

子どもの周囲は禁煙に！

日本小児科学会・日本小児保健協会・日本小児科医会

子どもの救急ガイドブック 改訂版

初版 第１刷 平成22年７月
改訂 第２刷 平成23年12月
改訂 第３刷 平成27年２月
改訂 第４刷 令和元年８月
改訂 第５刷 令和６年11月
発行 座 間 市 健康医療課
座 間 市 医 師 会



座間市
子どもの救急ガイドブック

- 座間市24時間健康電話相談（詳細２P）

  フリーダイヤル　０１２０－８６７－８６０

- かながわ小児救急ダイヤル（詳細３P）

  ＜相談時間＞ 毎日 18：00から翌 8:00

  ＜電話番号＞ ＃8000（通話料発信者負担）

  つながらない場合 ０５０-３４９０-３７４２



はじめに

突然子どもが熱を出してしまった・・・ケガをしてしまった・・・しばらく様子をみた方がいいのかな？　それともお医者さんに診てもらった方がいいのかな？　でもお医者さんはもう閉まっているし・・・救急車を呼ぼうかな？・・・など、お子さんの体調については、判断に迷ったり、不安になったりすることが多いものです。

座間市では、そのようなとき、家庭でどのように対処すればよいか、すぐに医療機関にかかる必要があるかなどについて、簡単なガイドブックを作成しました。

いざという時に、あわてず行動ができるよう、また、本当に困った方たちが、適正に受診できるよう、このガイドブックをご活用ください。

なお、救急医療機関受診の最終的な判断は、保護者の方が行いましょう。

※このガイドブックは、生後１ヶ月から12歳くらいまでのお子さんを想定して編集しています。



もくじ

1．お困りの時は・・・ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1
●相談窓口 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2
【座間市24時間健康電話相談】 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2
【健康相談サイト】 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2
【かながわ小児救急ダイヤル（神奈川県）】 ・・・・・・・・・・・・・・・ 3
【こどもの救急（厚生労働省・日本小児科学会監修)】 ・・・ 4
●救急医療機関 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 5
休日昼間（日曜・祝日・年末年始12/29 ～ 1/3) ・・・・・・ 6
夜間 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 7
深夜 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 7
●救急車の呼び方 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 8
●中毒に関する相談窓口 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 9
●かかりつけ医をもちましょう ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 10

2．どんな時に救急外来を受診すれば？ ・・・・・・・・・・・・・・・ 11
① 熱が出た ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 12
② けいれん・ひきつけ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 14
③ せきが出た ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 16
④ 下　痢 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 18
⑤ 嘔　吐 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 20
⑥ お腹がいたい ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 22
⑦ 発疹（かゆみがある） ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 24
⑧ 発疹（発熱がある） ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 25
⑨ いつもと様子が違う ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 26

3．子どもの事故の防ぎ方 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 31
●子どもの事故の防ぎ方 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 32



＜マタニティマーク＞

妊産婦が交通機関などを利用する際や、受動喫煙の防止など、周りの人が配慮をしやすくするものとし、妊産婦に優しい環境づくりの推進を目的としています。



さまりん
座間市マスコットキャラクター

1．お困りの時は…



相談窓口

【 座間市24時間健康電話相談 】

市内在住の方を対象に、健康、医療、福祉、介護、病院情報などに関する電話相談に対し、保健師、看護師、管理栄養士などの有資格者が24時間体制で対応します。必要に応じて医師と相談することもできます。

フリーダイヤル 0120－867－860

聴覚障がい者専用　FAX 03－6626－2189（通信料発信者負担）

下の二次元コードからご相談専用シートをダウンロードしてご利用ください。

※発信者番号は「通知設定」でご利用ください。
※座間市在住者であることを伝えてご相談ください。
※お名前・ご相談内容などの個人情報は守られますので安心してご利用ください。ただし、ご相談者や他者に危険が及ぶと判断した場合には、ご相談者の了解を得ずに情報を開示する場合があります。

【 健康相談サイト 】

Web 相談が可能です。下の二次元コードからご利用ください。

【 かながわ小児救急ダイヤル（神奈川県）】

相談時間　毎日18時から翌8時

電話番号

- ＃8000（通話料発信者負担）
  （携帯電話、市外局番が042以外のプッシュ回線の方）
- 050-3490-3742（通話料発信者負担）
  （ダイヤル回線、IP 電話等、市外局番が042の
  プッシュ回線の方）

専任の相談員（看護師等）が電話で相談に応じます。ただし、この電話相談は、お子さんの体調の急変等に関する一般的な助言を行うもので、電話による診断、治療を行うものではありません。

【 かながわ救急相談センター（神奈川県）】

相談時間　毎日24時間

電話番号

- ＃7119（通話料発信者負担）つながらない場合は、
  045-232-7119　または　045-523-7119
- FAX　045-242-3808（通話料発信者負担）
  医療機関案内のみ利用可能です。

看護師等が傷病者の状況を聞き取り、「緊急性のある症状か」「すぐに病院を受診する必要があるか」等を判断します。緊急性が高いと判断した場合は救急車の要請を、緊急性が高くないと判断した場合は受診のタイミングをアドバイスします。また、相談員が受診可能な医療機関を案内します。

1 お困りの時は…
どんな時に救急外来を受診すれば？
こどもの事故の防ぎ方

【こどもの救急（厚生労働省・日本小児科学会監修）】

生後１ケ月から６歳までのお子さんに対応できます。

医療機関を受診する最終的な判断は、保護者自身となりますが、お子さんの症状に合わせてチェックボタンをクリックしていくと症状に合わせた対処方法が表示されます。

「こどもの救急」で検索　または http：//kodomo-qq.jp/

その他の問合せ先

市役所　TEL　046-255-1111（平日8:30 ～ 17:15）

消防署　TEL　046-256-2211（24時間）

聴覚障がい者専用 FAX　119



救急医療機関

救急医療機関（座間市休日急患センター等）とは、休日や夜間の急なケガや病気に対応するところです。基本的な応急診療となりますので、後日かかりつけ医を受診してください。

本当に困った方のために、適正な受診にご協力をお願いします。

受診の際には、健康保険証（お持ちの方は小児医療証、ひとり親医療証、障害手帳、生活保護医療証等の福祉医療証も）が必要ですので忘れずに持参してください。母子健康手帳、服用している薬がある場合はその薬、またはお薬手帳や薬の名前がわかるものも用意しましょう。

休日は、カレンダー上では赤で表示されている日曜・祝日のみです。お盆時期は平日となりますのでご注意ください。ただし、年末年始の12月29日～ 1月3日は休日として取扱います。



1 お困りの時は…
どんな時に救急外来を受診すれば？
こどもの事故の防ぎ方

休日昼間　（日曜・祝日・年末年始12/29～1/3）

診療科目	名称・所在地・電話番号	受付時間
小児科 （外科系を除く）	座間市休日急患センター 座間市緑ケ丘1-1-3 （市民健康センター 1F） 046-255-9933	9:00～11:45 14:00～16:45
内科 外科	座間市休日急患センター 座間市緑ケ丘1-1-3 （市民健康センター 1F） 046-252-9090	9:00～11:45 14:00～16:45
歯科	座間市休日急患センター 座間市緑ケ丘1-1-3 （市民健康センター 1F） 046-252-8217	9:00～11:45 14:00～16:30
耳鼻咽喉科※ 眼　科※ 婦人科※	当番病院をご案内します 消防テレホンサービス 046-251-0119	（診療時間） 9:00～12:00 14:00～17:00

※耳鼻咽喉科、眼科、婦人科は、当番病院により、受付時間等が異なる場合があります。必ず当番病院にお問い合わせください。

夜　間

診療科目	名称・所在地・電話番号	受付時間
小児科 （外科系を除く）	座間市休日急患センター 座間市緑ケ丘1-1-3 （市民健康センター 1F） 046-255-9933	月曜～金曜日 19:00～21:45 土曜・日曜日、祝・休日 18:00～21:45
内　科	座間市休日急患センター 座間市緑ケ丘1-1-3 （市民健康センター 1F） 046-252-9090	月曜～金曜日 19:00～21:45 土曜・日曜日、祝・休日 18:00～21:45
外　科	当番病院をご案内します 消防テレホンサービス 046-251-0119	（診療時間） 18:00～22:00

＊年末年始の12月29日～1月3日は、土曜・日曜日、祝・休日と同じ受付時間となります。

深　夜

診療科目	名称・所在地・電話番号	受付時間
小児科 （外科系を除く）	当番病院をご案内します 小児救急情報センター 046-255-9933	22:00～翌日7:00 （重病の場合は翌日8:00まで）
内科・外科	当番病院をご案内します 消防テレホンサービス 046-251-0119	22:00～翌日8:00

救急車の呼び方

緊急を要する場合は、次の要領で救急車を呼びます。慌てず、はっきりと状況を伝えてください。

①119番にダイヤルする。
※座間市内からの通報は「県央東部指令センター」につながります。車などで移動中に通報した際は、管轄外の消防指令センター等につながる場合があります。
②「火事ですか、救急ですか」と尋ねられるので、「救急です！」と告げる。
③救急車に来てもらう場所を伝える。場所がわからない場合は、目印となる建物等を伝える。
④お子さんの年齢、症状等を伝える。
⑤救急車を待っている間に、可能であれば次の物を用意する。
- 健康保険証
- 母子健康手帳
- 小児医療証（お持ちの方のみ）
- お金、かかりつけ医の診察券
- 薬を服用している場合はその薬（または薬の名前がわかるメモやお薬手帳）

⑥救急車のサイレンが聞こえたら、可能なら場所を案内する人を出し、誘導してもらう。
⑦救急隊員が到着したら、次のことを伝える。
- 発生状況（これまでの経過）
- 救急車が到着するまでの容態変化
- 応急手当をした場合はその内容
- 持病がある場合は、その病名、かかりつけ医

救急車の適正利用をお願いします。



中毒に関する相談窓口

医薬品や化粧品、タバコ等を誤って口に入れた場合の対処について相談する窓口です。

◆（財）日本中毒情報センター

大阪中毒110番
相談時間　毎日 24時間対応
電話番号　072-727-2499

つくば中毒110番
相談時間　毎日 9:00 ～ 21:00
電話番号　029-852-9999

※慢性中毒、医薬品の常用量による副作用・ショック、催奇形性・胎児への影響、放射性同位元素、細菌性食中毒、寄生虫、イヌ・ネコ・ネズミによる咬傷、衛生面が問題となる虫、糞尿、異物等については受け付けておりませんので、ご注意ください。

◆薬物情報電話サービス（神奈川県）
相談時間　平日　9:00 ～ 11:30、13:00 ～ 16:00
電話番号　045-210-4969（直通）
話し中の場合は045-210-1111（代表）から
「薬務課薬事指導グループ」まで

令和6年10月1日時点で休止中です。

◆たばこ誤飲事故専用電話（テープによる情報提供）
相談時間　毎日 24時間対応
電話番号　072-726-9922

1 お困りの時は…
どんな時に救急外来を受診すれば？
こどもの事故の防ぎ方

かかりつけ医をもちましょう

休日急患センターや当番の病院は、患者のことをきめ細かく把握できないため、どうしても応急処置を基本に医療を進めることになります。普段からご家族やご自分の健康の相談ができる「かかりつけ医」を持つようにしましょう。

「かかりつけ医」は、病歴・薬のアレルギーの有無、日頃の生活環境、お子さんの場合は発達や発育の状態など、あなたやご家族のことを一番良く知っており、いざという時には、適切な診断や治療に役立つことになります。

医療機関名：

電話番号：

診察券番号：

病　　歴：

服薬内容：

その他：

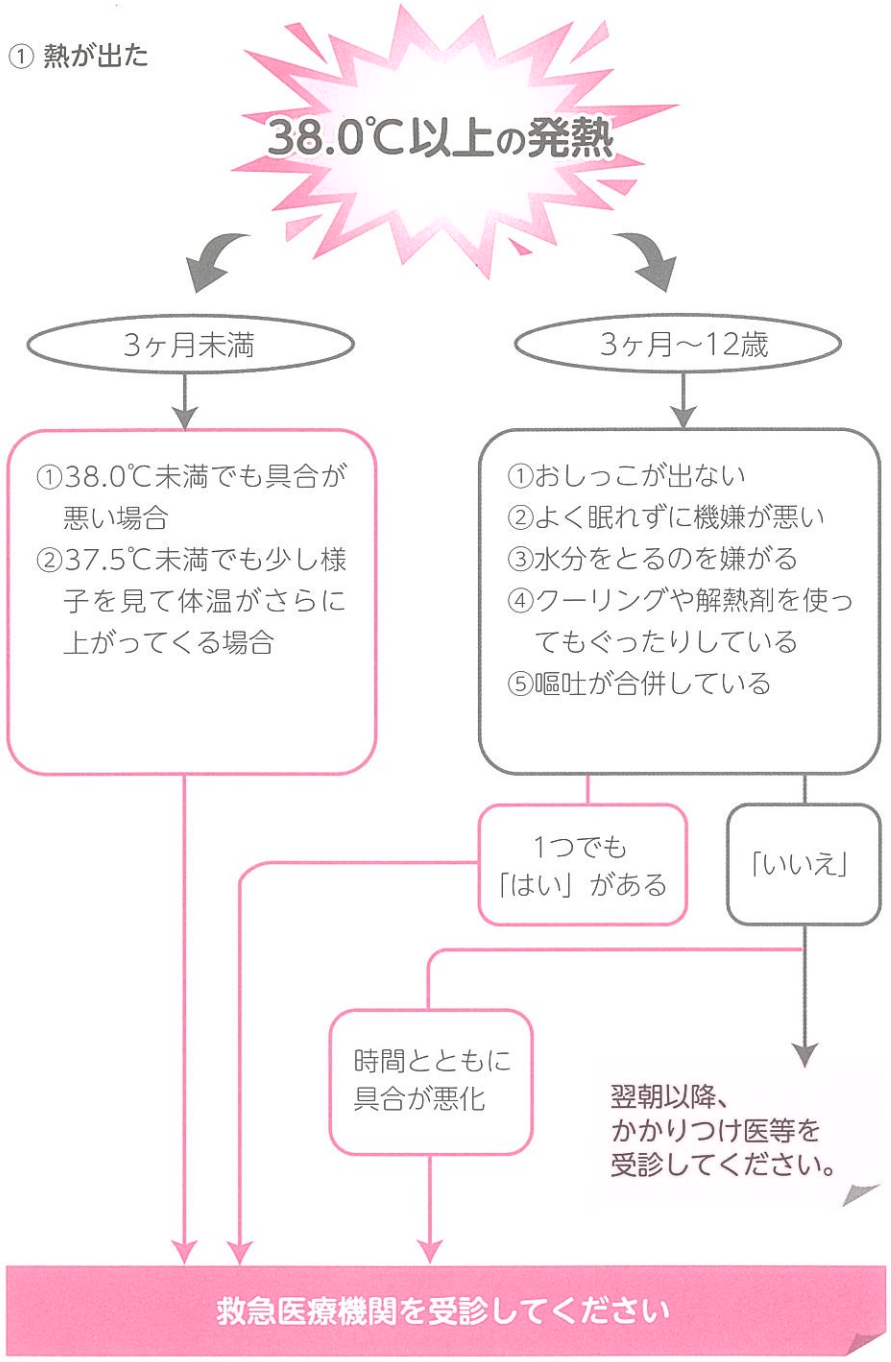


2．どんな時に救急外来を受診すれば？

病院へ駆け込む前にまずチェックしましょう！



① 熱が出た



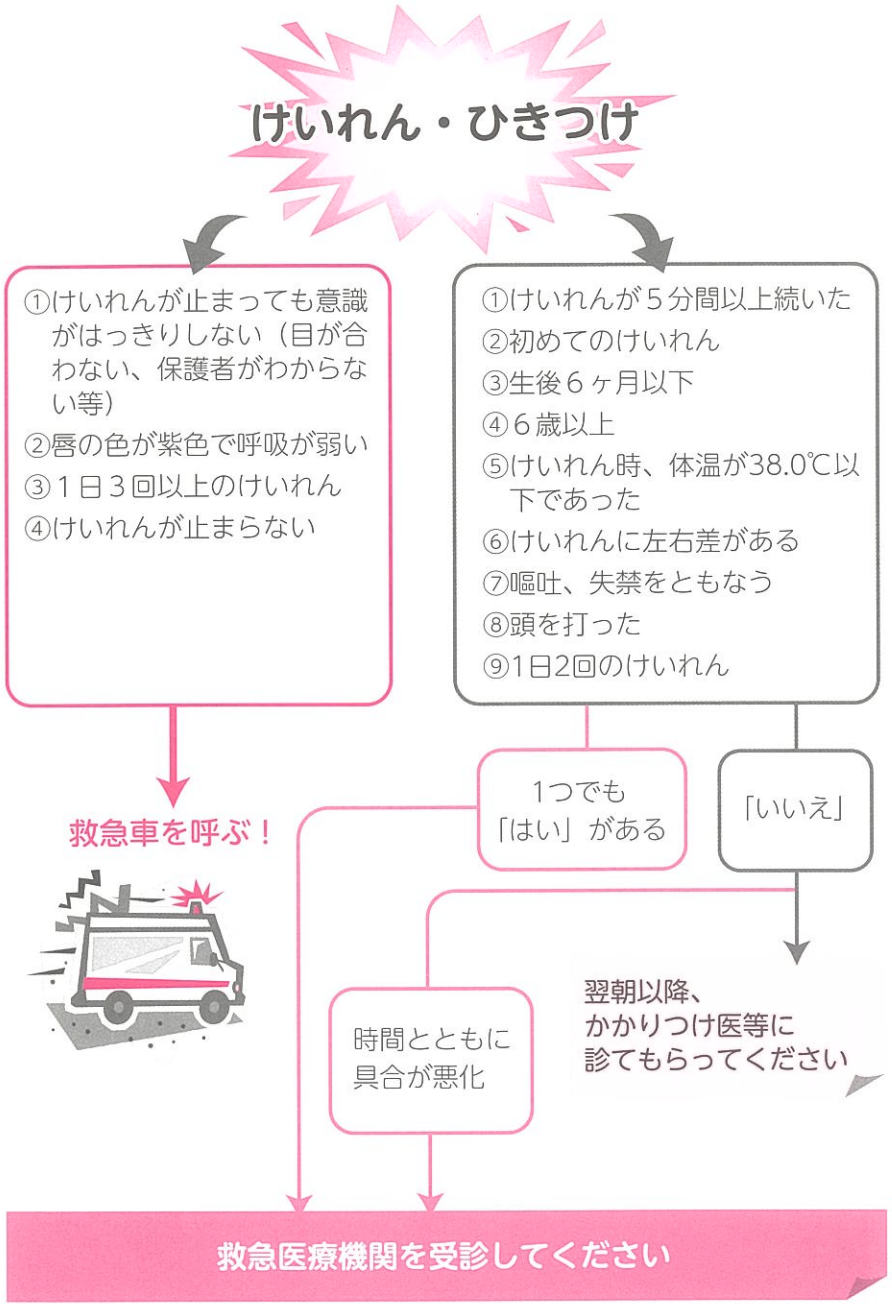
ワンポイントアドバイス　発熱



【看護のしかた】

- わきの下の汗を拭いてから体温を測りましょう。
- 汗をかいたら体を拭き、湿った衣服やシーツを換えましょう。
- 食欲、発疹、せき、頭痛、吐き気、嘔吐等、他の症状の悪化に注意しましょう。
- 熱のために失われる水分を十分に補いましょう。
- 手足が冷たく寒気があれば体を温め、温かな飲み物を与えましょう。
- 直接風を当てないようにしましょう。
- 高熱時は嫌がらなければ、頭や首、わきの下、足の付け根を氷枕、氷のう、おしぼりで冷やしましょう。
- 室温を快適にし、新鮮な空気に換えましょう。
- 朝晩の平熱を知っておきましょう。
- コタツや電気毛布等に暖まりながら測るのはやめましょう。
- 熱に気付いたら30分後にも測りましょう。
- 経過をみるため、朝、昼、夕3回測りましょう。
- 解熱剤の中には小児に使ってはいけないものがありますので、かかりつけ医の指示に従って使いましょう。





ワンポイントアドバイス けいれん・ひきつけ

【看護のしかた】

- 抱きしめたり、ゆすったり、たたいたり、大声を出したりしないでください。
- 平らなところに静かに寝かせ、呼吸がしやすいように衣服をゆるめてください。
- けいれんの際に吐いてしまうと、口やのどがふさがり危険です。顔を横に向けてください。
- 吐いたもので窒息する危険性があるので、口の中にものや指を入れないでください。（けいれん時に、舌や唇をかむことがありますが、けいれんの始めに起こることで心配はありません。）
- 吐いたものやよだれは、すぐふき取りましょう。
- 意識が回復するまで、目を離さず必ず付き添いましょう。
- 目の動き、手足の状態（左右差があるか）を見て、可能であれば、けいれんの持続時間を計ってください。
- 発作中、呼びかけ等の刺激で反応があるか見ましょう。
- 静かな部屋で休ませましょう。



③せきが出る

せきが出る ゼーゼーいう

①せきがひどく、ゼーゼーして声がかすれている
②ゼーゼー、ヒューヒューして息苦しそうである
③水分がとれない
④口の周りや唇が紫色になる（いわゆるチアノーゼ）
⑤熱も無いのに、元気が無く呼吸が速い

1つでも「はい」がある

「いいえ」

時間とともに具合が悪化

翌朝以降、かかりつけ医等を受診してください。

救急医療機関を受診してください

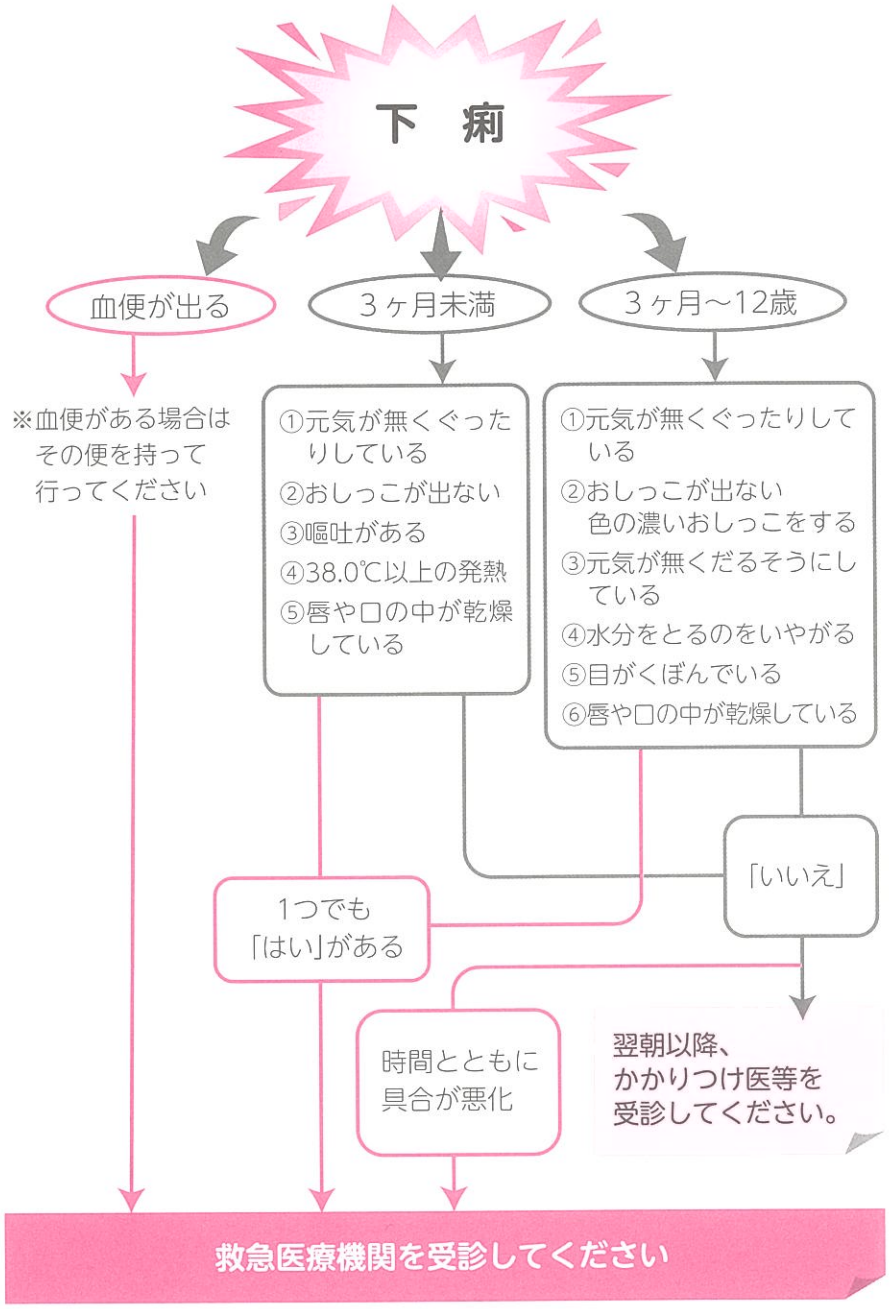
ワンポイントアドバイス　せき

【看護のしかた】

・急に激しくせき込んだときは口の中を見てみましょう。異物（食べ物や玩具のかけら等）があるかもしれません。
・呼吸数、息づかい、顔色、手足の温かさ、爪、唇の色を観察しましょう。
・せき込むときは水分を少しずつ繰り返し与えましょう。
・せきで吐きそうなら固形食を控えるか、少量ずつ与えましょう。
・部屋の乾燥を防ぎ、ほこりを立てないようにしましょう。
・煙、においを無くし、窓を時々開け、新鮮な空気と入れ替えましょう。
・同じ室内でたばこを吸わないようにしましょう。



④下痢



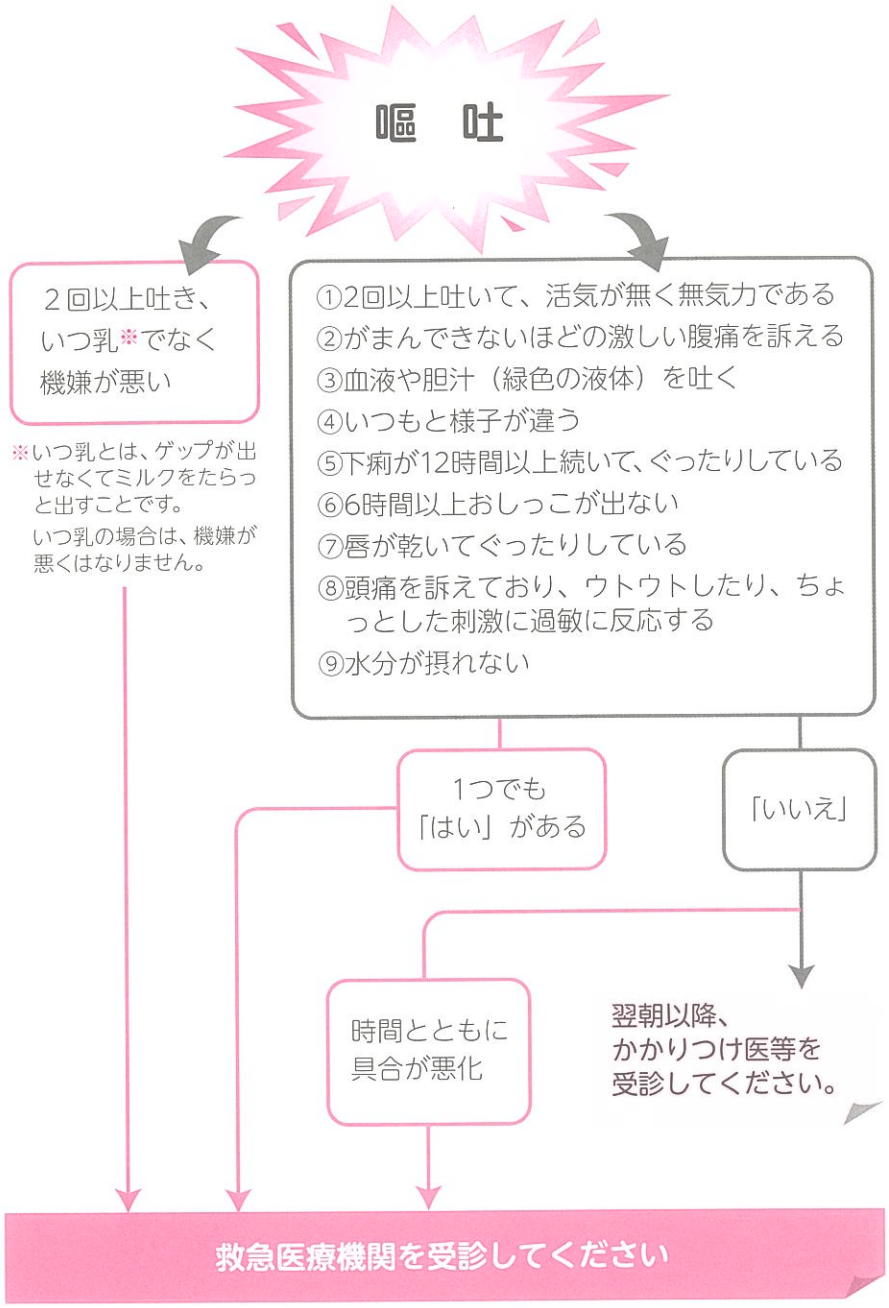
ワンポイントアドバイス　下痢

【看護のしかた】

- 下痢のときは、体から水分が失われるので、水分補給することが大事です。
- ミネラルの補給も忘れずに。（乳幼児用のイオン飲料は、水分、ミネラルを補給できます。）
- 離乳食は水分の多いものを与えましょう。
- 食事は、おかゆなど消化の良いものにしましょう。
- みかんやオレンジ等の柑橘類、牛乳、乳製品、肉や魚介類は控えましょう。
- 冷たいものは控えましょう。
- 吐き気を伴うときは、余計に水分補給が必要なため、こまめに少量ずつ与えましょう。
- 下痢でお尻は湿った状態になります。何度もお尻を拭くとただれてしまうこともあるため、ウンチのたびにシャワー等でお尻のケアをしてあげましょう。
- 下痢便の回数、性状（血便、粘血便、水様便、臭い）、おしっこの回数を記録しましょう。
- いつもと変わった便は、診断に役立ちますので、受診の際に持参しましょう。



⑤嘔吐



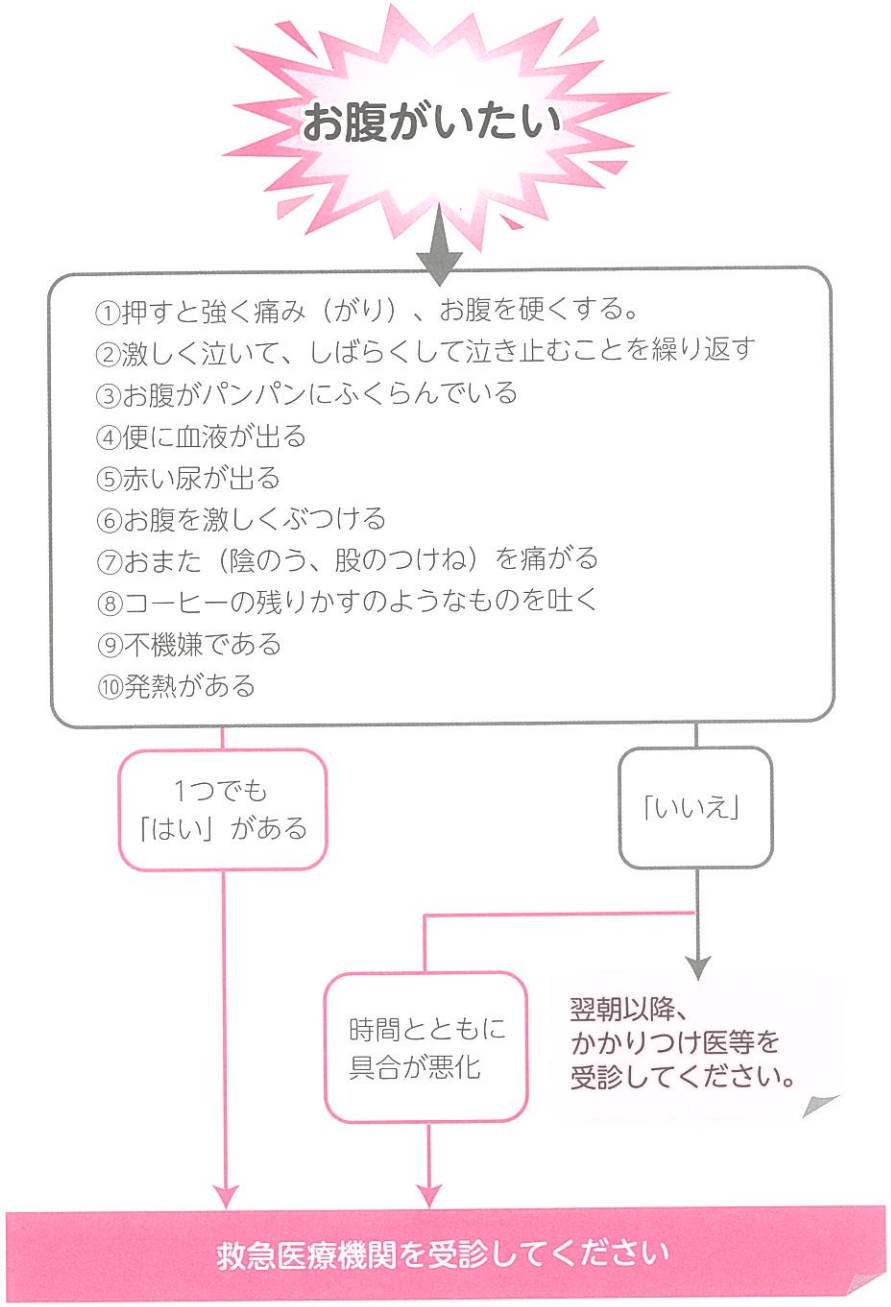
ワンポイントアドバイス　嘔 吐

【看護のしかた】

- 吐き気の強い時に飲食をするとかえって吐いてしまいます。およそ一時間は水分も中止し、その後は200cc 程度から与え、十分に飲めるようになったら、消化の良い固形物を少量ずつ与えましょう。
- 水分とは、湯冷まし、お茶、子ども用イオン飲料等です。（乳児以外なら水道水もＯＫです。）
- 炭酸飲料、みかんやオレンジ等の柑橘類やジュースは避けましょう。
- 吐いたものを気管に吸い込まないよう、寝ている時は体や顔を横に向ける等注意してください。
- 吐いたものを始末したらよく手を洗いましょう。



お困りの時は…
2 どんな時に救急外来を受診すれば？
こどもの事故の防ぎ方



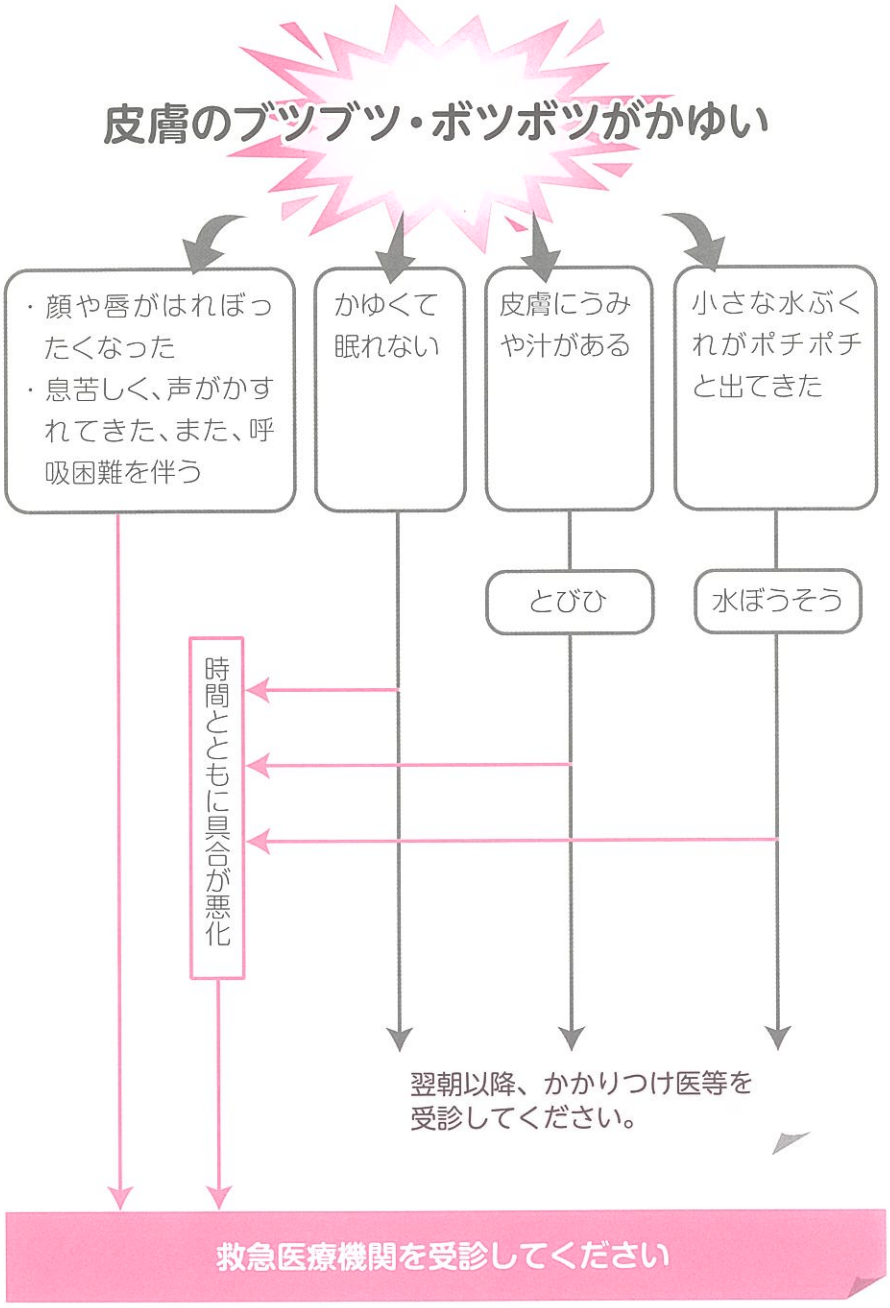
ワンポイントアドバイス お腹がいたい

【看護のしかた】

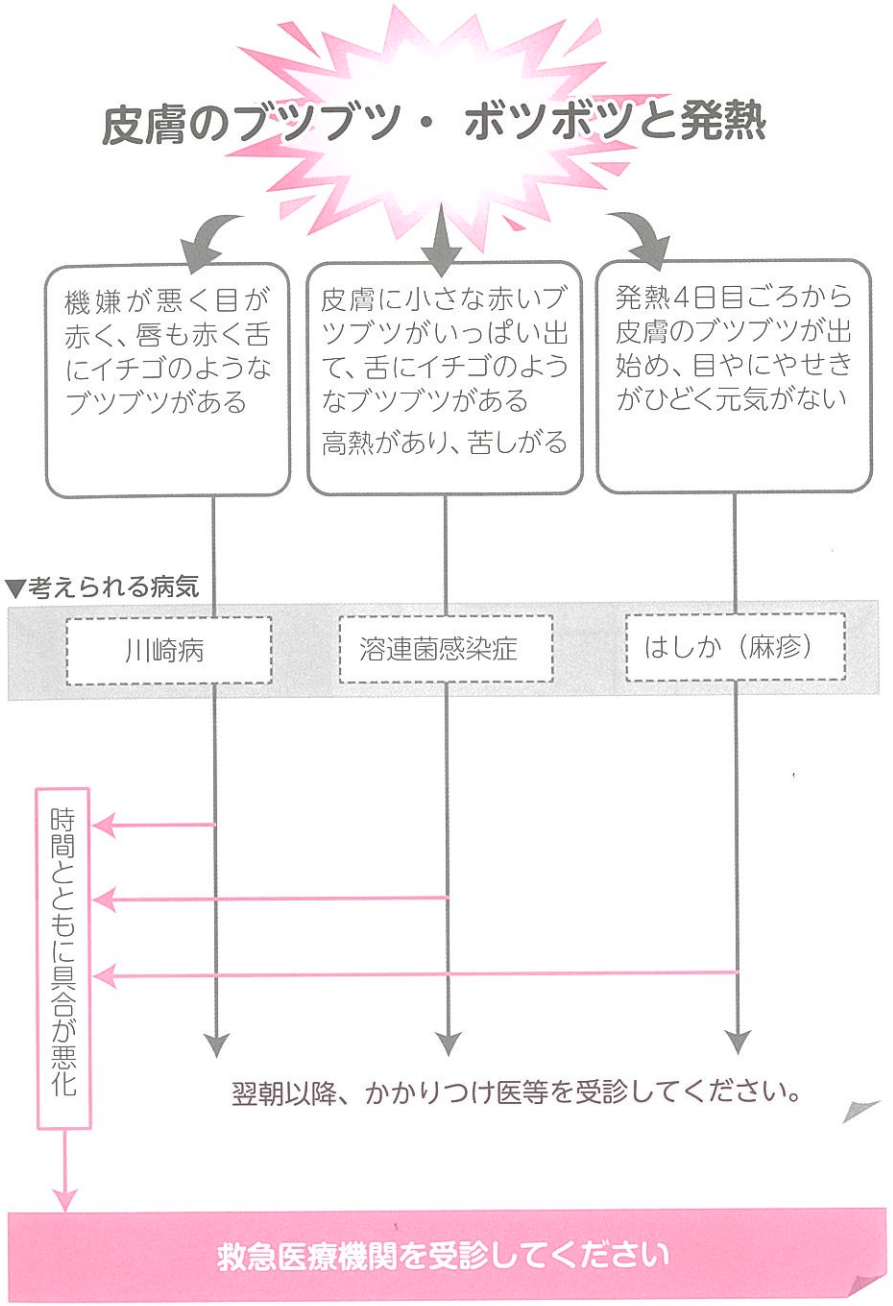
・トイレに行って排便させてみましょう。便秘かもしれません。
・腹痛が軽い時は、無理に食べさせないで、水分を少しずつ飲ませて様子をみましょう。
・腹痛が強くなる時があるので、オレンジ等の柑橘系やジュース類は控えましょう。
・お腹を締めつける衣服はやめましょう。
・お腹をさわって痛むところを確かめましょう。
※右下の方を痛がる時は、虫垂炎（いわゆる盲腸炎）等があります。発熱、吐き気、激しい泣き方等、他の症状があるか観察してください。
・お腹に炎症がある時（虫垂炎、胃腸炎等）には、炎症を悪化させるので、カイロや湯たんぽ等でお腹を暖めないようにしましょう。



⑦発疹（かゆみがある）



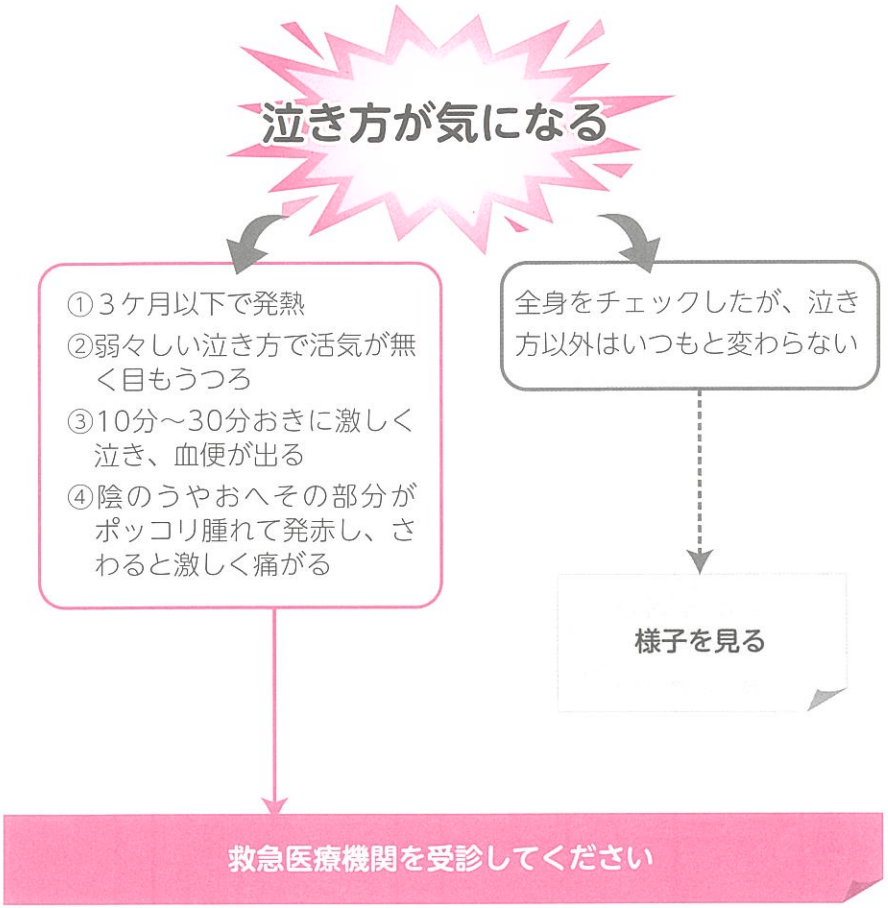
⑧発疹（発熱がある）

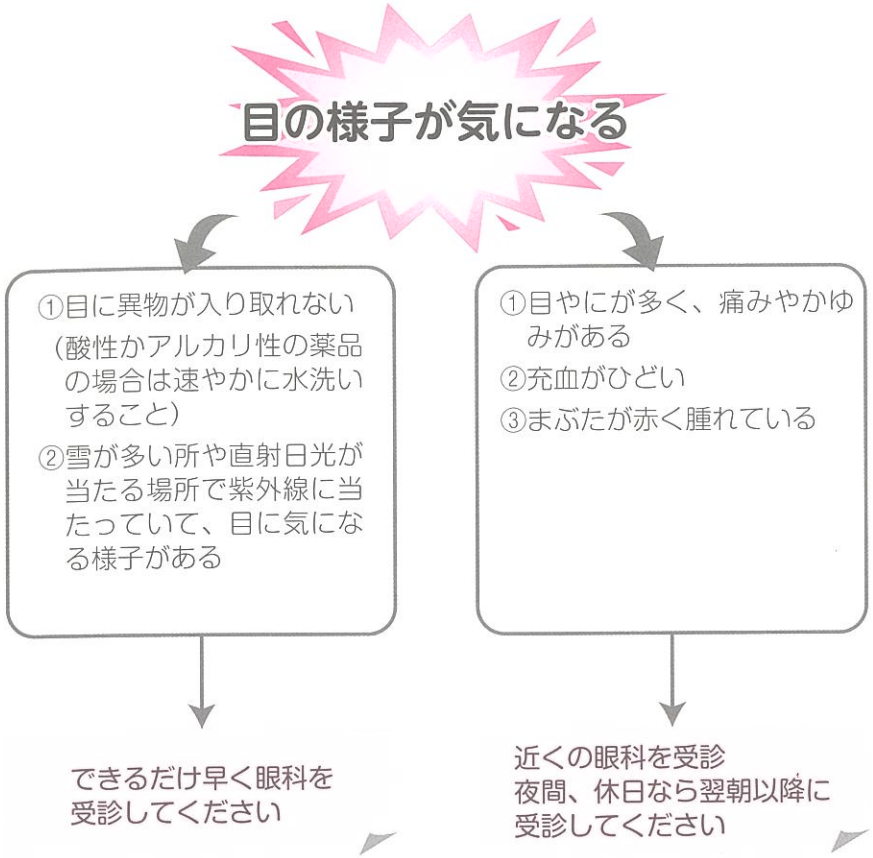


○他の子どもにうつす可能性があるので、受診の際には隔離が必要です。
医療機関の受付で発疹が出ていることを伝えましょう。

お困りの時は…
2 どんな時に救急外来を受診すれば？
こどもの事故の防ぎ方

⑨いつもと様子が違う





お困りの時は…
2 どんな時に救急外来を受診すれば？
こどもの事故の防ぎ方

⑨いつもと様子が違う

耳の様子が気になる

頭を強く打った後や、耳かき中に耳を突いた後に、耳から透明の液体が出て、めまいや歩行困難がある

→ できるだけ早く耳鼻科を受診してください

①発熱や耳だれがある
②耳の聞こえが気になる
③痛がっている様子がある

→ 近くの耳鼻科を受診
夜間、休日なら翌朝以降に受診してください

鼻の様子が気になる

鼻血が出る

①圧迫しても大量の鼻血が30分以上止まらない
②鮮やかな色の鼻血が拍動しながら多量に出る

→ 耳鼻科系の救急医療機関を受診してください

①鼻の穴をいじっていた
②出血は少量

→ 血がすぐに止まり、繰り返さなければ様子を見る
繰り返せば耳鼻科へ

鼻水が出る

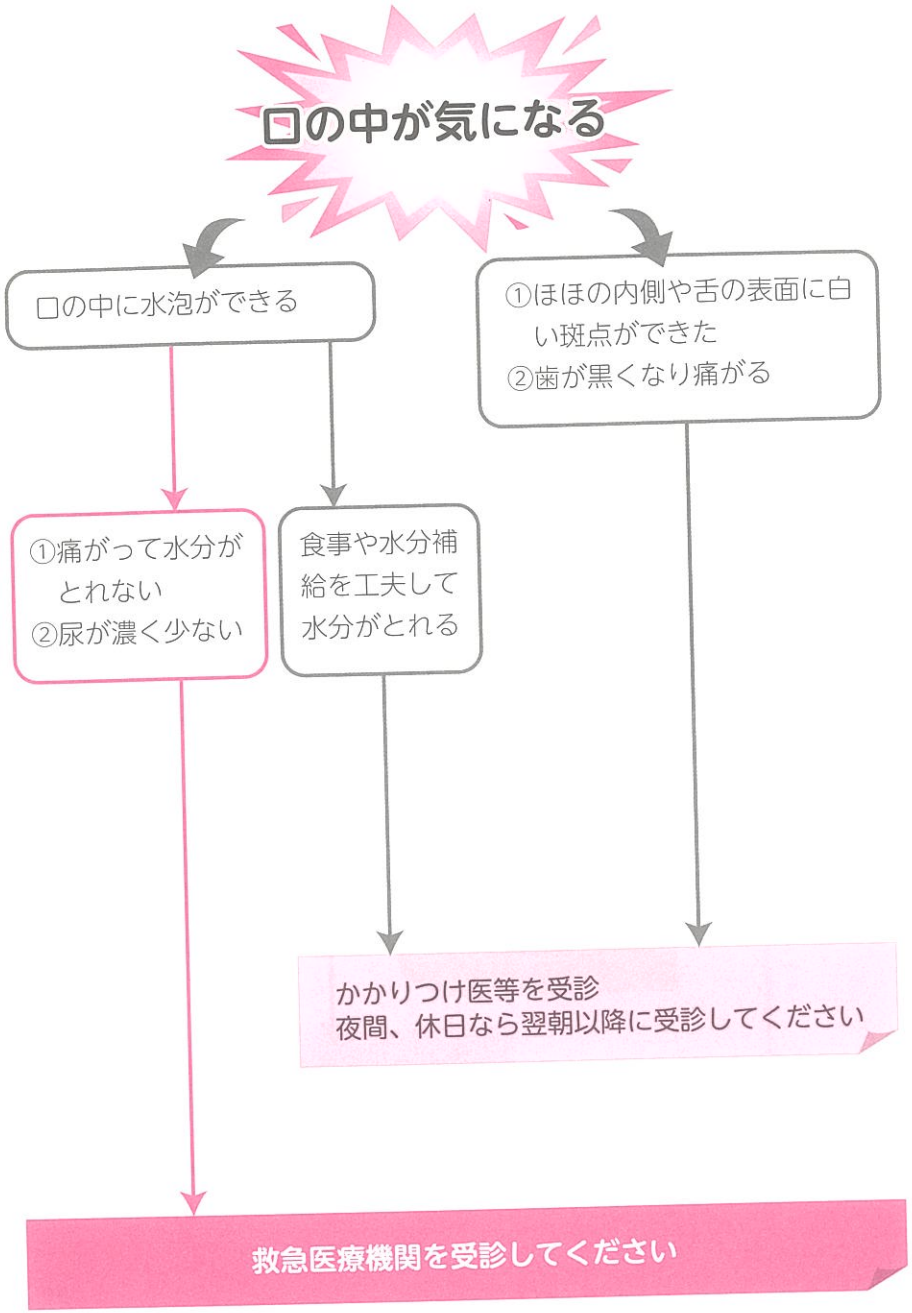
鼻水や鼻づまりが続き、食欲が無い

→ かかりつけ医等を受診
夜間、休日なら翌朝以降に受診してください

急な温度変化や、乾燥したり、ほこりっぽい所にいた

→ すぐに治まるようなら様子を見る

⑨いつもと様子が違う



3．子どもの事故の防ぎ方



子どもの事故の防ぎ方

子どもの命を守るのは大人の責任です。
事故防止には最大限の注意を払い、命に関わるような事故は絶対に防がなければなりません。
子どもの目の高さで周囲を見回して、危険なものが無いか常に確認し、できるだけ目を離さないようにすることが大切です。
危険なことをした時は、毅然とした態度でしかる等、安全のしつけをしましょう。

月齢・年齢	起こりやすい事故	予防のポイント
新生児～6ヶ月 親の不注意による事故が多い時期	窒息事故	・赤ちゃんの顔に物がかぶさり、窒息する危険があるため、側にひもやビニール類は置かない。 ・寝具の環境を整え、布団は固めのものを選ぶ。 ・タオルや布団で赤ちゃんの顔を覆わない。 ・添い寝をしながら授乳をしない。 ・うつ伏せ寝はさせない。
	転落事故	・少しずつ動いて移動している場合があるので、ベッドの柵は必ず上げておき、ソファ等には寝かせない。
	やけど	・うっかり熱い飲み物を赤ちゃんにかけてしまう、熱い風呂に入れてしまう等、大人の不注意!
7～11ヶ月 行動範囲が広がり家庭内での事故が多い時期	窒息事故	・多いのはタバコの誤飲。その他、防虫剤や化粧品、ボタン電池、硬貨等の誤飲。危険なものはすべて赤ちゃんの手の届かない所（床から1m以上）におくように。
	転落・転倒事故	・ハイハイやつかまり立ちができ、動き回るようになると、いろいろな事故が起きやすくなるので、転落防止柵を設置する等、あらかじめ家庭内の安全対策を行う。
	やけど	・ストーブ、アイロン、電気ポット、炊飯器の蒸気の他、熱い食べ物をひっくり返したり、テーブルクロスごと引っ張って体に熱いものがかぶる事故がある。危険なものは遠ざけ、テーブルクロスはしないようにする。
1歳～4歳 活発に動き回り家庭内や外での事故が多い時期	溺水	・浅い水でもおぼれることがあるので、浴槽の水はすべて抜いておく。 ・風呂のふたの上で遊んだりするので、風呂場には鍵をかけておく。 ・洗濯機のふたは閉めておく。（水が入っている時） ・海やプールでは、必ず側に大人がつくようにし、深い所には行かない。
	転落事故	・ベランダに踏み台になるものを置かない。
	交通事故	・外出時、危険な場所では大人が車道側を歩き、手をつなぐ等、目を離さない。

●監修・協力機関
座間市医師会

●参考・引用文献
「病院に行く、その前に・・・チェックシート」/
県立柏原病院の小児科を守る会
URL http://mamorusyounika.com

「子どもの救急」/ 厚生労働省・日本小児科学会監修ホームページ
URL http://kodomo-qq.jp/