

2 子どもの観察、病気・事故の一般的な注意

子どもが病気になったり、ケガをした時に、もっとも頼りになるのが普段から子どもを育てている保護者です。子どもについて知っているのと役に立つことを解説します。

(1) 子育てを楽しみましょう

子育ては楽しいことがたくさんあります。子どもとの時間を楽しんでください。しかし、時には病気になったり、言うことを聞いてくれなかったり困ることもあります。そんな時は、両親や友人など身近にいる支援者に相談しましょう。近くに相談できる者がいない場合は保健センター等の保健師に相談してください。

(2) 子どもの「いつもの状態」を知っておきましょう

子どもの様子を日頃からよく観察していると、いざ子どもが病気になった時に、重い病気を見落とすことが少なくなります。保護者の「子どもがなんとなく変だ」という感覚はとても大切です。

(3) 子どもの「心配しなくてもよい様子」を知っておきましょう

一方、子どもの「心配しなくてもよい様子」も知っておくとよいでしょう。いつもと変わらない、周りのことに興味を示す、機嫌がよい、顔色がよい、食欲がある、よく眠る、排便・排尿が普段と変わらないなどは子どもが重い病気ではないことを示していることが多い状態です。

(4) 子どもがかかりやすい病気と流行

子どもはいろいろな感染症によくかかります。毎年冬には、インフルエンザが流行します。春先には嘔吐・下痢を起こすロタウイルス感染症、夏にはヘルパンギーナや手足口病などの夏かぜ、秋から冬にかけてはRSウイルス感染症、ノロウイルス感染症などが流行します。周りでどんな感染症が流行しているか長野市感染症情報（長野市ホームページに掲載）などで注意しておくといよいでしょう。

(5) 予防接種（ワクチン）を受けましょう

予防接種で防ぐことができる病気がたくさんあります。生後2か月から小児肺炎球菌ワクチン、ヒブワクチンなどを受けましょう。ワクチンのスケジュールは複雑なので、かかりつけ医や保健センター等の保健師に相談してください。

(6) 細菌とウイルス

一般的な感染症には、大きく分けて細菌感染症とウイルス感染症があります。子どもがかかるのは、多くがウイルス感染症です。インフルエンザウイルスなど一部のウイルスは、抗ウイルス薬で治療しますが、多くのウイルス感染の場合は、自然に治癒するのを待つ病気です。抗菌薬（抗生物質）は、細菌感染（マイコプラズマ、溶連菌等）を疑った場合に使用します。

(7) 子どもの主な病気

感染症のほかには、アトピー性皮膚炎、食物アレルギー、気管支喘息や花粉症などのアレルギー疾患、熱性けいれんやてんかんなどの神経疾患、腎炎やネフローゼ症候群などの腎疾患、低身長や糖尿病などの内分泌疾患など多くの病気、病態があります。いずれも、早期に診断し治療することが重要で、まずは、かかりつけ医に相談してください。

(8) 子どもの成長にあわせて起こりやすい事故への対処

子どもの死因の多くは「不慮の事故」です。年齢に特徴的な事故がありますので注意が必要です。

(令和5年 人口動態調査「政府統計の総合窓口 (e-Stat)」)

	1 位	2 位	3 位	4 位	5 位
0 歳	先天奇形、変形 及び染色体異常	周産期に特異的 な呼吸障害等	★不慮の事故	胎児及び新生児 の出血性障害等	乳幼児突然死症 候群
1 - 4 歳	先天奇形、変形 及び染色体異常	悪性新生物〈腫 瘍〉	★不慮の事故	心疾患	新型コロナウイ ルス感染症
5 - 9 歳	悪性新生物〈腫 瘍〉	★不慮の事故	先天奇形、変形 及び染色体異常	インフルエンザ	その他の新生物〈腫瘍〉 心疾患

※新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) は、令和5年5月8日から「5類感染症」へ移行しました。

	誕 生	4 か月	7 か月	10 か月	1 歳	1 歳6 か月
子どもの運動機能の発達		足をバタバタ 口に物を入れる 寝返り	座る はう つかまり立ち		一人歩き スイッチ、ダイヤルをいじる	走る 登る
転落・転倒	だっこ中に子どもを落とす	ベッド、ソファから転落	歩行器から転落		階段から転落	イス、窓、バルコニーから転落
打 撲		床や壁			テーブルの角	
熱 傷	熱いミルク	ポット、アイロン ストーブ 炊飯器、タバコ				
窒 息	枕、軟らかいふとん		ひも、よだれかけ		ナッツ類 ビニール袋	
交通事故	チャイルドシートなしでの事故		親子で自転車二人乗り		道路での歩行中の事故 飛び出し	
玩 具	小さなおもちゃの誤飲					
溺 水	入浴時の事故		浴槽に転落			
はさむ事故		家のドア	引き出し			
誤 飲			たばこ ボタンなどの小物		化粧品、薬品、洗剤	

◆◆ こんなことにならないように… ◆◆

- * ちょっと目を離したときに…
- * 出かけようと慌てていたら…
- * 動けないと思っていたのに…
- * いつも気をつけてはいたんですが…
- * 静かにしていると思ったら…
- * アッと思ったときには…



	2 歳	3 歳	5 歳
階段を登る 高いところに登る			
ブランコから転落			○ベビーベッドの柵はいつも上げておきましょう。 ○ソファなどの高いところには寝かせないようにしましょう。 ○階段の上下にガード柵を設置しましょう。 ○ベランダや窓際に、踏み台になるような物を置かないようにしましょう。 ○はし、歯ブラシ、わたあめなどをくわえて歩くことのないようにしましょう。
屋外の石など			
マッチ、ライター 湯わかし器 花火			○台所の入口や暖房器具にはガード柵を設置しましょう。 ○ポット、炊飯器、ライター、アイロン、熱い飲み物等は 子どもの手の届かないところに置きましょう。
			○乳児期のうつぶせ寝はやめましょう。
三輪車 自転車			○車に乗せる時は、チャイルドシートを必ず使用しましょう。 ○自転車に乗せる時は、必ずヘルメットを着用しましょう。
すべり台、ブランコ、花火			
プール、川、海の事故			○浴槽の水は、使い終わったらすべて抜きましょう。 ○水遊びの際は、子どもから目を離さないようにしましょう。
車のドア			○扉、引き出し等が開かないような対策をしましょう。
			○タバコ、薬品、洗剤、電池、ボタン、はさみなどは、子どもの手の届かない ところに保管しましょう。 ○ビーズなど小さなおもちゃで遊んでいる時は注意しましょう。 ○あめ、ナッツ類、もちなどは、子どもの手の届かないところに保管しましょう。

