



## 3～4か月児 健診用

**子どもの事故はちょっとした気配りで防げます。  
事故を防ぐためのポイントをまとめてみました。**

### 1. ベビーベッドの柵はいつも上げておきましょう。

赤ちゃんの発達は早く、まだ動けないから大丈夫と思っていてベッドの柵を下けたままミルクを作りに行ったり、オムツを取りに行ったり、赤ちゃんから目を離れたときに転落事故は起こっています。赤ちゃんをベビーベッドに寝かせるときは必ず柵は上げておきましょう。



### 2. ソファーの上に赤ちゃんを一人で寝かせたままにしない。

3か月ぐらいになると、赤ちゃんは手足をバタつかせ動き、頭の方へずりあがったりします。5か月を過ぎると早い赤ちゃんは寝返りが打てるようになるので、ソファーなど高いところに赤ちゃんを寝かせるときは、目を離すことができません。赤ちゃんは動くものだとすることを忘れずに、高いところに寝かせたままにしないようにしましょう。



### 3. 階段の上下階には転落防止用の柵を取り付けましょう。

ハイハイが始まると探索行動が活発になり、階段や段差があるところでは目が離せません。ちょっと目を離れたときに階段を上り下りすることができないよう、階段の上下両側に柵を取り付け、閉め忘れのないようにしましょう。玄関や縁側など高い段差がある場所には一人でいけないようにしておきましょう。



### 4. テーブルなど家具のとがった角には、コーナークッションなどでガードをしましょう。

赤ちゃんは頭が重いので、しっかりとお座りができない頃は、バランスを崩して前のめりをしたり、後ろに倒れたりして、テーブルの角や床のおもちゃに頭やおでこをぶつけてしまいます。つかまり立ちや伝い歩きの頃は転倒がつきもので、転んだ先の家具や柱の角に、顔や口をぶつけて打撲したり切傷したりします。家具はなるべき丸みのあるものを選び、角にはクッションテープなどを取り付け、ぶつかったときの衝撃を和らげる工夫をしておきましょう。



### 5. 子どもの椅子は安定のよいものを使用しましょう。

椅子に座っているとき、テーブルを足でつけた勢いで赤ちゃんが椅子ごと倒れたり、椅子によじ登って転落したり、ベビーカーやショッピングカートからいきなり立ち上がったって転落してしまう事故があります。

子ども用の椅子は安定のよい倒れにくいものを選びましょう。ハイチェアやベビーカーに座らせたら必ず安全ベルトをしめ、乗り降りするときは大人が行うようにしましょう。



### 6. タバコや灰皿はいつも赤ちゃんの手の届かない所に置きましょう。

赤ちゃんは大人が口にくわえるタバコに興味があり、手の届くところにある物がかめるようになると誤飲事故が多くなります。タバコや灰皿は必ず手の届かない所に置きましょう。また、液体に溶けたニコチンは吸収が早く、一口飲んだだけでも危険なので、飲み残しの缶を灰皿代わりに使用するのはいけません。



### 7. ボタン電池や硬貨、指輪などの小物は手の届かない所に片付けましょう。

赤ちゃんは何気なく床やテーブルの上に置いてある小物をつまんで口に入れてしまいます。赤ちゃんの口の大きさは最大32mmなので、これより小さなものは飲み込んでしまいます。

異物を飲み込んだ場合、普通48時間以内に便と一緒に排出されますが、心配な場合はかかりつけ医に相談しましょう。ボタン電池を飲み込んでしまった場合はすぐに病院を受診しましょう。部屋の中の小物は整理整頓しておき、自宅だけではなく、実家やよその家に外出した時も注意しましょう。



### 8. ビニール袋は手の届かない所に片付けましょう。

シールやラップをはがして遊んでいて、飲み込んでのどに詰まらせてしまったり、ビニール袋を頭からかぶって、鼻や口をふさいでしまうなどの事故が起きているので、スーパーやコンビニ、クリーニングのビニールの袋には注意が必要です。

また、歩けるようになると、壁にかけてある袋やひもに首をかけて窒息してしまう事故も起こっています。ビニール袋やラップは手の届かないところに収納し、おもちゃ代わりにして遊ばせないようにしましょう。



### 9. 母乳やミルクを飲ませた後はゲップをさせてから寝かせましょう。

赤ちゃんは母乳やミルクを飲んだ後、排気が十分でないと乳をもどし、気管に入ると窒息してしまいます。母乳やミルクを飲ませた後はゲップをさせてから寝かせ、寝かせてから10～15分は気をつけて見ているようにしましょう。

離乳食が始まったら食べ物は硬さや大きさ、口の中に入れる量を考え食べさせましょう。



### 10. ポットや炊飯器は赤ちゃんの手の届かない所に置きましょう。

赤ちゃんはハイハイができるようになると、床に置いてあるポットにつかまり立ちをしてひっくり返したり、電気コードを引っ張ってお湯をこぼしたり、炊飯器の蒸気の噴出し口に手や顔を近づけてやけどをしてしまう事故が多くあります。

ポットや炊飯器、熱いなべ等は赤ちゃんの手の届かない所に置きましょう。

ポットにはロックをかけ、余分なコードは巻き取っておきましょう。

