



こども 救急 ガイドブック

● こんな時どうするの？ ●



はじめに

子どもは親にとってかけがえのないものであり、また、社会にとっても次の時代を担う大切な宝です。

子どもは、成長していく過程で、さまざまな病気にかかったり、けがをしたりするものですが、そのような場合、お父さんやお母さんは心配のあまりあわててしまうことがあります。特に初めての育児では不安になるのは当たり前です。

そこで、子どもによくある病気やけがの家庭における対処方法や、救急外来を受診する際のポイントをガイドブックにまとめてみました。

まずは、一度お読みいただき、すぐに目に付く場所に保管し、いつもと何か様子が違う時、急に具合が悪くなった時などに、このガイドブックを役立てていただければと考えております。

また、お父さんやお母さんは、日頃から子どもの状態をよく観察しておき、できるだけ昼間の診療時間に受診することや、何かあったら、いつでも相談できる「かかりつけのお医者さん」を持つよう心がけてください。

栃木県知事

福田 富一

栃木県医師会長

宝住 与一



目次 CONTENTS

あわてないで

- 1 上手なお医者さんのかかり方 1
- 2 救急車の利用のしかた 2

こんな時どうするの？

- 1 熱が出たとき 3
- 2 けいれん（ひきつけ）を起こしたとき 7
- 3 せきが出るとき 9
- 4 ぜんそくの発作が出たとき 11
- 5 下痢をしたとき 13
- 6 吐いたとき 15
- 7 お腹が痛いとき 17
- 8 頭を打ったとき 19
- 9 やけどをしたとき 21
- 10 誤飲・誤食をしたとき 23
- 11 骨折の可能性があるとき 26

チェックポイント

- 1 人工呼吸・心臓マッサージのしかた 27
- 2 子どもの事故の防ぎ方 29
- 3 最寄りの医療機関 32
- 4 休日や夜間に診てもらいたいとき 33

上手なお医者さんのかかり方

できるだけ通常の診療時間内に受診しましょう

- 診療時間内は、医師や看護師、薬剤師、臨床検査技師など多くのスタッフがそろっており、より充実した診療がスムーズにできます。また、日頃から「かかりつけ医」を決めて、いろいろなことを相談できるようにしておくとう便利です。

診療室でたずねられること（あらかじめ整理しておきましょう）

- 気になる症状はどんなことですか？
- その症状はいつからありますか？（何時頃から、一日何回くらいなど具体的に）
- 今までに大きな病気にかかったことがありますか？
- 薬や食べ物にアレルギーがありますか？
- 家族にも同じような症状がありますか？



お子さんを連れていく人

- お子さんの症状や様子のわかる人が一緒に行きましょう。（熱、食事の状況、飲んでいる薬などについて説明のできる人）
- 特に、普段とは違った部分「なんとなくおかしい」について説明のできる人が、連れて行きましょう。

持っていくと便利なもの

- 着替えやタオル、替えオムツ、ティッシュペーパーなど
- 待ち時間のためのおもちゃや絵本など



必ず持っていくもの

- 保険証、母子手帳、診察券、子どもの状態が分かるもの（例：体温を記録したメモや便・便の写真など）
- 飲んでいる薬や薬の名前がわかるもの（お薬手帳があれば持参しましょう）
- 医師の説明を記録するためのメモ帳

休日や夜間のかかり方

- 休日や夜間は休日夜間診療所や救急指定病院を利用しましょう。（あらかじめ、休日や夜間に対応してくれる医療機関を確認しておきましょう。）
- 症状が重いと思う場合は、119番に電話し、救急車を呼びましょう。

救急車の利用のしかた



こんな時は救急車を利用してください

- 意識がないとき
- けいれんが止まらないとき
- 息づかいがあらく、呼吸が困難になっているとき
- 激痛（頭痛・胸痛・腹痛など）があるとき
- 出血が激しく止まらないとき



救急車の呼び方

「119番」に電話をすると…

- 電話をかけると消防署から次のような聞かれ方をします。落ち着いてはっきりと、そして簡潔に答えてください。

- 火事ですか、救急ですか？
- どうしましたか？
- 住所と名前は？
- 電話番号は？
- 目標になるものはありますか？



- 救急です。
- 子どものけいれんが止まりません。
- 〇〇市〇〇町1-1-20、栃木花子です。
- 623-〇〇〇〇です。（携帯も可）
- 近くに〇〇薬局があります。



【注意事項】

※応急処置などを指示されたら、その指示に従ってください。人工呼吸や心臓マッサージは、P27「人工呼吸・心臓マッサージのしかた」を参考にしてください。

※携帯電話の場合は、どこへ行けば良いのかをはっきり伝えてください。目標となる建物や、高速道路の場合は上り車線か下り車線かをはっきり伝えてください。

観察の ポイント

- 子どもは夕方から夜にかけて発熱することが多いものです。発熱以外の症状もよく観察して、あわてずに対処しましょう。
- 38℃以上の場合には注意が必要です。入浴・ほ乳・食事の直後や泣いたり、運動した後は体温が高めになりますので、朝・昼・夕・寝る前など1日3～4回静かにしている時に測りましょう。
- 乳幼児は年長児に比べ0.5℃程度、体温が高く、平熱でも37℃を超えることがあります。



様子を みても大丈夫

(通常の診療時間内に受診しましょう)

- 水分や食事が摂れている
- 熱があっても普通に睡眠がとれる
- あやせば笑う、遊ぼうとする
- それほど機嫌は悪くない、顔色も悪くない
- 薄着にすると機嫌がよくなる



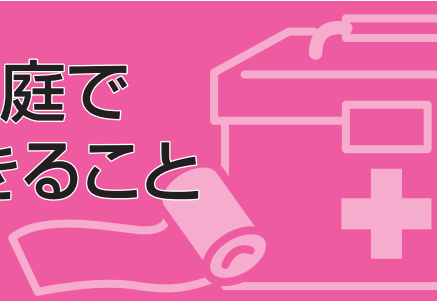
救急 外来

を受診しましょう



- 生後3か月以下の赤ちゃんで、38℃以上の熱がある
- 意識がおかしい、ぐったりしている
- 水分を受けつけない、おしっこが半日くらい出ない
- 下痢や嘔吐をくり返している
- けいれんを起こした
- 顔色が悪く、あやしても笑わない
- 眠ってばかりいる（呼びかけてもすぐに眠ってしまう）
- 激しく泣き、あやしても泣きやまない
- 夜も眠らず機嫌が悪い
- 呼吸がおかしい（不規則、胸がぺこぺこくぼむ、鼻の穴がひくひくする）
- 熱が出る前に、高温・多湿の場所に長くいた（熱中症の可能性はある）

家庭で できること



- 体温と全身状態の観察を行いましょう。
 - ・吐いていないか、食欲はあるか、息苦しさはないか、呼びかけるときちゃんと反応するか、機嫌はよいか、眠れるかなど、よく観察してください。
 - ・熱の上がりはじめは、ゾクゾクして手足が冷たく寒がります。衣服を厚めにし、ふとんをかけて温かくしてあげましょう。熱が高くなりからだや手足が熱くなれば薄着にして、ふとんの枚数や厚さを調節しましょう。部屋は20℃前後にして、換気に注意しましょう。
- 水分補給をしっかりと行ってください。
 - ・熱が高いと、からだの水分が失われます。湯ざまし、麦茶、子供用イオン飲料などの水分を与えましょう。
 - ・嘔吐を伴う場合は、「吐いたとき」(P15)もご覧ください。
- 母乳やミルク、食事は欲しがれば与えてください。
 - ・無理に与える必要はありません。なお、食事は消化の良いおかゆやうどんなどの炭水化物を与えましょう。
- 熱を下げる工夫をしてみましょう。
 - ・氷まくらやアイスノンなどをタオルでくるんで首の周りやわきの下にあててあげると効果的です。ただし、お子さんが嫌がる場合は無理に冷やす必要はありません。
 - ・1歳未満のお子さんの場合は、低体温を起こすことがあるので、主治医の指示に従いましょう。

ワンポイント アドバイス



- 着せすぎや暖房のため体温が上がっていることがあります。着せるものや室温に注意しましょう。
- 高熱のときに、強い解熱剤を使って無理に熱を下げるのは好ましくありません。また、解熱剤で熱が下がっても、下がっている時間は約4～5時間で、時間が過ぎれば、熱が上がってきます。解熱剤は決して病気の原因を根本的に治す薬ではありません。
- 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。解熱剤は主治医の指示に従って使いましょう。
- 体温計を常備し、各季節のお子さんの平熱を測っておきましょう。



Q 高熱の時は重い病気なのですか？

A 熱の高さと病気の重さは必ずしも関係ありません。夜間の急な発熱でも39℃以下で、食欲があり、水分も摂れ、元気な時は一晩様子を見ても大丈夫な場合が多いです。心配な時は主治医に相談してください。

Q 熱はすぐに下げた方がよいのですか？

A 発熱の原因で多いウイルスは熱に弱いので、人間の体は高熱を発することにより免疫力を上昇させ、ウイルスと戦おうとします。無理に解熱させることは、生体の防御機能を乱すことになるので、必ずしも好ましいことではない面があります。

Q 解熱剤はどのように使用しますか？

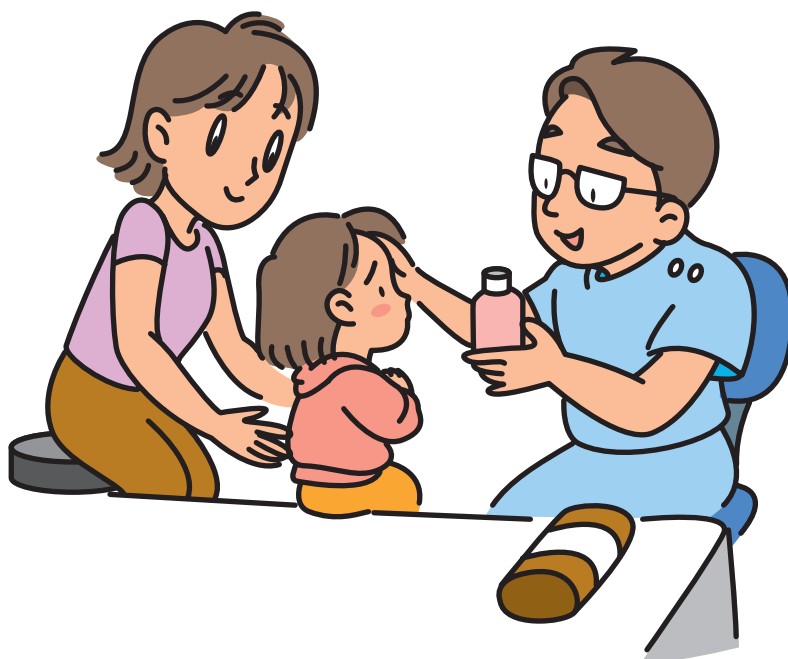
A 熱が38.5℃以上で、頭痛などがあってつらそうな時や眠れない時などに、5～6時間以上の間隔をあけて1日2回までを目安に使用します。使用にあたっては主治医の指示に従って使いましょう。

Q 解熱剤を使っても熱が下がらない時は？

A 多くの場合、熱は2～3日続くのが普通です。解熱剤が効かない時は、主治医の指示を受けてください。

Q 熱がある時に入浴しても大丈夫ですか？

A 熱が37.5℃以下で、食欲があり全身状態が良ければ、就寝前の短時間の入浴は差し支えありませんが、入浴は体力を消耗するので注意しましょう。



体温の記録記入例

(例: 突発性発疹)

名前 年齢 歳 男・女

体温	記入例	●月●日	●月●日	●月●日	●月●日	●月●日	月 日	月 日
	朝 昼 夜	朝 昼 夜	朝 昼 夜	朝 昼 夜	朝 昼 夜	朝 昼 夜	朝 昼 夜	朝 昼 夜
40℃								
39℃								
38℃								
37℃								
36℃								
症状	食欲 はきけ	ある ない	ない ない	ない ない	ある ない			
			PM8:00頃、 坐薬を入れる	AM3:00頃、 坐薬を入れる	顔、体に発疹 がでた 下痢便			

メモ欄(先生に伝えたいこと、聞きたいこと)

観察の ポイント

- けいれんとは、運動に関係する神経の働きの異常興奮により、からだ全体やからだの一部がつっぱたり、ピクピクしたり、脱力したりすることです。白目になっていたり、呼びかけても反応がなかったりします。
- また、高熱が出た時に、けいれんを起こすことがあります。多くは心配のない熱性けいれんで、生後6か月から5歳頃までに起こります。熱性けいれんは、からだ全体で左右対称に起こります。



様子を みても大丈夫

(通常の診療時間内に受診しましょう)

- けいれんが1回だけで、5分以内に止まり、目をあけて周囲の呼びかけに反応したり、泣いたりしたとき
- ※ 下記「救急外来を受診しましょう」に該当する場合は、すぐに受診してください。



救急 外来

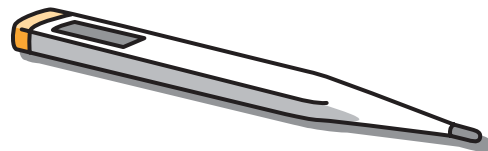
を受診しましょう



- はじめてけいれんを起こしたとき
- 赤ちゃんの月齢が6か月未満のとき
- けいれんが5分以上続いた場合や、顔色が紫色になっているとき
- けいれんの後で意識が戻らないうちに、またけいれんが起こったとき
- けいれんが治まり、1時間以上たっても意識がはっきりしないとき
- 半日に2回以上けいれんが起こったとき
- けいれんが左右対称でない場合
- 体温が38℃以下でけいれんを起こしたとき

家庭で できること

- 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。
- 吐いたもので窒息を起こす危険性があるので、口の中にも物や指を入れないでください。（けいれんの時に、舌や唇をかむことがあります。けいれんの始めだけに起こることで心配はありません。）
- 目の位置、手足の状態を見て、余裕があれば、けいれんの持続時間を計ってください。（初めての場合は、あわててしまい、何も分からなくても仕方ありません。）
- けいれんが治ったら、必ず体温を測っておきましょう。
- 飲み物や飲み薬は与えないでください。



けいれんが治ったら、必ず体温を測っておきましょう。



知って安心

Q&A

Q 急に熱が出て体がふるえています。意識ははっきりしています。これはけいれんでしょうか？

A 寒気でふるえているだけで、けいれんではありません。暖かくして様子を見てください。

Q 激しく泣いた後に息がつまったようになり、体がつっぱってしまいました。けいれんでしょうか？

A 泣き入りひきつけです。つっぱるだけではなく、全身の力が抜けることもあります。本当のけいれんではなく、自然に回復するので心配ありません。

Q けいれんの後に眠ってしまいました。このまま様子を見てもよいのでしょうか？

A けいれんの時は、脳が異常に活発になっており、けいれんが治まると脳が一時的に休んだ状態になります。見かけ上は眠っているようになり、この状態を後睡眠といいます。脳の活動が回復すると目覚めて心配ないことがほとんどですが、1時間以上目覚めそうにない時は、救急外来を受診した方がよいでしょう。

観察の ポイント

- せきには、かぜや気管支炎など病気が原因のものと、異物などが入り込んで起きるものがあります。せきが出ていても機嫌がよく食欲があれば心配はありません。

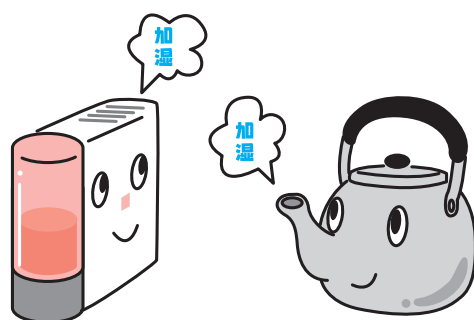
コホインコホイン



様子を みても大丈夫

(通常の診療時間内に受診しましょう)

- のどが「ゼイゼイ」「ヒューヒュー」鳴っているが、だんだん苦しくなる様子がなく、横になって眠っていられる
- 眠りかけや朝起きた時、走った時にせきが出るが全身状態は良い
- 睡眠、食事、運動が妨げられないで、熱もない



救急 外来

を受診しましょう



- せきがあり、熱も出ている、ぐったりしている
 - せき込みが激しく、呼吸困難の徴候が認められる
 - 呼吸困難のため、横になれない、苦しくて動けない
 - 1日中せきが止まらない
 - 犬の遠吠えやオットセイの鳴き声のようなせき込みをしている
 - 1分間の呼吸数が、赤ちゃんで60回以上、幼児で40回以上、小学生で30回以上の場合
 - 顔色や唇の色が青いとき(チアノーゼ=空気があまり吸えなくなっていることを示しています。)
- 至急、受診が必要

ワンポイント アドバイス

- せきが激しい時は、部屋を加湿したり、口もとに蒸しタオルなどをあててあげましょう。
- せきが激しくて食事が摂れない時でも、水分だけは飲ませるようにしてください。タンが切れやすくなります。



知って安心

Q&A

Q 呼吸困難とはどんな症状ですか？

A 呼吸困難には、次のような特徴があります。

- ・呼吸がはやい(多呼吸)
- ・走った後のように肩で息をする(肩呼吸)
- ・息を吸う時に胸がふくらまず、かえって肋骨の間や下、鎖骨の上、のどの下がくぼむ(陥没呼吸)
- ・息を吸う時に胸がくぼみ、お腹がふくらむ(シーソー呼吸)
- ・鼻の穴がヒクヒクする(鼻翼呼吸)
- ・苦しくて横になれない(起座呼吸)
- ・せき込んで止まらない

Q せきが出る時に入浴しても大丈夫ですか？

A 呼吸困難、熱がある時は避けてください。せきだけの時は軽く入浴して湯冷めしないようにすぐ寝かせてください。

Q せきが激しい時の食事はどのようにすればよいのですか？

A せきを誘発しやすい刺激物以外は特に制限はありませんが、無理に食事を摂らせる必要はありません。

Q 急に呼吸困難になるのはどんな時ですか？

A 気管や気管支に異物が詰まった時、クループ(急性喉頭炎)などで喉の入口に炎症が強く起こった時、ぜんそくの発作の時、乳児の百日咳、肺炎、細気管支炎の時などです。

観察の ポイント

- 呼吸困難の徴候を見落とさないでください。（「3 せきが出るとき」も参考にしてください。）



様子を みても大丈夫

（通常の診療時間内に受診しましょう）

- 深呼吸や飲み薬の内服（効果が出るまで1時間程度かかる）、あるいは薬の吸入で症状がよくなってきた
- ゼーゼーしていても横になって眠ることができる



救急 外来

を受診しましょう



- 飲水、深呼吸、服薬、吸入でもよくなりえないとき
- 顔色や唇の色が青いとき（チアノーゼ＝空気があまり吸えなくなっていることを示しています）
→ 至急、受診が必要
- あえいでいて呼吸が苦しそうで顔色が悪いのに、ゼーゼーやヒューヒューがほとんど、あるいは全く聞こえない（気管支の中がせまくなりすぎて呼吸ができなくなっている状態で、きわめて重症の発作であることを示しています）
→ 至急、受診が必要

家で できること

- からだを起こしてコップ1～2杯の水を飲ませ、できるだけ大きく息を吸ったり吐いたりを繰り返してください。
- 発作時に使う薬（飲み薬や吸入薬）があらかじめ出されていれば、主治医に指示されたとおりに使用してください。



ワンポイント アドバイス

- ぜんそくの薬は使いすぎると気持ちが悪くなったり、吐いたり、ドキドキしたりすることが多いので、主治医の指示よりも量や回数を多く使わないようにしましょう。



知って安心

Q&A

Q ぜんそくの発作はなぜ起こるのですか？

A 気管支の内側にダニ、ほこり、カビ、花粉、動物の毛や鳥の羽などが付くことにより、アレルギー反応（過敏反応）が起こりはれてしまい、呼吸の通り道が狭くなるからです。この他にも、運動や薬が原因で発作が起こることがあります。

Q 呼吸をするときゼーゼー、ヒューヒューという音はなぜ出るのですか？

A アレルギー反応により狭くなった部分を息が通るからです。

Q どんな時にぜんそくの発作が出やすくなりますか？

A かぜや気管支炎、肺炎にかかった時、天候が悪くなる時、精神的なストレスがある時、ほこりの多い場所に行った時などです。

5 下痢をしたとき

観察の ポイント

- いつもの便と違う点をよく観察してください。診断のためにとても役立ちます。また、赤ちゃんの場合は元気な時の便の状態をよく知っておきましょう。
 - ・におい（腐ったようなにおい、すっぱいにおい）
 - ・性状（血液や粘液が混じっているか、赤っぽい便、白っぽい便（クリーム色の便）、どろどろの便、水様便）
 - ・1日の回数
- 嘔吐はあるか、腹痛はあるか、食欲はどうか、発熱はあるか、発疹はあるか、よく観察しましょう。

家庭で できること

- 下痢がひどい時は、胃腸を休めるために固形物は与えないでください。水分は、子供用のイオン飲料やうすいお茶などを間隔をあけて、飲めるだけ与えてください。
- 下痢の回復期には、できるだけ加熱調理した炭水化物（おかゆやうどんなど）から与えるようにしましょう。
- おしりがかぶれないように、おむつ交換のときなどによく洗ってあげましょう。



様子を みても大丈夫

（通常の診療時間内に受診しましょう）

- 下痢の回数は1日5回以内で、おしっこが普段と変わりなく出ている
- 食欲がいつもと変わらず、水分が摂れている
- 熱がなく、機嫌もよく元気

救急 外来

を受診しましょう



- 高熱や繰り返し嘔吐がある
- 強い腹痛がある
- 下痢が1日6回以上ある
- 白っぽい便、血液が混じっている便、のりのような黒っぽい便がでる
- 機嫌が悪く水分をほとんど飲まない
- おしっこの量が極端に少ない
- 唇や舌が乾いている

ワンポイントアドバイス

- 水分や食事の摂り方は、主治医によく相談してみましょう。
- 家族内の感染を予防するため、排泄物の始末をした後、よく手を洗いましょう。

下痢のときの食品（1歳以後）

区 分	おすすめできる食品	避けた方がよい食品
穀類	おかゆ、うどん、トースト  	ラーメン、すし
いも類	じゃがいも、さといも  	さつまいも、こんにゃく 
豆類	豆腐、みそ 	大豆、あずき、油揚げ
野菜類	やわらかく煮た野菜 (大根、かぶ、ほうれん草、キャベツ)  	繊維の多い野菜 (たけのこ、ごぼう、キノコ類、海草類) 
果実	りんご、バナナ  	なし、パイナップル、いちご、柑橘類 
魚介類	脂肪の少ない魚(白身魚) (たら、たい、かれい、しらす)	脂肪の多い魚 (さば、さんま、かまぼこ、干物、貝類)
卵	半熟卵	生卵、固ゆで卵 
肉類	脂肪の少ないもの (ささみ)	脂肪の多いもの (ソーセージ、ハム、ロース・バラ肉、ベーコン)
乳製品	×	牛乳、ヨーグルト、チーズ 
菓子類	プリン、卵ボーロ、ウエハース 	ケーキ類、ナッツ類

知って安心

Q&A

Q ミルクはどのように与えればよいのですか？

A 3時間以上あけて、お腹を休めながら普段どおり与えてください。

Q 脱水症状(水分不足)は、どんな特徴でわかりますか？

A 唇や舌が乾いている、顔色が悪い、皮膚の張りが無い、眼球が落ちくぼんで目がトロンとしている、尿が半日以上出ない、尿の量が少なく色が濃い、泣いても涙が出ないなどです。

Q 下痢止めなどで下痢を止めた方がよいのですか？

A ウイルスや細菌が入ったために下痢は起きます。体内から早く排出しようとして下痢になっています。下痢止めなどにより排出しようとする動きを止めてしまうと、ウイルスや細菌が腸の中で増えるために、症状がさらに悪くなることが多いのです。下痢を無理に止めないことも大事な治療です。(下痢止めの薬は、医師の指示に従って使いましょう。)

6 吐いたとき

観察の ポイント

- 何回吐いたか、腹痛や頭痛はあるか、機嫌はどうか、食欲はあるか、熱はあるか、下痢があるかを落ち着いてよく観察してください。



様子を みても大丈夫

(通常の診療時間内に受診しましょう)

- 吐き気が治まった後、水分が飲める
- 下痢、発熱などがなく、全身状態が悪くない



救急 外来

を受診しましょう



- 嘔吐と下痢を同時に何回も繰り返す
- 吐いたものに血液や胆汁(緑色)が混じる
- 何回も吐いた後、コーヒークサのような色や黄色の胃液になった
- おしっこが半日くらい出ない
- 唇や舌が乾いている
- 10分～30分おきに腹痛を繰り返す(激しく泣く)、血便がある
→ 至急、受診が必要
- けいれん(ひきつけ)をとまったり、意識がぼんやりしている
→ 至急、受診が必要
- ひどい腹痛、強い頭痛をとまったり、強く頭を打った後
→ 至急、受診が必要

家で できること

- 吐き気の強い時に飲食をするとかえって吐くので、2時間～3時間は飲食を控えてください。
- 嘔吐の間隔が長くなったら、湯ざまし、お茶、子供用イオン飲料を少しずつ飲ませてください。
- 胃腸を休めるために固形物は与えないでください。

ワンポイント アドバイス

- 牛乳、乳製品、炭酸飲料、みかんやオレンジなどの柑橘類は避けましょう。
- 吐いた物を気管に吸い込まないように、寝ている時は体や顔を横に向けるなど注意してください。
- 吐いた物を始末したらよく手を洗いましょう。



知って安心

Q&A

Q なぜ赤ちゃんはよく吐くのですか？

A 生後まもない赤ちゃんの胃は、胃の入口（噴門）の構造が未発達で、ちょっとした刺激でミルクを吐いてしまうことがあります。順調に体重が増えている場合は、多少吐いても発育への影響はありません。

Q 吐き気の治まった時の食事はどのようなものがよいのですか？

A 消化の良い「おかゆ」や「うどん」などの炭水化物を少量ずつ与えましょう。油の多いものや乳製品、ラーメンなどは避けてください。

Q スポーツドリンクと子供用イオン飲料はどこが違うのですか？

A イオン飲料は塩分と糖分が水に溶けたもので、水よりも早く水分・電解質（ナトリウム、カリウムなど）を体に吸収させます。スポーツドリンクは子供用イオン飲料よりも糖分が多く含まれているので、子供用イオン飲料を与えましょう。

観察の ポイント

- 熱はないか、吐き気がないか、下痢をしていないか、お腹を抱え込むように痛がらないかなど、よく観察してください。
- お腹が張っていないか、全体的にさわってみましょう。一定の場所に痛みを訴えるかどうかみてください。
- 赤ちゃんがわけもなく繰り返し泣く時は、お腹が痛い可能性があります。



様子を みても大丈夫

(通常の診療時間内に受診しましょう)

- すぐに軽くなって我慢できる痛みになった
- 排便をすると治まって、全身状態がよい



救急 外来

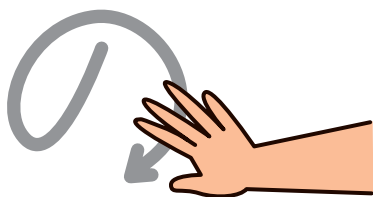
を受診しましょう



- ぐったりして泣いてばかりいる
- お腹をかがめて痛がる
- お腹が痛くて歩けない
- お腹をさわると痛がる
- 飛び跳ねると(ジャンプ、けんけん等)お腹を痛がり、繰り返せない
- 陰嚢がはれている、股のつけねがはれている
- 下痢・嘔吐をとまなっている
- 赤ちゃんが足を縮めて激しく泣いたり、間隔をおいて発作的に泣く
- 便に血が混じる

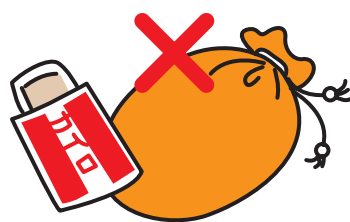
家庭で できること

- トイレに行って排便させてみましょう。
- 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、様子を見ましょう。
- 「の」の字を描くように、お腹をやさしくマッサージしてあげると少し楽になります。



ワンポイント アドバイス

- 受診する前に下剤や浣腸は使わないようにしましょう。
- お腹に炎症がある時（虫垂炎、胃腸炎など）には、炎症を悪化させるのでカイロや湯たんぽなどでお腹を暖めないようにしましょう。



知って安心

Q&A

Q お腹を痛がる時は
どうしたらよいのですか？

A お腹をさわってみましょう。左上から下の方を痛がる時は、便秘の場合もあります。発熱、吐き気、激しい泣き方など他の症状があるか観察してください。

Q 子どもがよくお腹を痛がることがあり心配ですが、どのような時に受診すればよいのですか？

A 子どもはお腹を痛がることしばしばあります。2～3日排便がない時やコロコロの固い便をする習慣の子どもは、排便の前にお腹が痛いと言ったりします。

朝になると腹痛を訴える子どもや急にお腹を痛がったかと思えば間もなく治って元気に遊んでいることもよく見られます。頻繁に腹痛を訴える場合は、何か原因がないか、診察や検査に十分時間をとれる午前中の受診をおすすめします。

Q 3～4日排便がなく、お腹を痛がります。
自宅で浣腸してもよいのでしょうか？

A 市販の浣腸で年齢相当の量なら差し支えありません。腹痛が治らない時や便の状態がいつもと違う時（血便など）は、便を持参のうえ受診してください。普通便で腹痛も治まれば、自宅で様子を見ても大丈夫でしょう。



8

頭を打ったとき

観察の ポイント

- 吐き気や嘔吐の有無、腫の大きさ、目や手足の動きに注意してください。
- 頭を打った後にすぐに泣いたかどうか、ぼんやりしていなかったかどうかなどについて、よく観察しておくことが重要です。
- 頭を強く打っても、頭の骨の骨折や意識障害、目や手足の動きの異常がなく、頭を打ってから2日間異常がなければ、たいていは心配ありません。
- ただし、頭の中に出血が起これと、頭を打った直後はなんとなくなくても、後から生命に危険が及ぶことがあるので注意が必要です。



救急 外来

を受診しましょう

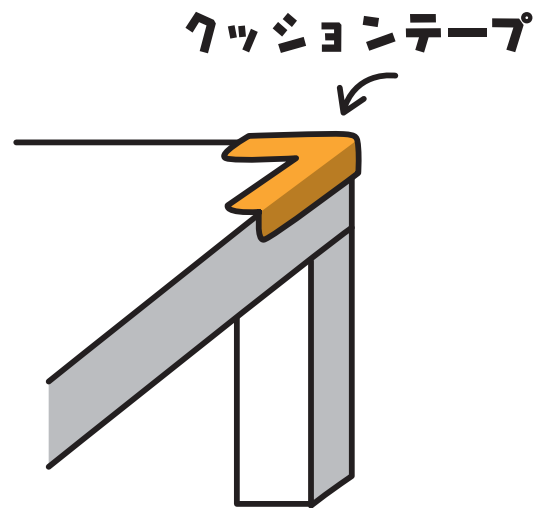
- 頭の痛みが強くなるとき
- 吐き気が繰り返して見られるとき、気持ちの悪さが続くとき
- 意識がないとき、ぼんやりして放っておくと眠ってしまうとき
- 物が二重に見えたり、物が見えなくなったりしたとき
- 手足が動きにくくなったり、しびれたりするとき
- けいれんが起きたとき
- 体温がどんどん高くなってきたとき
- ことばが不明瞭になったとき
- 左右の腫の大きさが違うとき
- 頭を打った前後のことをよく覚えていないとき
- 打ったところにへこみがあるとき
- なんとなく普段と比べて様子が違うとき



ワンポイント アドバイス



- 頭を打った後、2日程度は普段と変わったところがないか、注意してよく観察しましょう。
- あらかじめ事故やけがを予防しましょう。
 - ・階段は勝手にのぼりおりできないように柵などを取り付けましょう。
 - ・高いところに、ものを置かないようにしましょう。
 - ・ベビーベッドは転落しないように必ず柵を上げておきましょう。
 - ・家具の角などにはクッションテープを貼りましょう。
 - ・ベランダには踏み台になるものを置かないようにしましょう。



知って安心

Q&A

Q コブができた場合にはどのようにしたらよいですか？

A 20分ほど、タオルの上から氷のうなどで冷やして様子を見てください。

Q 頭の皮膚に出血が見られたら、どうしたらよいですか？

A 清潔なタオルやガーゼなどで出血している部分を上からしっかり圧迫して受診しましょう。

Q 頭を打った後に吐くのは、頭の中に異常があるからではないのですか？

A 子どもは大人と違って嘔吐しやすい特徴があります。頭を打った後に頭の中に何も異常がなくても吐くことがよくあります。1～2回吐いてもその後元気にしていればあまり心配ありません。

Q 頭を打った後はいつまで様子を見ればよいのですか？

A 後から脳に何か起こるのではないかと心配するご家族が多いのですが、子どもの場合、後から脳に重大なことが起きる可能性は大人と比べるとまれなことです。頭を打ってから2日程度様子を見て何も症状が出なければ安心してよいでしょう。



観察の ポイント

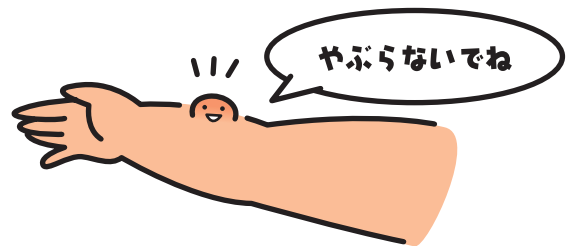
- やけどは、0～4歳児に多く見られ、熱湯によるやけどが最も起こりやすいものです。また、使い捨てカイロやぬるい湯たんぽでも長時間あたると、低温やけどになることがあるので注意が必要です。
- やけどは範囲と深さが重要です。やけどの深さは、第1度～第3度に分類されています。

第1度	皮膚の表面が赤くなっていて、水ぶくれ（水疱）にはならない程度
第2度	水ぶくれ（水疱）ができていような状態
第3度	皮下組織まで達するやけどで、皮膚が黒く焦げたり、白くなっているような状態

様子を みても大丈夫

（通常の診療時間内に受診しましょう）

- 赤いだけで水ぶくれができていない
- 範囲が狭い第1度程度のやけど



**救急
外来**

を受診しましょう



- やけどの範囲が大人の手のひらよりも広いとき
 - 皮下組織まで達するやけど（第3度のやけど）
→ 至急、受診が必要
- ※すぐに救急車を呼び、服の上から出しっぱなしの水道水で冷やしてください。



家庭で できること

- やけどの程度が第1度または第2度の場合には、出しっぱなしの水道水や氷水で10分以上冷やしてください。服を脱がせづらいときは、服の上から冷やしても大丈夫です。
- 氷やぬれたタオルで冷やしたまま、受診してください。
- 水ぶくれは破らないようにして清潔にしておいてください。
- 水ぶくれがあるときや、さわると痛いようなときはガーゼをあて、包帯でくるんでおくとよいでしょう。

ワンポイント アドバイス

- 油やアロエを塗ったり、民間療法を行うことはやめましょう。
- 乳幼児の場合は、スイッチを入れたままのホットカーペットや使い捨てカイロなどでも低温やけどになることがあるので注意が必要です。
- 衣服が皮膚にはりついて脱がせにくいときは、無理にはがしてはいけません。衣服ごと十分に水で冷やしてください。
- 子どもの皮膚はやわらかく、受傷後長い間熱の作用が続くので、冷水または氷で患部を十分に冷やしてください。

知って安心

Q&A

Q どのように冷やしたらよいですか？

- A**
- 手足の場合
出しっぱなしの水道水で冷やしてください。患部に直接、勢いよく水をあてると水ぶくれを破ってしまったり、冷たすぎて長時間冷やせないで、洗面器に受けるなどして、水の勢いを弱めて冷やしてください。
 - 顔や頭の場合
シャワーの水や濡れたタオルで冷やしてください。鼻や口の周辺で、呼吸しづらい場所のときは、こまめに冷えたタオルを取り替えながら冷やしてください。
 - 全身・広範囲の場合
衣服を脱がさずに冷やしてください。衣服を脱がせる時に皮膚がはがれてしまうことがあるので、衣服の上から水のシャワーをかけてください。濡れたバスタオルで包み、その上から毛布をかけてくるみ、急いで病院へ行って下さい。

Q 水ぶくれは、破らない方がよいのでしょうか？

- A**
- 水ぶくれの中は無菌状態ですが、水ぶくれを破るとそこから菌が入って化膿する恐れがあります。化膿するとやけどの傷は深くなり重症化するので、水ぶくれが破れた場合は、医療機関を受診しましょう。



観察の ポイント

- ハイハイや、つたい歩きができるようになると子どもの行動範囲は大きく広がり、ちょっとした油断で、誤飲・誤食の事故が起こります。落ち着いて、何を飲み込んだか周囲にあるものから推測してください。
- ものによっては、ほんの少量でも生命に危険がある場合もあるので、子どもの周りに危険なものがないか、常に子どもの目の高さで確認しておきましょう。



様子を みても大丈夫

(通常の診療時間内に受診しましょう)

- タバコを少しだけかじった
- プラスチック、紙、ビニール、クレヨン、鉛筆の芯をかじった、インク、絵の具をなめた
- 硬貨を飲み込んでしまったが、呼吸が苦しそうでない(ほとんど必ず2日以内に便中に出てきます)



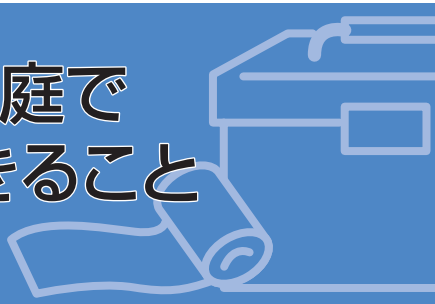
救急 外来

を受診しましょう



- 飲み込んだとたんに咳が始まった(気管や気管支に異物が入った可能性があります)
- 医薬品、洗剤、殺虫剤などを飲んだ
- 顔色が悪い
- 呼吸の状態がおかしい
- 嘔吐が止まらない
- けいれんを起こしている
→ 至急、受診が必要
- 意識がない
→ 至急、受診が必要

家庭で できること



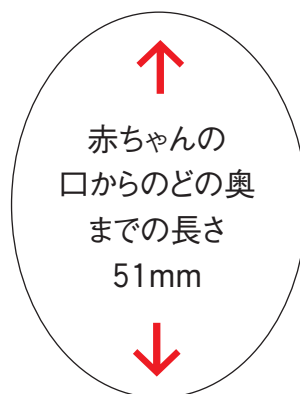
- 異物が口の中に見える時は、人差し指をほおの内側に沿って差し入れ、詰まっているものをかき出してください。あわててのどの奥に押し込まないように注意しましょう。
- のどに詰まっている時は、頭を下にして背中を叩いてください。
- 吐かせる時には、指をのどの奥に入れて舌を押し下げます。

ワンポイント アドバイス



- 自宅で応急処置ができない時や応急処置の方法がわからない時は、病院に電話連絡をしてからできるだけ速やかに受診しましょう。特に医薬品を含む化学物質は、時間が経過するほど処置の効果が出にくくなります。
- 受診に際しては、何を飲み込んだかという情報が重要です。飲んだものと同じもの、また、医薬品、洗浄剤、消臭剤、殺虫剤などの場合は、その成分がわかるような説明書や箱、ビンなどを必ず持参の上、受診しましょう。
- 洗浄剤や漂白剤、石油製品などは吐かせるとかえって危険ですので、すぐに受診しましょう。

この円の中に入るものは赤ちゃんの口に入ります



※3歳児が口を開けた時の最大口径は約39mm、
のどの奥までは約51mmあります。
この値を誤飲防止の目安にしましょう。



Q 誤飲や誤食はどの年齢に多いのですか？

A ハイハイが始まる7～8か月頃から4歳頃までです。子どもは、直径3センチ程度のものは簡単に飲み込んでしまいます。

Q 誤飲や誤食を防ぐ工夫はないでしょうか？

A 危険なものは、子どもが興味を示す容器（お菓子の箱やかわいい容器）には入れないようにしましょう。また、医薬品や洗剤、殺虫剤など化学物質やボタン電池、タバコなどは子どもの手の届かない所に置きましょう。特にジュースの缶を灰皿がわりにするのはやめましょう。

Q タバコを食べてしまったら、どうすればいいのでしょうか？

A タバコは味が悪く、たくさん食べることはほとんどありません。まず、その場に残っているものを確認してください。それから

吐かせてみましょう。タバコの成分のニコチンの吸収はゆっくりで、しかも吸収されると嘔吐を起こすので、重い中毒症状を起こすことはほとんどありません。2cm以上食べたようでしたら、すぐに受診しましょう。

しかし、水に溶けたニコチンは吸収されやすく、ニコチン中毒を起こすことがあります。灰皿の水やタバコの吸い殻が入ったジュースの缶などの残りを飲んだ場合は、至急、受診しましょう。

Q 応急処置がわからない場合はどうすればいいのでしょうか？

A 応急処置がわからない場合は、(財)日本中毒情報センター（中毒110番）に問い合わせてください。

○医療機関を受診するまでに家庭で行う応急措置

区 分		水を飲ませる	牛乳を飲ませる	吐かせる
タバコ	葉・吸い殻	×	×	○
	タバコを浸した溶液	○	○	○
強酸又は強アルカリ（洗剤、漂白剤等）		○	○	×
医薬品		○	○	○
石油製品（灯油、マニキュア、除光液等）		×	×	×
芳香剤、消臭剤		○	○	○
防虫剤（ナフタリン等）		○	×	○
香水・ヘアトニック		○	○	○
ボタン電池		×	×	×

(財)日本中毒情報センター（中毒110番）

つくば中毒110番：029-852-9999（365日9時～21時）

大 阪中毒110番：072-727-2499（365日24時間対応）

タバコ専用電話：072-726-9922（365日24時間対応 テープによる情報提供）

観察の ポイント

- 骨折は、かなり痛みが激しいものです。そっと曲げたり、少し動かしただけでも痛がります。また、内出血を起こすため、患部がはれて、しだいに黒ずんできます。

救急 外来

を受診しましょう



- 痛がって泣くとき
- 動かしたり、曲げたりできないとき
- 打ったりひねったりしたところがはれて、内出血のために黒ずんできたとき
- 冷や汗や顔面そう白、ぼんやりしているなどのショック症状が疑われるとき

家庭でできる応急手当



- 身のまわりのものを副木にして固定しましょう。

副木のあて方

指の場合

わりばしや細長く切ったボール紙などを副木にして包帯で固定します。



足の場合

いちばん痛みの少ない形をたもつように副木をあて、包帯で固定します。



腕の場合

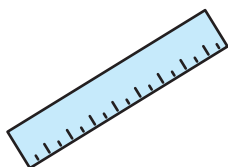


副木をあて、包帯で固定します。

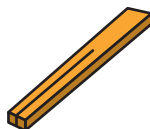


さらに三角巾で肩からつり下げて固定します。

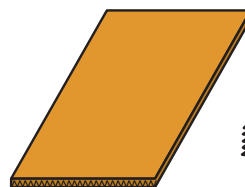
- 副木になるもの



ものさし



わりばし



ボール紙



雑誌

人工呼吸・心臓マッサージのしかた

意識を失っている（呼びかけ、刺激に反応しない）



119番通報



乳 児 (1歳未満)

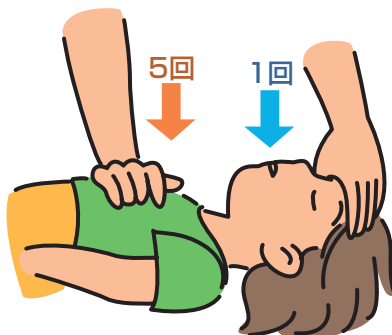


- 乳首を結んだ線の中央から足側に向けて人差し指～薬指を並べる。中指・薬指で胸の厚さの1/3程度くぼむまで圧迫する。
- 1分間に100回のペース
- 心臓マッサージ5回に、人工呼吸1回の割合

新 生 児 (生後4週未満)の場合

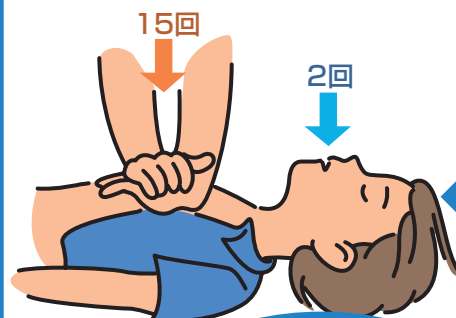
- 1分間に120回のペース
- 心臓マッサージ3回に、人工呼吸1回の割合

1～8歳未満



- 乳首を結んだ線の中央か、やや下を、片手のひらの付け根で胸の厚さの1/3程度くぼむまで圧迫する。
- 1分間に100回のペース
- 心臓マッサージ5回に、人工呼吸1回の割合

8歳以上



心臓マッサージと人工呼吸

- 乳首を結んだ線の中央か、やや下を、両手のひらの付け根を重ね、胸が3.5～5cm程度くぼむまで圧迫する。
- 1分間に100回のペース
- 心臓マッサージ15回に、人工呼吸2回の割合

気道確保

片手をおでこに当て、片手で
あご先を持ち上げる。



空気の通り道を確保すること

- 胸やお腹は動いていますか？
- 呼吸音が聞こえますか？
- 息を顔に感じますか？

YES

NO

呼吸がある場合は、
安静にして様子を見る。

人工呼吸 (まず2回)



1～1.5秒かけて

乳児 (1歳未満)

口と鼻を大人の口でおおい、息を
1～1.5秒かけて吹き込む。



鼻をつまんで…

小児 (1歳以上)

おでこに当てた手の指で鼻をつまみ、
口から息を1～1.5秒かけて吹き込む。

※吹き込む量は、胸が軽くふくらむ程度です。息が吐き出されたら2回目を行います。

呼吸・せき・動きなどの反応がありますか。

YES

NO

呼吸が不十分なら人工呼吸を続ける。

- 2人いれば、1人が心臓マッサージ、1人が人工呼吸を行う。
- 心臓が動き出し、自分で呼吸するようになったら止める。

※人工呼吸や心臓マッサージの方法については、最寄りの消防署、または日本赤十字社栃木県支部(☎028-622-4801)にお問い合わせください。

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、危険なものがないか常に確認しましょう。

子どもからできるだけ目を離さないようにすることが大切です。

月齢・年齢別で起こりやすい事故

月齢・年齢	起こりやすい事故	予防のポイント
新生児～6か月	窒息事故	● 寝具の環境を整える。 ・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ようにする。 ● 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ことがあるので、ベッドの柵は必ず上げておく。
7～11か月	転落・転倒事故 (縁側・玄関・ベビーカー・) (階段からの転落など)	● ハイハイやつかまり立ちができ、動き回るようになり、いろいろな事故が起こりやすくなるので、転落防止柵を設置するなど、あらかじめ家庭内の安全対策を行う。
	やけど 誤飲・中毒	● 子どもの身の回りや手の届くところに、やけどや誤飲につながるようなものは置かない。
1歳～4歳	溺水	● 浅い水でもおぼれることがあるので、浴槽の水は全て抜いておく。 ● 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。
	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 誤飲・中毒	● 危険なことをした場合には毅然とした態度でしかるなど安全のしつけをする。 ● 外出時、危険な場所では手をつなぐなど目を離さない。

子どもの安全チェックシート

子どもの事故は必ず起こります。心構えだけでは事故を予防することはできません。家の中や子どもの様子を思い出しながら、当てはまる項目に○印をつけてみましょう。1か月に1回チェックしてみてください。一番右の欄についた○印は危険性が高いのですぐに改善しましょう。

【乳児編（新生児～1歳5か月用）】

チェックポイント		答え		
1	チャイルドシート:体重が9kgを超え、1歳になるまでは、車の進行方向に対して後ろ向き、45度の角度で装着していますか？	はい	ときどき	いいえ
2	ベビーベッドの柵はいつも上げていますか？	はい	ときどき	いいえ
3	タバコ、化粧品、洗剤、薬などは、赤ちゃんの手の届かない1m以上のところに置いていますか？	はい	ときどき	いいえ
4	熱いお茶やコーヒー、カップラーメンなどをテーブルの端に置くことがありますか？	いいえ	ときどき	はい
5	ピーナッツなどの乾いた豆類を食べさせることがありますか？	ない	ときどき	よく与える
6	階段や段差があるところには、転落・転倒防止の対策がしてありますか？	はい	ときどき	いいえ
7	赤ちゃんが入らないように浴室の入り口は開かないような対策をしていますか？	はい	ときどき	いいえ
8	浴槽に水をためておくことがありますか？	いいえ	ときどき	いつも
9	家に消火器や煙探知機を備えていますか？	はい		いいえ
10	車または家の中に赤ちゃんを1人で置いておくことがありますか？	いいえ	ときどき	いつも

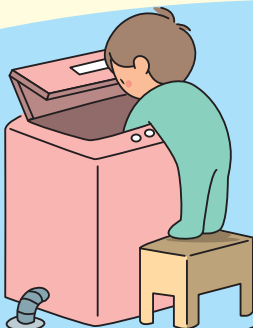
【幼児編（1歳6か月～小学校入学まで）】

チェックポイント		答え		
1	固定されたチャイルドシートの背もたれ部を強く前方に引っ張ったとき、車のシートとの間は10cm以内ですか？	はい		いいえ
2	ピーナッツなどの乾いた豆類、こんにゃくゼリーなどを食べさせることはありますか？	いいえ	ときどき	よく与える
3	ストーブ、アイロン、ポット、鍋など、やけどの原因となるものには子どもが触れないようにしていますか？	はい	ときどき	いいえ
4	ドアの蝶つがいの部分に指が入らないように工夫していますか？	はい		いいえ
5	歯ブラシやフォークなどを口にくわえたまま走り回ることがありますか？	ない	ときどき	よくある
6	階段や段差があるところには、子どもが落ちないような対策がしてありますか？	はい		いいえ
7	家に消火器や煙探知機を備えていますか？	はい		いいえ
8	ベランダに踏み台になるものを置いていますか？	いいえ		はい
9	三輪車や自転車に乗るときは、ヘルメットをつけていますか？	はい	ときどき	いいえ
10	水遊びをするときは、ライフジャケットをつけていますか？	はい	ときどき	いいえ

こんなところで事故が起きています

●洗濯機

水を入れたままにしない。
ふたを開けられないようにする。



●洗剤

手の届かない
ところに置く。



●お風呂場

浴槽に水を入れておかない。
浴室に鍵をつける。



●トイレ

子どもだけで入れない
ようにする。

●サッシ・引き戸・網戸

手をはさまないように工夫する。
転落しないように注意する。



●ベランダ

踏み台になりそうな箱
は置かない。

●ストーブ

ふれないように
柵をする。



●アイロン

手の届かない所
に置く。

●おつまみ・ボタンなど

ピーナッツ・あめ玉などは手の届
くところに置かない。



●テーブルクロス

使用しない。

●流しの下

扉が開かない
ようにする。



●鍋・フライパン

やけどする調理器や熱い
料理の入った物は注意。

●ポット

手の届かない所
に置く。



最寄りの医療機関

緊急の時のためにメモしておきましょう。

●かかりつけのお医者さん

医療機関名

電話番号

診療日

診療時間

メモ

●緊急の場合の医療機関

医療機関名

電話番号

診療日

診療時間

メモ

医療機関名

電話番号

診療日

診療時間

メモ

医療機関名

電話番号

診療日

診療時間

メモ

休日や夜間に診てもらいたいとき

- 休日や夜間には、当番診療所・当番病院や休日夜間診療所が開院しています。新聞や市町村の広報などであらかじめ確認しておきましょう。
- 当番日の医療機関・診療時間・診療科目は曜日等によって異なります。事前に必ず電話で確認してから受診しましょう。

救急医療体制

(平成18年12月現在)

医療圏	市町村名	初期救急医療体制			二次救急医療体制 (輪番制病院又は休日・夜間の小児科診療を行う救急病院)	
		休日の昼間	休日の夜間	平日の夜間		
宇都宮	宇都宮市	9:00～17:00	19:30～翌日7:00	19:30～翌日7:00	国立病院機構栃木病院 済生会宇都宮病院 宇都宮社会保険病院	☎028-622-5241 ☎028-626-5500 ☎028-653-1001
	河内町	宇都宮市夜間休日救急診療所(内科・小児科) ☎028-625-2211 在宅当番医制(上三川町:休日の昼間)				
	上河内町					
	上三川町					
鹿沼	鹿沼市	10:00～17:00	19:00～22:00	19:00～22:00(月・水・金)	上都賀総合病院 御殿山病院 西方病院	☎0289-64-2161 ☎0289-64-2131 ☎0282-92-2323
	西方町	鹿沼地区休日夜間急患診療所(内科・小児科) ☎0289-65-2101				
日光	日光市	9:00～17:00	19:00～22:30	森病院 川上病院 今市病院 獨協医科大学日光医療センター 日光市民病院	☎0288-22-1024 ☎0288-22-2311 ☎0288-22-2200 ☎0288-76-1515 ☎0288-50-1188	
		日光市立休日急患子ども診療所 ☎0288-30-7299				
芳賀	真岡市	9:00～17:00	18:00～21:00	18:30～21:30	芳賀赤十字病院	☎0285-82-2195
	二宮町					
	益子町					
	茂木町					
	市貝町					
	芳賀町					
栃木	栃木市	9:00～17:00	17:00～21:00	19:00～22:00	下都賀総合病院 下都賀郡市医師会病院 獨協医科大学病院 とちの木病院	☎0282-22-2551 ☎0282-22-0275 ☎0282-86-1111 ☎0282-22-7722
	都賀町					
	壬生町					
	大平町					
	岩舟町					
	藤岡町					
小山	小山市	10:00～16:00	在宅当番医制	在宅当番医制	小山市民病院 石橋総合病院 自治医科大学附属病院	☎0285-21-3800 ☎0285-53-1134 ☎0285-44-2111
	下野市	小山広域保健衛生組合 休日急患診療所(内科・小児科・外科) ☎0285-23-6832 在宅当番医制				
	野木町					
那須	大田原市	在宅当番医制	大田原市休日急患診療所 (内科・小児科) 18:30～21:30 ☎0287-23-6500	大田原市休日急患診療所 18:30～21:30(木)	大田原赤十字病院 菅間記念病院 那須中央病院 国際医療福祉病院	☎0287-23-1122 ☎0287-62-0733 ☎0287-29-2121 ☎0287-37-2221
	那須塩原市		黒磯那須地区休日急患診療所 (内科・小児科) 19:00～22:00 ☎0287-63-1100			
	那須町					
塩谷	矢板市	在宅当番医制	18:30～21:30 塩谷地区休日夜間子ども診療室 しおや(塩谷総合病院内) くろす(黒須病院内)	塩谷総合病院 黒須病院	☎0287-44-1155 ☎028-682-8811	
	さくら市					
	高根沢町					
	塩谷町					
南那須	那須烏山市	在宅当番医制	救急告示医療機関が対応	救急告示医療機関が対応	那須南病院	☎0287-84-3911
	那珂川町					
両毛	佐野市	9:00～16:30	19:30～22:30	19:30～22:30	佐野厚生総合病院 足利赤十字病院	☎0283-22-5222 ☎0284-21-0121
	佐野市医師会附属佐野休日・夜間緊急診療所(内科・小児科・外科) ☎0283-24-3337 (外科は休日のみ)					
両毛	足利市	10:00～16:00	在宅当番医制	在宅当番医制		
		足利市休日救急診療所 (内科・小児科) ☎0284-44-0816				

救命救急センター一覧

救命救急センター名	電話番号
栃木県救命救急センター（済生会宇都宮病院）	☎028-626-5500
足利赤十字病院救命救急センター	☎0284-21-0121
大田原赤十字病院救命救急センター	☎0287-23-1122
獨協医科大学病院救命救急センター	☎0282-86-1111
自治医科大学附属病院救命救急センター	☎0285-44-2111

●救急病院・救急診療所を知りたい場合は、最寄りの消防本部にお問い合わせください。

消防本部一覧

消防本部名	電話番号
宇都宮市消防本部	☎028-625-5500
足利市消防本部	☎0284-71-9222
鹿沼市消防本部	☎0289-63-1141
日光市消防本部	☎0288-21-0016
小山市消防本部	☎0285-22-1119
石橋地区消防組合消防本部	☎0285-53-1119
大田原地区広域消防組合消防本部	☎0287-22-3152
栃木地区広域行政事務組合消防本部	☎0282-22-0356
芳賀地区広域行政事務組合消防本部	☎0285-82-0119
黒磯那須消防組合消防本部	☎0287-62-0736
南那須地区広域行政事務組合消防本部	☎0287-82-2009
佐野地区広域消防組合消防本部	☎0283-22-4433
塩谷広域行政組合消防本部	☎0287-44-2513

こども救急ガイドブック編集委員名簿

氏 名	役 職 名
池 田 舜 一	栃木県医師会常任理事
池 田 齊	栃木県医師会常任理事
柴 恵 子	栃木県医師会常任理事
杉 田 憲 一	獨協医科大学小児科助教授
布 川 武 男	栃木県小児科医会会長
福 嶋 稔	栃木県医師会常任理事
四 元 茂	自治医科大学小児科学教室教授

(50音順、敬称略)

※参考文献

- 「子どもの救急ってどんなとき」茨城県・茨城県小児救急医療協議会
- 「子どもの救急ってどんなとき」群馬県
- 「お子さんの急病対応ガイドブック」(社)日本小児科医会

とちぎ医療情報ネット



- 病院や診療所を受診するにあたって、役立つ情報を提供します。
- いろいろな条件に合った医療機関を探したいときにご利用ください。
- ホームページ
<http://www.qq.pref.tochigi.jp/>
- モバイル版
<http://www.qq.pref.tochigi.jp/kt/>

とちぎ子ども救急電話相談

☎028-600-0099

ご家庭の電話がプッシュ回線の場合は、局番なしの#8000

相談時間

毎日 午後7時～午後11時

- お子さんが急な病気やけがで心配なとき、ご利用ください。
- 経験豊富な看護師が、家庭での対処方法などをアドバイスします。



こどもの救急ホームページ



- 日本小児科学会が監修した救急&予防サイトです。
- 発熱、けいれん、腹痛など、小さなお子さんの気になる症状ごとに、休日や夜間の診療時間外に病院を受診するかどうかの判断の目安を提供します。
- ホームページ
<http://kodomo-qq.jp/>

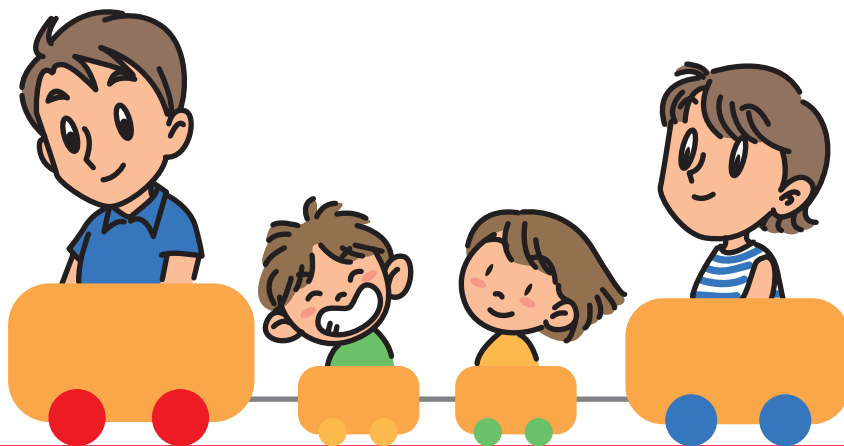
平成17年 3 月発行
平成18年12月改訂

編 集

社団法人 栃木県医師会
宇都宮市駒生町3337-1
☎028-622-2655

発 行

栃 木 県
宇都宮市塙田1-1-20
☎028-623-3157



こども救急ガイドブック