

# もしものとき



## 子どもを事故から守るために

子どもにケガはつきものとは言え、不慮の事故は、幼児の死亡原因の第1位です。大人にとって何でもないことでも、家の中でさえ赤ちゃんには危険がいっぱい!事故の起こりやすい場所を知って、予防したり危険を取り除いておきましょう。

## インフォメーション

東京都福祉局「TOKYO子育て情報サービス」

[https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/kodomo/kosodate/info\\_service/](https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/kodomo/kosodate/info_service/)  
「子育てベビーガイド」と「子どもの事故防止応急手当ガイド」があります。

## 家の中の危険対策チェック

### キッチン・ダイニング

- 鍋や炊飯器などやけどの恐れがあるものや包丁などの刃物は、子どもの手の届かないところに置く
- 子どもが小さいうちは、テーブルクロスの使用を控える(子どもがひっぱって物が落ちてしまう危険があります)
- 食べ物や飲み物をテーブルの端に置かない

### トイレ・洗面所

- 化粧品や洗剤、消臭剤など、子どもが誤飲しそうなものは手の届かないところに置く
- 洗濯機やトイレのふたは常に閉めておく(覗き込んだ拍子に転落する危険があります)

### 浴室

- 入浴時以外は浴槽のお湯を抜いておく
- 浴室の入口は常に閉めておく
- 入浴時は出来る限り子どもから目を離さない

### ベランダ

- 室外機やイスなど、柵を越える踏み台となるようなものを置かない
- 子どもが1人でベランダに出してしまわないよう、窓には常に鍵をかけておく

### リビング

- テーブルや床に誤飲の危険があるものを置かない(タバコ、ボタン電池、硬貨、その他小さな部品など)
- テーブルや棚の角には、ぶつかって怪我をしないようにクッションやカバーをつける
- コンセントは感電防止のためにカバーなどをつける(ヘアピンや鍵、針金を差し込んで感電する恐れがあります)
- やけどの恐れがあるアイロンは、使用後も子どもの手の届かないところに置く
- ヒーターは子どもが触らないよう安全柵を設ける

### その他

- 階段や段差など転倒・転落の恐れがあるところには、安全柵を設ける
- ドアや引き戸などは手をはさむ恐れがあるため、子どもが近くにいるときは注意する



お子さま、ご家族に寄り添う地域のかかりつけ医を目指して



Koganei  
Family  
Clinic

# 小金井 ファミリークリニック

Koganei Family Clinic



## 内科・小児科

症状に対する対処療法だけではなく、普段の生活などを伺いながら、お困りごとの根本を解決できる治療、アドバイスを心がけております。

## 予防接種

小金井市の乳幼児定期予防接種(無料)に対応しております。任意予防接種※もお受けします。接種スケジュールのご相談もお気軽にお電話ください。  
※任意予防接種の費用についてはホームページをご確認ください。

## ご家族皆様で 受診して いただけます

お子さまだけではなく、パパママ、おじいちゃんおばあちゃんも一緒に受診していただけます。



小金井  
ファミリークリニック

Koganei Family Clinic



<https://koganei-family-cl.com/>

# 042-382-3633

〒184-0004 小金井市本町1丁目13番13号

休診日 土曜午後、日、祝日

受付時間 午前/9:00~12:00 午後/15:00~18:00

## 急に困った!そんな時には……

### 市内の救急指定病院

小金井太陽病院	TEL 042-383-5511
---------	------------------

### 夜間救急病院

#### 一夜間診療担当医療機関案内

東京消防庁 救急相談センター	TEL 042-521-2323
-------------------	------------------

### 市外の救急指定病院

公立昭和病院	TEL 042-461-0052
武蔵野赤十字病院	TEL 0422-32-3111
都立多摩総合医療センター	TEL 042-323-5111
都立小児総合医療センター	TEL 042-300-5111
杏林大学医学部 附属病院	TEL 0422-47-5511

## 休日診療・休日歯科診療

小金井市には70か所以上の医療機関と50か所以上の歯科医院があります。「わたしの便利帳」に病院、医院が診療科目別に掲載されています。市内の医療機関はお互いに連携を持ち、必要に応じて他の専門医を紹介し、子どもの医療に当たっています。診療時間を確かめて、まずは「かかりつけ医」「かかりつけ歯科医」に診てもらいましょう。

※子どもひとりひとりのからだところの成長を長い目で見守り、アドバイスや医療のサポートをしてくれるのが「かかりつけ医」「かかりつけ歯科医」です。気軽に相談や質問のできる相性の良い医師・歯科医師を、乳幼児期の健診・相談事業の際にさがしましょう。

市では、医師会と歯科医師会に入っている医師に、輪番で休日の応急診療をお願いしています。

<診療日> 日・祝日・年末年始

<診療時間> 休日一般 受付9:00~12:00、13:00~17:00 準夜 受付17:30~21:00  
休日歯科 9:00~12:00、13:00~17:00

当番の医療機関は、市報「こがねい」と市ホームページ休日診療欄をご覧ください。

### ! 上記の診療時間以外の場合

公立昭和病院	小平市花小金井8-1-1 TEL 042-461-0052	休日の24時間救急医療体制を整えています。 (内科系・小児科・外科系) ※来院の際は、あらかじめ電話でお問い合わせください。
武蔵野赤十字病院	武蔵野市境南町1-26-1 TEL 0422-32-3111	365日24時間小児救急医療に対応しています。



# MEMO

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

# 災害に備えて

いつ起きるかわからない災害に向けて、子どもと家族の安全を守れるように準備しておきましょう。



## ●いざという時のために確認しておきましょう

### 連絡方法

家族が別々の場所にいるときに災害が発生した場合に備えて、日頃から安否確認の方法や集合場所などを話し合っておきましょう。

災害時には、携帯電話の回線がつながりにくくなる場合もあります。その場合には以下のサービスを利用しましょう。

#### 災害用伝言ダイヤル171

局番なしの「171」に電話をかけると伝言の録音と再生ができます。

#### 災害用伝言板

インターネットを利用して文字情報を登録したり、登録された情報を見たりすることができます。

### 避難場所や避難経路

いざ災害が起きたときにあわてずに避難するためにも、自治体のHPや防災マップ、ハザードマップを確認し、避難場所や避難経路を事前に確認しておきましょう。



## ●日頃から備えておきましょう

### 家具の置き方

家具は転倒しないように壁に固定し、寝室や子ども部屋にはできるだけ家具を置かないようにしましょう。すぐ手の届くところに、懐中電灯やスリッパ、ホイッスルを備えておくことで安心です。

### 食料・飲料など

電気やガス、水道などのライフラインが止まった場合に備えて、普段から飲料水や保存の効く食料などを準備しておきましょう。また、自宅が被災したときは、避難生活を送ることになります。もしものときに、いつでも持ち出せるように**非常用持ち出しバッグ**を準備しておきましょう。

## 非常用持ち出しバッグの内容例



- 飲料水、食料品(カップめん、缶詰、チョコレートなど)
- 貴重品(預金通帳、印鑑、現金、健康保険証、マイナンバーカードなど)
- 救急用品(ばんそうこう、包帯、消毒液、常備薬など)
- ヘルメット                       マスク     軍手         懐中電灯
- 携帯電話の充電器               衣類         毛布         タオル
- 使い捨てカイロ                 ウェットティッシュ         携帯トイレ など

### 乳幼児用として下記の物も準備しておきましょう

- 母子健康手帳     紙おむつ         ミルク         哺乳瓶か紙コップ
- 清浄綿             おしりふき       抱っこひも     授乳服かケープ など

※首相官邸ホームページ(<https://www.kantei.go.jp/jp/headline/bousai/sonae.html>)の情報をもとに株式会社ジチタイアドが作成したものです。



## 身近な物で作る代用品を知っておきましょう

- 災害時には断水や停電が起きたり物資が不足することで、ふだんより不便な生活を強いられることが予想されます。そんな時、ラップや新聞といった日用品で代用品を作ることができます。

### 簡易オムツ

[必要な物] レジ袋、  
水を吸う物(紙・タオルなど)

- 1 ビニールの持ち手の端と両脇を切ってひらく
- 2 水を吸う物を畳んで置きます
- 3 お尻の下にひく
- 4 左右を結んで完成

### キッチンペーパーマスク

[必要な物] キッチンペーパー、輪ゴム、  
ホッチキス、セロテープ

- 1 キッチンペーパーを蛇腹に折る
- 2 ホッチキスやテープで固定
- 3 ひらいて完成

### ペットボトルシャワー

[必要な物]  
ペットボトル、  
穴をあけるもの(錐)

キャップに  
穴をあける

