありますか？

ある

ない

*せき込んだり、声を出せるときは行いません。

意識がなければ心肺蘇生

1歳未満の乳児

胸部突き上げ法

背部叩打法

数回ずつ交互に行いましょう



片手で体を支え、手の平で後頭部をしっかり支えます
心肺蘇生法の胸部圧迫と同じやりかたで圧迫しましょう



片手で体を支え、手の平であごをしっかり支えます
もう一方の手の平の付け根で背中をしっかり叩きましょう

1歳以上の幼児

腹部突き上げ法 (ハイムリック法)

背後から両腕を回し、子どものみぞおちの下で片方の手を握り拳にします。その手で腹部を上方向へ圧迫しましょう。



万が一の時に行動を起こすことはもちろん大切です。しかし、何よりも突然死につながるような不慮の事故を未然に防ぐことが一番効果的です。

- *自動車に乗せるときのチャイルドシート使用
- *自転車に乗るときのヘルメット着用
- *水の事故への注意
- *スポーツ時の事故防止
- *小さな子どもの手の届くところに口に入る大きさ(39mm)のもの(標準的なトイレトペーパーの芯を通過するような大きさのもの)や中毒の原因となるような薬品や洗剤を置かない

などの配慮が必要です。

もう一度 身の回りを意識してみるのも大切です。

異物が取れるか、救急隊と交替するまで続けましょう

☆医師の登園許可証明書及び保護者の登園届および、おたよりのバックナンバーは、

yokohama aozora 検索

または

社会福祉法人 あおぞら 検索