

もしもに備えて

こどもの救急

日本小児科学会の「こどもの救急」では、夜間や休日などの診療時間外に病院を受診するかどうか、判断の目安を提供しています。



対象者 生後1か月から6歳までのこども

小児救急電話相談

こどもの急な病気などに看護師が助言します。お気軽にご相談ください。



#8000 または ☎(099) 254-1186

相談時間

平日・土曜日 19:00～翌朝8:00
日曜日・祝日・年末年始 8:00～翌朝8:00

夜間におけるこどもの急な病気について、看護師等が応急処置や医療機関の受診の必要性などの助言を行います。おおむね15歳未満のこどもが対象です。

消防テレホンサービス

夜間・日曜当番医案内番号

☎(0996)27-1199

119番するとき

▶ 救急の場合は落ち着いてあわてず、下記の内容を伝えましょう。

● 救急であることを伝える



火事ですか？
救急ですか？

救急です



● 救急車に来てほしい住所、名前を伝える

住所 「薩摩川内市〇〇町〇〇...」

名前 「〇〇〇〇です」

● こどもの年齢・症状を伝える

年齢 「〇歳です」

症状 「〇〇〇〇です」

● あなたの連絡先を伝える

電話 「〇〇〇-〇〇〇〇-〇〇〇です」

※携帯電話からかける場合は、位置を正確に伝えるため、よくわかる目標物(付近の建物の名前や通りの名前、交差点)を伝えるようにしましょう。

※マイナ救急をスムーズに行うため、救急隊の到着までに、マイナンバーカードをお持ちでしたら、準備してください。

もしもに備えて



こんなときは **要注意!**

いつもと様子が違うのは、こどもからのサインです。
こどもの病気・症状をみるポイントを確認しましょう。

太字…119番するべき症状

顔色・表情

- **顔色がいつもと違う (明らかに悪い)**
- 表情がぼんやりしている
- 視線が合わない
- 目つきがおかしい
- 無表情である

目

- 目やにがある ● 目が赤い
- まぶたが腫れぼったい
- まぶしがる

耳

- 痛がる ● 耳だれがある
- 耳をさわる

胸

- **呼吸が苦しそう** ● **ゼーゼーする**
- 胸がへこむ

皮膚

- 赤く腫れている ● 湿しんがある ● カサカサしている
- すいほう かのう 水疱、化膿、出血している ● 紫斑がある
- 肌色が蒼白である ● 虫刺されで赤く腫れている
- 打撲のあざがある ● 傷がある

1 頭

- 頭を痛がって **けいれんがある**
- 強くぶつけて出血が **止まらない、意識がない**



7 手足

- **手足が硬直している**

3 鼻

- 鼻水がでる
- 鼻づまりがある
- 小鼻がピクピクしている (鼻翼呼吸)

5 □

- **口唇の色が悪い (紫色(チアノーゼ))**
- 口の中が痛い
- 舌がいちごの様に赤い

6 のど

- 痛がる ● 赤くなっている
- 声がかれている ● 咳がでる

睡眠

- 泣いて目がさめる
- 目ざめが悪く機嫌が悪い

食欲

- **水分が摂れず食欲がなく 意識がはっきりしない**
- 普段より食欲がない

9 お腹

- **激しいお腹の痛みで苦しがる**
- **嘔吐が止まらない**
- 張っていてさわると痛がる
- 股の付け根が腫れている

10 便・尿

- 回数、量、色の濃さ、においがいつもとちがう
- 下痢、便秘 ● **血便が出る**
- 白色便が出る ● 血尿が出る

出典 「保育所における感染症対策ガイドライン」(こども家庭庁)
[\(https://www.cfa.go.jp/policies/hoiku/\)](https://www.cfa.go.jp/policies/hoiku/)、
「救急車利用リーフレット」(総務省消防庁)
<https://www.fdma.go.jp/publication/portal/post9.html>
より加工編集して作成

全国版救急受診アプリ(愛称「Q助」)

症状の緊急度を素早く判断!!!救急車を呼ぶ目安に!!!
総務省消防庁が提供しているアプリです



もしもに備えて



こどもの目線で
見ると危険が
いっぱい!

おうちの危険箇所チェック

おうちの中には、こどもの興味を引く「危険」がたくさんあります。
あてはまる場所やものの位置をしっかりと確認して、事故対策を家族で考えておきましょう。

- ベランダ**
踏み台があると登って転落の危険
ベランダの柵の幅は大丈夫?
- キッチン**
刃物でのけが、熱い鍋などでのやけど
2歳くらいになると背伸びすれば
届くので注意が必要
- 階段**
転倒・転落
- 電気ケトル**
転倒時の湯漏れによるやけど
湯気(スチーム)をさわってのや
けど、コードをひっぱる・かじる
- ビニール袋**
窒息の危険、誤飲
- アイロン**
やけど
コードをひっぱる・
かじる
- テーブル**
テーブルクロスをひっぱって
上のものの落下によるけが
- おもちゃ**
誤飲
小さなおもちゃ
は誤飲の可能性
があり危険!

もしもに備えて

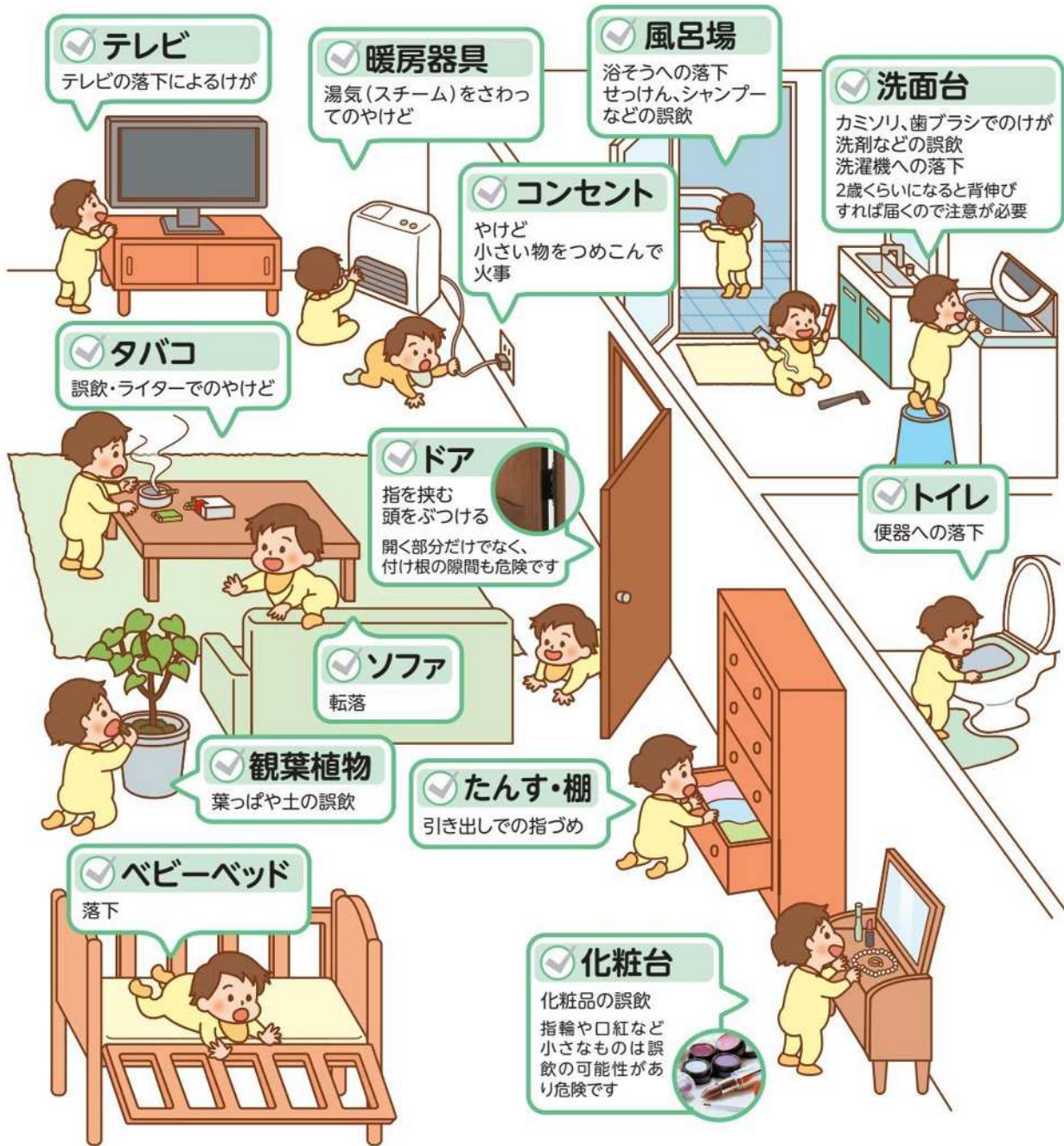
こんな時の対処法 ① 頭を強く打った!

意識がない場合は頭を高くして寝かせ、耳や鼻から血などの液体
が出ている場合は出ている方を下にして寝かせます。

その後すぐに救急車を呼びましょう。

※他にも、吐く・顔色が悪い・普段はかかないいびきをかくなど、
異変が見られる場合はすぐに病院へ連れて行きましょう。





こんな時の対処法 ② 胸やお腹を強く打った!

静かに寝かせて、様子を見ます。

打ち身やあざが出来た場合、冷たくしたタオルで患部を冷やしてあげましょう。

※顔色が悪い・吐くなどの異変が見られる場合、救急車を呼ぶか、すぐに病院へ連れて行きましょう。



もしもに備えて



！
こどもを
守る

防災グッズ チェックリスト

大人の防災グッズに **プラス** しよう！

いざという時のために、備えておきたい防災グッズ。大人の防災グッズにプラスして、こども用の防災グッズも見直し、備えておきましょう。



緊急避難！

おさんぽバッグに **プラス**

- ☑ 母子健康手帳
- ☑ 止血パッド
- ☑ 笛
- ☑ お菓子 (キャラメル・あめなどカロリーの高いものを少し)
- ☑ 抱っこ紐 (ベビーカーのときも持ち歩くと、避難時に便利です)



抱っこ紐はバッグに入る軽量タイプや、ウエストに収納するタイプが持ち歩きに便利！

自宅から避難！

非常持ち出し品に **プラス**

- ☑ 防災頭巾・ヘルメット 着て行く
- ☑ レインコート
- ☑ マスクや軍手
- ☑ 衣料品3日分 (特に下着)
- ☑ おむつ3日分
- ☑ おしりふき (ウェットティッシュ)
- ☑ 粉ミルク3日分 個包装の物が便利！
- ☑ 哺乳瓶 (使い捨てタイプ)
- ☑ こどもの食料3日分 (月齢に合った好きな物)
- ☑ 離乳食スプーン
- ☑ 食品用ラップ (スプーンや皿に巻けば汚さず使える)
- ☑ 紙コップ&ストロー
- ☑ 軽くて小さいおもちゃ おり紙など

もしもに備えて

こんな時の対処法 ③ やけどをした！

すぐに患部を流水や氷のうなどで冷やしましょう(20~30分が目安)。
 広範囲・全身にわたる場合はすぐに救急へ連絡してください。
 衣類は脱がさずそのまま冷やします。
 ※やけどは医師の診察を受けるまで、薬を一切使用しないでください。



災害後自宅で過ごすための!

非常用備蓄にプラス

- ☑ 飲料水7日分 (1人1日3リットル、粉ミルク用も)
- ☑ こどもの食料7日分 (月齢に合った好きな物)



ベビーフードはそのまま食べられる瓶や容器入りが便利

- ☑ 粉ミルク7日分
- ☑ おむつ&おしりふき7日分



「使える備え」にしよう!

こどもの防災グッズのそろえ方のコツ!



買い置きを備蓄に! 「ローリングストック」を活用!

普段から多めに買い置きをしストックにする「ローリングストック方式」を活用しましょう。年齢に合わせて変化していく非常食や消耗品(おむつなど)の管理がしやすくなります。



こどもの食べられるものを用意しよう!

防災用のお菓子やパン、フルーツの缶詰などこどもが食べ慣れたものや好物を用意してあげましょう。アレルギーがある場合は、少し多めにアレルギー対応食を用意しましょう。



年に1回、中身を見直そう!

持ち出し品は持ち出せる重さに!



ママでも持てたよ!

持ち出し品は最小限に、用途が併用できるものを活用しましょう。特に小さいこどもがいる場合、こどもを抱っこした状態で一緒に持てる重さか一度確認してみてください。

避難生活の不安をやわらげよう!



雑音が苦手な子はイヤーマフを

その子ならではの日常に必要なものがあれば用意を。また発熱材やカセットコンロ&ガスボンベを用意しておくと、温かいものを食べることができ、気持ちもほっと暖まります。

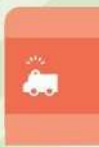
こんな時の対処法 4 鼻血が出た!

血液を飲み込まないように仰向けにせず、座らせたまま軽く下を向けさせます。その体勢のまま小鼻の上の方をつまみ、5分~10分圧迫します。ティッシュを詰めると鼻の中の血管を傷つけてしまうことがあるので、詰め物をする場合はやわらかい脱脂綿を使いましょう。

※20分以上血が止まらない場合や、出血がひどい場合は病院へ連れて行きます。



もしもに備えて



薩摩川内市
子育て応援ガイド

令和8年3月発行

発行

薩摩川内市／株式会社サイネックス



薩摩川内市HP



サイネックスHP

制作

株式会社サイネックス

〒543-0001 大阪府大阪市天王寺区上本町5-3-15

TEL.06-6766-3333(大代表)

広告販売

株式会社サイネックス 南九州支店

〒890-0034 鹿児島県鹿児島市田上6-8-20

TEL.099-253-6398

※掲載している広告は、令和8年2月28日現在の情報です。



見やすく読みまちがえにくい
ユニバーサルデザインフォント
を採用しています。

無断で複写、転載することをご遠慮ください。

QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です。

ママ、今日も 美味しいごはんを ありがとう

グリーンコープかごしま生協は
プレママも
応援します。

ママが毎日の食卓で口にする栄養は、
あなたの赤ちゃんへと届きます。
おなかの赤ちゃんに贈る、
最初のプレゼントは
「毎日のごはん」です。



「生命(いのち)を
育む食べもの」を
届けます

国産を追求し
不安なものは
使いません

できたての
手作りのような
優しく・安心・安全な
離乳食



離乳食
特設サイト

ママ応援キャンペーン!

赤ちゃんずくずく個配

重い荷物を持たない妊婦さん、
中々外へ出かけられない0歳児のご家庭へ

個別配送だから、**お手軽** **便利!**

お申し込みから1年間 **無料**
個人宅配の手数料

880円(税込)×12ヶ月 年間10,560円お得



↑無料サンプルの
申込みはこちらから

☎0120-349-017

グリーンコープかごしま生協

薩摩川内市
子育て
応援ガイド
2026年度版