

令和5年度
恵庭市

子どもの救急

対象年齢 0か月～6歳



もくじ

1. 緊急時の対応

救急車が必要なとき	1
<small>しんぱいそせいほう</small> 心肺蘇生法	2

2. こんな症状の時は

発熱	4
咳	5
頭痛／腹痛	6
吐く／下痢	7
けいれん（ひきつけ） ／じんましん・発疹.....	8
水分補給の方法	9

3. 感染症と出席停止期間について

.....	9
-------	---

4. 子どものけがと事故

.....	10
-------	----

5. 救急医療情報

.....	12
-------	----

6. 恵庭市の夜間・休日の診療体制

.....	13
-------	----

「子どもの様子がいつもと違う」というご家族の気づきも大切です。
そのような場合は迷わず相談・受診しましょう。日中であれば夜間
まで様子を見るのではなく、診療時間内に受診することが大切です。

1. 緊急時の対応

救急車が必要なとき

- ・意識がないとき ・呼吸困難 ⇒P2「心肺蘇生法」
- ・広範囲のやけど ・多量の出血
- ・ぐったりしていて顔色が悪く返事もしないとき 等

※上記以外の症状については、「2. こんな症状の時は（P4～9）」をご参照ください。



総務省消防庁「Q助」案内サイト

迷ったときは、
以下のQRコード
から確認!!



要請の仕方（基本的には指令員に聞かれたことに対して答えます）

- ①局番なしの「119」をダイヤルする
- ②「救急車をお願いします」と伝える
- ③次のことについて落ち着いて、冷静に伝える
 - ・住所、電話番号、場所の目印となる建物
 - ・子どもの名前、年齢、性別、体重
 - ・今の症状、あれば持病の病名とかかりつけ病院
- ④救急車が到着するまでの処置の方法を聞く

救急車の到着を待つ間に

- ①指示された処置を実施する
- ②健康保険証、お金、母子健康手帳、お薬手帳などを用意
- ③玄関の鍵を開けておく
- ④家族や近所の人がいれば、救急車が到着したときの誘導をお願いする

救急車で病院に行くとき（家にだれもいないとき）

火元の確認と戸締りを忘れずにする

119番からのお願い（恵庭市消防本部）

救急車は、緊急の処置が必要な方を一刻も早く医療機関へ搬送するための緊急車両です。生命に関わる病気やけがのときに一分一秒でも早い処置が受けられるよう、必要とするときは迷わず要請しましょう。

1. タクシー代わりや医療機関を探すための利用は間違いです。
救急車の適正利用にご協力ください。
2. 救急当番病院の問合せについては、
テレフォン案内Tel 0123-33-5000番（令和6年1月末終了）
をご利用ください。

しんぱいそせいほう 心肺蘇生法

救命処置の流れと手順

意識の確認

耳元で名前を呼び、軽く肩をたたくなどして、意識があるかを確認める
乳児の場合、足の裏を刺激することも有効です

反応(意識)なし

電話 119 番通報

周囲に協力者がいる場合、
「あなたは119番へ通報して下さい」
(ポイント：電話のスピーカー機能を利用すれば両手が使えます)
「あなたはAEDを持ってきてください」と依頼する

呼吸の確認

普段どおりの呼吸であれば、様子を見ながら救急隊を待つ
のどに異物がつまったとき **P3「気道異物の除去」**

呼吸なし

A. 胸骨圧迫(心臓マッサージ)を30回
B. 人工呼吸を2回(人工呼吸の方法を知っていて、出来る人は、胸骨圧迫と組み合わせて行う)

⇒詳しくは **P3**

「胸骨圧迫(心臓マッサージ)」
「人工呼吸」

このセットを2分間(5セット程度)繰り返す

呼吸なし

救急車が到着するまで
AとBを続ける

呼吸あり

気道を確保(頭を後ろへそらし、あご先を持ち上げる)し、そのまま救急車を待つ



※注1) AEDを使用する場合

- ・未就学児用電極パッドがないときは、小学生～大人用電極パッド同士が接触しないように気をつける。
- ・電気ショックを行ったら、直ちに胸骨圧迫(心臓マッサージ)を再開する。
- ・電気ショックが必要な場合、自動的に電気ショックが行われる機種(オートショックAED)もあります。オートショックAEDでは、傷病者から離れるように音声メッセージが流れ、カウントダウンまたはブザーの後に自動的に電気ショックが行われます。

《意識も呼吸もないときは…》

A. 胸骨圧迫（心臓マッサージ）

- ・ 1歳くらいまでは、2本指で
- ・ 1歳以上は、片手の手の付け根で



30回圧迫する

強さ 胸の厚さ3分の1程度押し込む
速さ 1分間に100～120回の速さで絶え間なく圧迫する

圧迫位置 両乳頭を結んだ線の中央の少し足側

△呼吸が戻らない時は、救急車が到着するまで心肺蘇生法（心臓マッサージ・人工呼吸）を続ける

B. 人工呼吸

人工呼吸を行うとき

※顔をこどもの口元に近づけ、呼吸音や空気の流れを感じないとき

※人工呼吸の方法を知っていて、出来る人は、胸骨圧迫と組み合わせて行う

- ・ 1歳くらいまでは、口と鼻を一緒に覆う
- ・ 1歳以上は、鼻をつまんで口を大きく覆う



2回息を吹き込む

息の量 胸が軽く上がる程度を1秒かけて

《のどに異物が詰まってとれないときは…》

気道異物の除去

- ・ うつぶせにして背中を数回連続して（5回程度）強く叩く

P11「窒息・喉つまり」



参考：救急蘇生法の指針 2015

2. こんな症状の時は

発 熱

すぐに受診したほうがよい時

生後3か月未満の赤ちゃんで38℃以上の熱があるとき

40℃以上の熱があるとき

38℃以下でも以下の症状がある場合

- ・声をかけても反応せず、ぐったりしているとき ⇒**救急車を呼ぶ**
- ・呼吸が苦しそうなとき
- ・下痢・嘔吐をくりかえすとき
- ・水分がとれないとき
- ・不機嫌で何をしても泣きやまないとき
- ・顔色が寝ていると良いが、座るとあおくなるとき

けいれんしたとき **P8「けいれん(ひきつけ)」**

例外として、36℃以下のとき

受診先 小児科・内科へ

ホームケア

*体を冷やして熱を下げる。わきの下や太ももの付け根を、タオルを巻いたアイス枕・保冷剤などで冷やす。

△嫌がるときは無理に冷やさない

△冷やしすぎに注意する

*脱水に注意し、こまめに水分を与える **P9「水分補給の方法」**

*病院で処方された薬を与える



せき 咳

すぐに受診したほうがよい時

激しく咳き込んで息苦しく、横になれない、眠れないとき
突然咳き込んで止まらないとき
胸を痛がる時
声がかすれたり、高い声が出なくなったとき
咳き込んで何度も吐くとき
座って息をする方が楽なとき
犬の遠吠えに似た乾いた咳をしているとき

受診先 小児科・内科へ

ホームケア

- ＊部屋が乾燥しているときは加湿する
- ＊咳でつらそうなときは、本人が一番楽な姿勢をとらせる

△呼吸困難のサイン

- ・呼吸の回数が多い ・苦しそうにうなっている ・顔色が悪い
- ・息を吸い込むとき胸の一部がへこむ
(座らせてのどぼとけの下部分が、息を吸うたびに引っ込む)
- ・息を吸うとき小鼻が開くような息づかいをする
- ・息苦しくて息が吸えないとき



頭 痛

すぐに受診したほうがよい時

けいれんがあるとき ⇒救急車を呼ぶ

発熱があり顔色が悪くグッタリしているとき

何度も吐くとき

頭を打ったあと、元気がなかったり、いつもと様子が違うとき

受診先 小児科・内科へ、頭を打ったときは脳外科へ

ホームケア

＊病院で処方された薬を使用する

＊本人が楽な姿勢で、安静にする

＊熱があれば普段より多く水分を与える ⇒P4「発熱」P9「水分補給の方法」

腹 痛

すぐに受診したほうがよい時

5～10分おきくらいに泣いたり機嫌がなおったりを繰り返すとき

泣くときに足をおなかに引き寄せるとき

顔色が悪く、グッタリして元気がないとき

繰り返し吐いたり、機嫌が悪いとき

便に血が混じっているとき

同じ場所をずっと痛がったり、痛みが持続して増してくるとき

おなかがぱんぱんに張っているとき

足の付け根が腫れて痛がる時

受診先 小児科・内科へ

ホームケア

＊衣服を緩め、本人が一番楽な姿勢をとらせる

＊寒がるときは、体を保温する

＊水分は飲むことができれば与えたほうが良い。食べ物は、吐き気が強くなり食べられれば、油分の多い物は避けて消化の良い物を与える

吐 く

すぐに受診したほうがよい時

意識がもうろうとしているとき ⇒救急車を呼ぶ
高熱・頭痛を伴っているとき
下痢があり、水分をとれないとき
機嫌が悪く、下痢や便に血が混じっているとき
繰り返し吐くとき（1日3回以上）
吐いた物に血が混じっていたり、緑色のとき
吐き気が1日以上続き、便がでないとき
おなかがぱんぱんに張っているとき



受診先 小児科・内科へ

ホームケア

- *吐いたものが気管に入らないように、頭を低くし、顔を横向きにして寝かせる。
吐いたら口の中のを指でつまみ出す
- *吐き気がおさまらず水分を欲しがったら、少しずつ与えてみる
⇒P9「水分補給の方法」

下 痢

すぐに受診したほうがよい時

吐いて、水分がとれないとき
便に血が混じっているとき
高熱があったり、腹痛が強いとき
黒いタール便や、白やクリーム色の便が出て白目が黄色いとき
体重が減っておしっこの回数が減り、皮膚が乾燥しているとき

受診先 小児科・内科へ

ホームケア

- *水分をこまめに与える ⇒P9「水分補給の方法」
△目安として、1日最低でも3回以上の排尿があるように
- *おしりはかぶれないよう、うんちをしたらすぐにオムツを交換し、おしりはシャワーや座浴で洗い、清潔に保つ。

けいれん（ひきつけ）

すぐに受診したほうがよい時

- 5分以上続く時 ⇒救急車を呼ぶ
- 数分でおさまっても、また繰り返すとき ⇒救急車を呼ぶ
- 初めてのひきつけや、高熱を伴って長く続くとき
- うわごとをいい、意識がはっきりしないとき
- 頭部打撲の後（できれば脳外科受診が望ましい）
- 熱が出てから24時間以上たってけいれんしたとき

受診先 小児科へ

ホームケア

- *あわてず、衣服をゆるめ、吐いた物を飲み込まないように顔を横に向ける
- *けいれんの様子（左右差）や持続時間、体温などを確認する
- *ゆすったり、叩いたりせず、落ち着いて平らなところに寝かせる
- *口の中に指や箸などを入れないようにする

じんましん・^{ほっしん}発疹

すぐに受診したほうがよい時

- 呼吸がゼーゼーしているとき ⇒救急車を呼ぶ
- 顔色が悪くグッタリして、発疹がどんどん広がるとき ⇒救急車を呼ぶ
- かゆみが強い
- 発熱があるとき

受診先 小児科へ 皮膚症状だけのときは皮膚科か小児科へ

ホームケア

- *かゆみが強くないときや、発疹が数個だけならその部分を冷やして様子を見る
- *原因となる食べ物があれば避けるようにする

水分補給の方法

発熱した時や、吐く、下痢等による脱水状態を防ぐため、水分の補給が大切です。

- ・少量を繰り返し飲ませる

△ 吐き気があるときは、とくにゆっくり繰り返し与える

- ・吐いた後は、30 分程度あけてから少量ずつ(30～50cc)与える
 - ⇒ それでも吐く場合は、スプーン 1 杯ずつ与える
 - ⇒ その後吐かなければ、30 分おきに少しずつ量を増やして与える

- ・何も口にしてくれないときは、氷をガーゼで包みしゃぶらせる
- ・水だけよりも、塩分と糖分を含んだ経口補水液の方が効果的（スポーツドリンクでもよい）。

△ 経口補水液の作り方：水 1ℓ＋砂糖 40g＋塩 3g＋好みでレモン

3. 感染症と出席停止期間について

病院で下記の感染症と診断された場合には、主治医と相談の上、保育園や幼稚園、学校等に申し出てください。（学校保健安全法施行規則第 18 条より）

感染症の種類	病名	出席停止期間
第二種	インフルエンザ (鳥インフルエンザを除く)	発症した後(発熱の翌日を 1 日目として)5 日を経過し、かつ解熱した後 2 日(幼児は 3 日)を経過するまで
	百日咳	特有の咳が消えるまで。又は 5 日間の適正な抗菌剤治療が終了するまで
	麻疹(はしか)	解熱した後 3 日を経過するまで
	流行性耳下腺炎 (おたふく)	耳下腺、顎下腺又は舌下腺の腫脹が発現した後 5 日を経過し、かつ全身状態が良好になるまで
	風しん	発疹が消失するまで
	水痘(みずぼうそう)	全ての発疹がかさぶたになるまで
	咽頭結膜熱(プール熱)	主要症状が消失した後 2 日を経過するまで
第三種	溶連菌感染症、 マイコプラズマ感染症、 手足口病 等	症状により学校医その他の医師において感染のおそれがないと認めるまで

4. 子どものけがと事故

頭を打つ ⇒ 脳外科へ

△ベビーベッドは柵を必ず上げる。乳児を一人でソファに寝かせない。

△玄関や階段には柵をつけ、ベランダや窓際には箱や家具など踏み台になるものを置かない

歯のけが

ぶつけるなどして

- ・ 歯が欠けたり抜けたとき
 - ・ 位置がずれたとき（脱臼^{だっきゅう}）
 - ・ 歯の痛みが激しいとき
- ⇒ すぐに歯科医院へ

△上唇の中央から歯茎にのびる筋（上唇小帯）が切れて出血していたら、圧迫し止血します。



※抜けた歯の根は持たない

- ① 汚れていたら牛乳か水道水でサッとあらう（20秒以内）
- ② コップに牛乳と歯を入れる（乾燥を防ぐ）
- ③ それをもって急いで歯科医院へ行く（30分以内が望ましい）

やけど（熱傷^{ねっしょう}）

⇒流水で患部を冷やす（最低20～30分は冷やす）

△小さい子は冷やしすぎに注意

⇒服を着た部分のやけどの場合、脱がさずに服の上から水をかける
または、ポリ袋に氷と水を入れて冷やす

△冷却ジェルシートは使わないこと

（じわじわと冷やすため、やけどには適しません）

3度熱傷	白くて痛みは少なく水ぶくれがない、黒い ⇒病院へ
2度熱傷	水ぶくれがあり、皮膚の色が赤いもしくは白い ⇒皮膚科または病院へ
1度熱傷	赤くピリピリ痛い ⇒小児科・皮膚科へ 面積が広いときは、病院へ △時間がたつと水ぶくれになることがあるので、変化を観察する △水ぶくれは破ってはいけない

おぼれる^{できすい}（溺水）

呼吸がない時 ⇒ ①人工呼吸・胸部圧迫（心臓マッサージ） **P2「心肺蘇生法」**
②119番に電話 **P1「救急車が必要なとき」**

窒息^{のど}・喉つまり

⇒ ①異物がのどに詰まったときは背中を叩き取り除く **P3「気道異物の除去」**
②人工呼吸・胸骨圧迫（心臓マッサージ）をし **P2「心肺蘇生法」**
③119番に電話 **P1「救急車が必要なとき」**
△ゼリーやあめなどの菓子類、果物類による0～6歳児の窒息事故が多いため、
食べるときに注意をする。
△寝返りする頃までは布団・タオル・枕など柔らかいものに注意が必要。
△豆やナッツ類など小さくて硬いものに注意し5歳以下の子どもには与えない。

異物をのみこんでしまったら（誤飲）

- ・酸性・アルカリ性製品
⇒ 吐かせずに、牛乳・ミルクを飲ませる
- ・石油製品（灯油・マニキュア・除光液・液体殺虫剤など）
⇒ 吐かせない。また、水分は飲ませない。
- ・界面活性剤を含んでいる洗剤
⇒ 牛乳・ミルクを飲ませる
- ・たばこやたばこの浸かった液を飲んだとき
⇒ 水分は飲ませない
※30分くらいして吐いたり、顔色が悪いとき
※4時間何もなければ大丈夫だが、症状がでたら受診する
（2cm以下は一般的には大丈夫）

⇒ **すぐに病院へ**

△迷った時は病院へすぐ電話 **P12「急なときの連絡先」日本中毒情報センター**
△その他ボタン電池や家庭用磁石入り絆創膏、硬貨、薬などを飲み込んだ時は、
すぐに病院へ

ねっちゅうしょう

熱中症 ⇒水分を与えて、からだを冷やす **P9「水分補給の方法」**

△グッタリして意識が低下していたら ⇒ **すぐに病院へ**
△直射日光が長くあたる場所や、車中や夏に閉めきった室内にこどもだけに
しない

5. 救急医療情報

急な病気・けがの対処についてのアドバイス

夜間のこどもの急な病気やけがのときに、症状に応じた助言を受けられます。
※育児相談はご遠慮ください。

* 子ども医療電話相談（北海道小児救急電話相談）	
受付時間	19:00～翌朝8:00（365日）
電 話	011-232-1599（いーこ きゅうきゅう）
短縮ダイヤル	#8000（プッシュ回線・携帯電話）

たばこや家庭用品などによる急性中毒について

化学物質（たばこ、家庭用品など）、医薬品、動植物の毒などによって起こる急性中毒事故が発生している場合に限定して情報提供されています。

* 公益財団法人 日本中毒情報センター 一般専用電話（情報提供料 無料）	
大阪中毒 110 番	072-727-2499 *365日 24 時間対応
つくば中毒 110 番	029-852-9999 *365日 9:00～21:00 対応
たばこ誤飲事故専用 電話	072-726-9922 *365日 24 時間対応 自動音声応答による情報提供
ホームページ	http://www.j-poison-ic.jp

救急当番医や受診可能な医療機関を探すときに

* 北海道救急医療・広域災害情報システム	
ホームページ	http://www.qq.pref.hokkaido.jp
* 救急医療情報案内センター △医療相談は行っていません	
フリーダイヤル	0120-20-8699
携帯電話・PHS の方はこちら	011-221-8699

こどもの救急に関するホームページ

生後 1 か月～6 歳のこどもの気になる症状と対応についてのサイトです。

* 公益社団法人 こどもの救急 日本小児科学会

ホームページ	http://kodomo-qq.jp 厚生労働省研究班 / 公益社団法人 日本小児科学会により監修
--------	---

6. 恵庭市の夜間・休日の診療体制

急病時に診療を受けられる医療機関

診療科目	内科・小児科系	外科（けが等の外傷）
医療機関	夜間・休日 急病診療所	救急当番 医療機関
電話	(0123)25-5891	電話案内(0123)33-5000 (令和6年1月末終了)
平日 (月～金)	20 時～翌朝 7 時 (受付は翌朝 6 時 30 分まで)	18 時～ 21 時 30 分
土曜日	14 時～翌朝 7 時 (受付は翌朝 6 時 30 分まで)	14 時～ 20 時
日曜日 祝日	9 時～翌朝 7 時 (受付は翌朝 6 時 30 分まで)	9 時～ 20 時
年末年始 (12/29～1/3)	休診	9 時～翌朝 9 時 (内科・外科系)

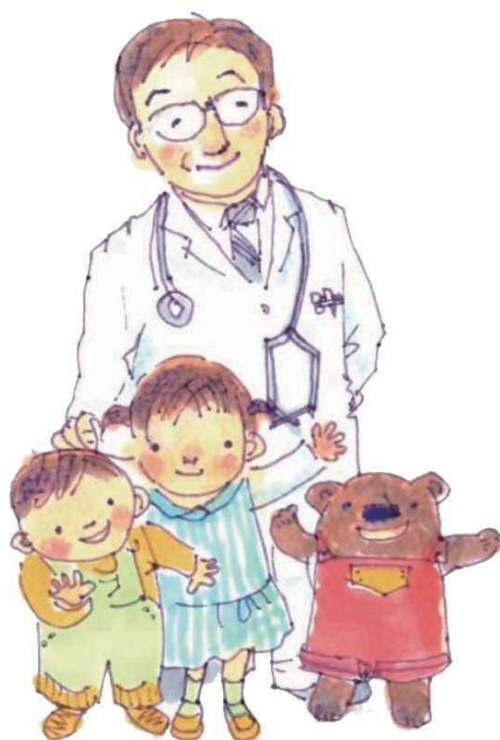
歯 科 休日救急歯科当番医

恵庭市・千歳市・北広島市歯科医師会の歯科医院が、当番制で休日などの診療を行っています。詳しくは、当該月の市広報誌「市民くらしのカレンダー」、市ホームページでご確認ください。	(日曜・祝日・年末年始のみ) 9 時 30 分～ 12 時 30 分
--	---------------------------------------

恵庭市夜間・休日急病診療所からのお願い

恵庭市夜間・休日急病診療所は子どもから大人まで対応するために内科・小児科系診療を行っておりますが、小児科専門の診療所ではありません。このため、専門医による診療や検査には応じられない場合があります。あらかじめご理解のうえ受診されますようお願いいたします。

△当日の担当医師については、当診療所へご確認をお願いします。



発行日 令和5年4月 第12版
監修 一般社団法人 恵庭市医師会
発行 恵庭市 子ども未来部
えにわっこ応援センター
〒061-1498
恵庭市京町1番地 恵庭市役所
Tel 0123-33-3131