

船橋市 小児救急ガイドブック

～いざというときに、あわてないために～





経口補水液 OS-1

オーエスワン®シリーズ



消費者庁許可
個別評価型
病者用食品

詳しい商品情報
Product info



個別評価型病者用食品とは、特別用途食品のうちで特定の疾病のための食事療法上の期待できる効果の根拠が医学的、栄養学的に明らかにされている食品として消費者庁が許可した食品です。

販売者 株式会社大塚製薬工場 販売提携 大塚製薬株式会社
OS-1に関するお問い合わせ先: (株)大塚製薬工場 お客様相談センター
☎0120-872-873

こども急病 電話相談



受診した方が良いのか、
様子をもても大丈夫なのか、
看護師や小児科医が電話でアドバイスします。

朝まで 局番なしの

#8000

銚子市からは、043(242)9939におかけください。

●ダイヤル回線、光電話、IP電話、銚子市からおかけの場合
☎043(242)9939

●相談日時は 令和5年12月から
毎日・夜間 午後7時～翌午前8時

緊急・重症の
場合は迷わず
「119」へ

お子さんの急な病気で
心配なとき...



局番なしの
#8000
または、
043(242)9939



看護師・小児科医が
電話で相談に
応じます。



実施:千葉県 運営:千葉県医師会

このガイドブックのねらい

この小児救急ガイドブックは、お子さんが病気になったりケガをした時の自宅での対応を記載するとともに、急いで医療機関での受診が必要かどうかの判断をする際に、保護者の皆様に役立てていただくため、作成いたしました。

小児救急医療は少ない小児科医で行っております。子どもたちが安心して受診できる小児救急医療体制を維持するためにも、このガイドブックを利用して適切な救急受診をお考え下さい。また、受診の遅れのないようにしてください。

このガイドブックは、お子さんの病気やケガの状況に応じて、

- 様子を見たらうで、かかりつけ医や最寄りの病院等の診療時間まで待って受診すればいい程度なのか
- 医療機関ですぐに受診した方がいいのか
- 救急車を呼んだ方がいいのか

を判断するための目安をわかりやすくまとめたものです。

このガイドブックを上手にご利用いただくために、先ずは一読して下さい。また、普段からお子さんの平熱や顔色、体調、おしっこやウンチの状態などを知っておきましょう。

目次

夜間休日急病診療所	3
休日急患歯科診療	4
保健福祉センター案内図	5
休日当番医	7
上手なお医者さんのかかり方	8
小児救急医療体制の大まかな流れ	9
初期（一次）救急体系図	10

救急マニュアル

I. 病気編

38. 0℃以上の熱が出たとき	11
ひんぱんに吐くとき	13
下痢をしたとき	15
お腹がいたいとき	17
けいれんをおこしたとき	19
発疹が出たとき（かゆみがある）	21
（熱がある）	22
咳きこみが強い、ゼイゼイするとき	23
熱中症になったとき	25

II. 事故編

頭を打ったとき	27
誤飲・誤食をしたとき	29
やけどをしたとき	33
鼻血が出たとき	35
骨折の可能性があるとき	36
小児の心肺蘇生法	37
お子さんの症状で不安を感じたら	40

夜間休日急病診療所

夜間休日急病診療所

船橋市北本町1-16-55 保健福祉センター1階

(地図は5ページ参照)

電話 047-424-2327

【診療時間】		平日 (年中無休)	土曜日	日曜日 祝休日 年末年始 (12/29~1/3)
(小児科の担当医) (15歳未満内科系) 小児科	9:00 ~ 17:00 受付時間 8:45~11:30 13:45~16:30			○
	18:00 ~ 21:00 *受付は20:30まで		○	○
	20:00 ~ 23:00 *受付は22:30まで	○		
小児科 外科 内科	21:00 ~ 翌6:00 *受付は5:45まで	○	○	○

○小児科は、「小児科の担当医による診療時間」以外は、内科または外科の担当医による診療になります。
○上記のほか、ふなばし健康ダイヤル24（0120-2784-37）やこども急病電話相談（#8000）もご活用ください。

- * 表にない時間帯は、10ページを確認してください。
- * 受診の際は保険証の利用登録をしたマイナンバーカード等をご持参ください。（8ページ参照）
- * 診療時間等が変更となる場合がありますので、受診の前に市ホームページで確認もしくはふなばし健康ダイヤル24にお問い合わせください。

休日急患歯科診療

〈休日急患歯科診療〉

かざぐるま休日急患・特殊歯科診療所

船橋市北本町1-16-55 保健福祉センター1階

(地図は5ページ参照)

電話 047-423-2113 **要事前連絡**

【診療日】日曜日、祝休日、年末年始（12/29~1/3）

【診療時間】9:00~12:00（受付は11:30まで）

- * 応急処置のみとなります。
- * 受診の際は保険証の利用登録をしたマイナンバーカード等をご持参ください。

〈特殊歯科診療〉

かざぐるま休日急患・特殊歯科診療所では、一般の歯科診療所で治療が困難な障害児・障害者の歯科診療も行っています。

【診療日】**予約制**

月曜日~土曜日

※祝休日・4月30日~5月2日・8月13日~15日・
12月29日~1月4日を除く

【診療時間】

- 月曜日、火曜日、水曜日、金曜日、土曜日 9:00~12:00
13:00~17:00
- 木曜日 9:00~13:00

保健福祉センター 案内図



交通アクセス

■電車の場合

- ・JR「船橋駅」から徒歩約13分
- ・東武アーバンパークライン「新船橋駅」から徒歩約5分
- ・東葉高速鉄道「東海神駅」から徒歩約7分

■バスの場合

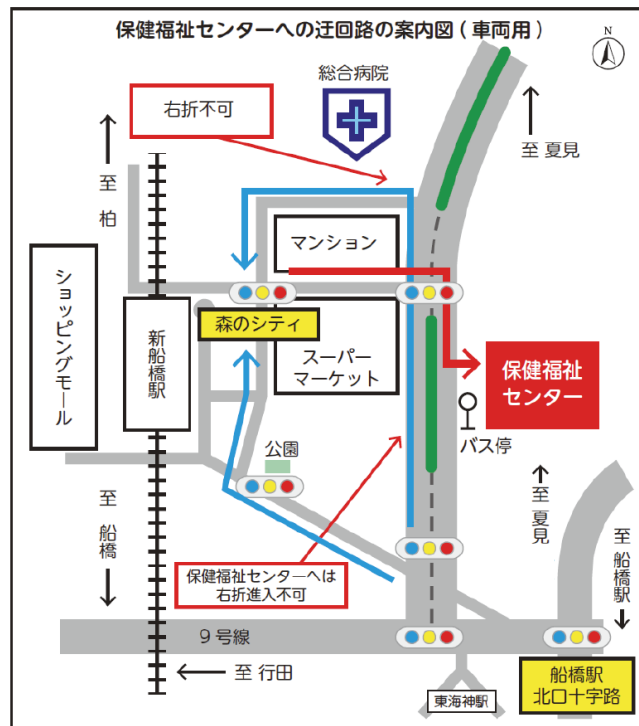
- ・JR船橋駅北口から京成バス千葉ウエストに乗りし
「保健福祉センター」下車すぐ、または「夏見坂下」下車徒歩約4分

■お車の場合

右図参照

保健福祉センターへの迂回路（車両用）

保健福祉センターの車両出入口は片側2車線道路に接しているため、北進車両は右折での進入ができません（南進車両はそのまま進入可）。そのため、下図に矢印で示した経路で迂回する必要があります。



休日当番医

休日当番医

【診療日】日曜日、祝休日、年末年始（12/29～1/3）

【診療時間】9：00～17：00

【診療科目】内 科 1 診療所（冬季は2診療所）

外 科 1 診療所

- * 小児の診察は当番医療機関にご相談ください。
- * 小児科は日曜日、祝休日、年末年始すべて夜間休日急病診療所で診療しています。（3ページ参照）
- * 当番医療機関は、**ふなばし健康ダイヤル24（0120-2784-37）**または市ホームページでご確認ください。
- * 受診の際は保険証の利用登録をしたマイナンバーカード等をご持参ください。
- * 当番医療機関には、駐車場が無い場合もありますので公共交通機関等をご利用ください。

千葉県が実施している「**ちば救急医療ネット**」でも休日の当番医療機関を紹介しています。

アドレス <http://www.qq.pref.chiba.lg.jp/>

上手なお医者さんのかかり方

1. 「かかりつけ医」を持ちましょう

「かかりつけ医」とは、お子さんの体質や病歴を把握し、日頃の健康管理や初期の治療をしてくれる、身近なお医者さんのことを言います。かかりつけ医を決めて、いざというときに相談できるようにしておきましょう。

2. 診療時間内に受診しましょう

昼間に、“子どもの体調がおかしいな”と感じたら、診療時間内に普段のお子さんの様子を理解しているかかりつけ医に診てもらうようにしましょう。

夜間休日急病診療所は、重症度を見極め、翌日までに必要な治療・処置を行うことを目的とし、詳しい検査や根本的・継続的な治療はできません。また、救急病院は、あくまで緊急時・重症者に備えた医療機関です。緊急を要する場合以外は診療時間内にかかりつけ医を受診しましょう。

3. 受診する時に持っていくもの

- 保険証の利用登録をしたマイナンバーカード等、船橋市子ども医療費助成受給券（助成を受けている方のみ）
- 母子健康手帳、お子さんの状況が分かるもの（体温・症状を書いたメモ）
- 診察券、服用している薬、薬の名前が分かるメモ（お薬手帳）等
- 着替えの服、おむつ、タオル、ビニール袋、ティッシュペーパー等

※船橋市子ども医療費助成受給券は、千葉県内の医療機関のみで使用できます。受給券が交付される前で医療機関に提示できなかった場合や、県外で医療機関等に受診したときは、いったんお支払いいただいた上で、後日、市の窓口で償還の申請をしてください。

小児救急医療体制の大まかな流れ

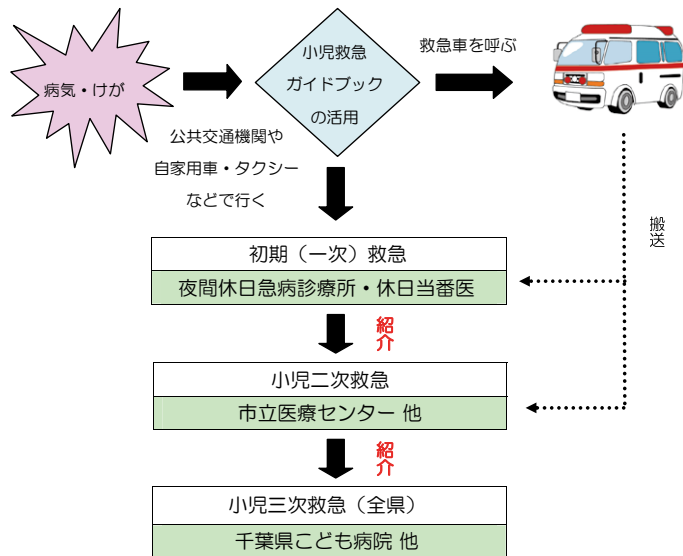
二次救急医療機関に直接受診すると重症者の診療に支障をきたします。

軽症と思われる方はまずは初期（一次）救急を利用して下さい。

***初期（一次）救急とは…**入院・手術・検査の必要がなく、帰宅可能な軽症の患者を治療する医療機関。

***二次救急とは…**初期（一次）救急からの紹介により、入院等が必要な、重症の患者を治療する医療機関。

***三次救急とは…**二次救急医療機関では対応できない、高度な治療が必要な患者、または重篤な患者を治療する医療機関。



初期（一次）救急体系図

	月～金曜日	土曜日	日曜日・祝休日・年末年始 (12/29～1/3)	
6時	●ふなばし健康ダイヤル24 (0120-2784-37) で 案内しています			6時
9時	一般の病院や開業医		夜間休日急病診療所 (小児科)	9時
17時	●ふなばし健康ダイヤル24 (0120-2784-37) で 案内しています			17時
18時	夜間休日急病診療所 〈小児科の担当医による診療〉 (15歳未満内科系) 18時～21時 (受付は20時30分まで)			18時
20時	〈小児科の担当医による診療〉 (15歳未満内科系) 20時～23時 (受付は22時30分まで)			20時
21時				21時
23時	●診療時間 毎日21時～翌6時 (受付は5時45分まで) ●診療科目 内科 外科 小児科			23時
6時				6時

■の時間帯は小児科の担当医が診療します。
■の時間帯は内科・外科の担当医が診療します。



38.0℃以上の熱が出たとき

体温が 38.0℃以上でも機嫌がよく、水分・食事がとれ、すやすや寝ているようなら、あわてず様子を見て、通常の診療時間内に受診しましょう。

こんなときは、医療機関を受診しましょう。

- ☐ 生後 3 か月以下の赤ちゃんである。
- ☐ 意識がおかしく、ぐったりしている。
- ☐ 下痢・おう吐を繰り返している。
- ☐ 顔色が悪く、あやしても笑わない。
- ☐ 呼びかけてもすぐに眠ってしまう。
- ☐ 呼吸がおかしい。
- ☐ 熱が出る前に、高温・多湿の場所に長時間いた。
- ☐ けいれんを起こした。

症状の相談や、夜間・休日に受診できる医療機関の案内
ふなばし健康ダイヤル 24 (40ページ参照) ☎ 0120-2784-37



ワンポイントアドバイス



熱は無理に下げる必要はありません。

熱は病気とたたかうために必要です。無理に下げる必要はありません。ただし、熱でつらい時は冷やしたり解熱剤を使うことを考えましょう。けっして、平熱まで下げる必要はありません。熱のある間は入浴を避けてください。



水分をしっかり補給させましょう。

湯ざまし、麦茶、乳幼児用イオン飲料水※、経口補水液※などを飲ませてあげましょう。



母乳やミルク、食事を欲しがるときはあげましょう。

無理に与える必要はありません。食事は消化の良いおかゆ、うどんなどの炭水化物を与えましょう。

※ 経口補水液・乳幼児用イオン飲料水は薬局やドラッグストアなどで購入できます。



ひんぱんに吐くとき

症状の相談や、夜間・休日に受診できる医療機関の案内
ふなばし健康ダイヤル 24 (40ページ参照) ☎ 0120-2784-37

吐いたものが気管に入らないように、お子さんの体を横向きに寝かせましょう。

吐き気がおさまった後、水分や食事がとれ、下痢・発熱がなければ、様子を見て通常の診療時間内に受診しましょう。

こんなときは、医療機関を受診しましょう。

□吐いたものに血液や黄色・緑色の液体が混じっている。

□おう吐と下痢を何度も繰り返している。

□10～30分おき位に腹痛を繰り返している。

□ウンチに血が混じっている。

□けいれん（ひきつけ）を伴ったり、意識がぼんやりしている。

□強く頭を打った後、ひどく頭を痛がっている。

□おしっこが出ない。



ワンポイントアドバイス



飲食を控えましょう。

吐き気が強いときの飲食は、かえって吐くので2～3時間空けましょう。



おう吐の間隔が空いたら、水分を少しずつ与えましょう。

吐き気が落ち着いてきたら、水分（経口補水液※が望ましいが、乳幼児用イオン飲料水※でもよい）を、スプーンやペットボトルのふたを使ってあげてください。1回5mlくらいから始めて5分おきにあげてください。本人が欲しがるままに与えようとおう吐を誘発（ゆうはつ）することがあるので、根気強く「ちびちび」飲ませ、徐々に量を増やすのがコツです。与える量の目安は体重10kgのお子さんで3～4時間の間に嘔吐の場合300ml程度、下痢の場合400ml程度です。



初期は、固形物、牛乳・乳製品、炭酸飲料、みかん等の柑橘類は避けましょう。

水分をある程度とっても吐かないようなら、乳児なら母乳・ミルクを、離乳期以降なら炭水化物（おかゆ、ごはん、うどんなど）を少量ずつ開始してください。

※経口補水液・乳幼児用イオン飲料水は、薬局やドラッグストアなどで購入できます。



下痢をしたとき

症状の相談や、夜間・休日に受診できる医療機関の案内
ふなばし健康ダイヤル 24 (40ページ参照) ☎ 0120-2784-37

いつもと違うウンチをしたときは、その後のお子さんの様子とウンチをよく観察してください。

水分や食事がとれ、熱もなく機嫌も良ければ、様子を見て通常の診療時間内に受診しましょう。

こんなときは、医療機関を受診しましょう。

□熱が続き、嘔吐を繰り返す。

□ひどくお腹を痛がる。

□下痢が1日6回以上ある。

□ウンチに血が混じっている。海苔のりのような黒っぽいウンチが出る。（写真を撮って受診の際に医師に見せてください。）

□機嫌が悪く、水分をほとんどとらない。

□オシッコの量が極端に少ない。



ワンポイントアドバイス

下痢の回数とウンチの状態をチェックしましょう。
発熱、発疹の有無を見ましょう。
こまめに水分を与えましょう。

脱水にならないように、塩分を含む経口補水液※を少量ずつ頻回に与える必要があります。（与える量の目安はP14参照。）その後も下痢が続く場合には、下痢のつど30～100ml程度与えてください。下痢がある程度落ち着いてから、乳児なら母乳・ミルクを、離乳期以降なら炭水化物（おかゆ、うどんなど）を少量ずつ開始してください。長期の下痢も危険ですし、数時間の間に脱水症状が出現することもあります。



以下は、脱水を生じている場合の症状です。これらの症状が出現していないか十分に注意してください。

- 唇や舌が乾いている。
- 顔色が悪い。
- 皮ふの張りがなく、しわしわしている。
- 眼球が落ちくぼんで、目がトロンとしている。
- オシッコの量が少なく、色が濃い。



おしり拭きでなく、おしりの洗浄に心がけましょう。

※経口補水液・乳幼児用イオン飲料水は、薬局やドラッグストアなどで購入できます。



お腹がいたいとき

症状の相談や、夜間・休日に受診できる医療機関の案内
ふなばし健康ダイヤル 24 (40ページ参照) ☎ 0120-2784-37

熱、吐き気、便秘、下痢がないか、よく観察しましょう。
お腹を抱えこむように痛がらないか、お腹が張っていない
かも見てください。

赤ちゃんがわけもなく繰り返し泣くときは、お腹が痛い可
能性があります。また、排便で治ることもあります。

我慢できる痛みになり、全身状態が良ければ、通常の診療
時間内に受診しましょう。

こんなときは、医療機関を受診しましょう。

☐ ぐったりして泣いてばかりいる。

☐ また 股の付け根がは腫れている。

☐ 赤ちゃんが足をちぢめて激しく泣いたり、間隔をおいて発作的
に激しく泣く。

☐ ウンチに血が混じっている。

☐ お腹がパンパンに張っている。

☐ お腹をかかめて痛がる。

☐ お腹を触ると痛がる。

☐ お腹が痛くて歩けない。

☐ ジャンプ、ケンケンなど飛び跳ねるとお腹を痛がり、繰り返せない。

☐ 下痢、おう吐を伴っている。



ワンポイントアドバイス



3歳以下の子どもは受診前に下剤やかんちょう浣腸を使わない
ようにしましょう。



痛がり方の様子、息のにおいを観察しましょう。



腹痛が軽いときは、無理に食べさせないで水分を少し
ずつ与え、様子を見ましょう。



排便で治ることもありますので、トイレも促しまし
ょう。



けいれんをおこしたとき

症状の相談や、夜間・休日に受診できる医療機関の案内
ふなばし健康ダイヤル 24 (40ページ参照) ☎ 0120-2784-37

けいれんとは、脳の異常興奮状態により、からだ全体やからだの一部がつっぱったり、ピクピクしたり、力が抜けた状態になったり、呼びかけをしても反応がなかったりすることをいいます。また、高熱に伴うけいれんの多くは、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。

一般的に熱性けいれんの動きと硬直は、左右対称で、5分以内で終わります。

けいれん後にすやすや眠ってしまい、その後いつもと変わらない状態であれば、様子を見て通常の診療時間内に受診しましょう。

こんなときは、医療機関を受診しましょう。

- 初めてのけいれん
- 生後6か月未満のけいれん
- 6歳以上のけいれん
- けいれん時、体温が38℃以下である。
- けいれんに左右差がある。
- おう吐、おもらしを伴う。
- 頭部の打撲後に起こったけいれん
- 何度も繰り返しけいれんがある。

こんなときは、救急車を呼びましょう。

- けいれんが5分以上続く。
- けいれんが止まっても意識がはっきりしない。
- 唇の色が紫色で呼吸が浅い。
- からだの動きが左右で明らかにちがう。
- けいれんの後、手足のマヒがある。



ワンポイントアドバイス



抱きしめたり、ゆすったり、たたいたり、大声で声かけをしないようにしましょう。



呼吸ししやすいように衣服をゆるめ、平らなところに寝かせましょう。



けいれんの持続時間を計りましょう。けいれんが止まったら必ず体温を測っておきましょう。



飲物や薬を与えないようにしましょう。



舌をかまないようにと口の中にもものを入れるのは危険です。



おう吐があるときは、顔を横に向けましょう。



可能であれば動画をとりましょう。



ほっしん

発疹が出たとき

症状の相談や、夜間・休日に受診できる医療機関の案内
ふなばし健康ダイヤル 24 (40ページ参照) ☎ 0120-2784-37

急に出ることが多いのはじんましんです。じんましんでも強い
かゆみがないとか、^{ほっしん}発疹が数個であれば、その部分を冷やして、
様子をみてもよいでしょう。

また、薬を飲んだ後に^{ほっしん}発疹が出た場合は、薬を止め様子を見て、
通常の診療時間内に受診しましょう。^{ほっしん}発疹は受診時にはっきりし
なくなっていることもあるので、写真を撮影し、受診時に医師に
診てもらうようにしましょう。

かゆみや腫れが強いときには、濡れタオルで冷やしたり、服を
脱がせて涼しく過ごすとともに楽になります。入浴は避けてください。

～かゆみがある～

こんなときは、通常の診療時間内に受診しま
しょう。

- ☐ 皮膚のブツブツに^{うみ}膿や水ぶくれがある。
- ☐ 皮膚にブツブツがたくさん出て、舌にイチゴの
ようなブツブツがある。
- ☐ 盛り上がったリング状の輪がたくさん出た。

こんなときは、医療機関を受診しましょう。

- ☐ 顔や唇が^は腫れぼったくなった。
- ☐ 息苦しく声がかすれてきた。

～熱がある～

こんなときは、通常の診療時間内に受診し
ましょう。

- ☐ 皮膚に小さな赤いブツブツがたくさん出て、舌に
イチゴのようなブツブツがある。
- ☐ 口りんごのような赤いほっぺたになった。
- ☐ 発熱4日目頃から皮膚のブツブツが出始め、め
やにがひどい。
- ☐ 盛り上がったリング状の輪がたくさん出た。
- ☐ 暗い紫色の小さな^{ひざ}テンテンが足の膝から下に
出ている。

こんなときは、医療機関を受診しましょう。

- ☐ 鼻血や関節を痛がる。



咳きこみが強い、ゼイゼイするとき

症状の相談や、夜間・休日に受診できる医療機関の案内
ふなばし健康ダイヤル 24 (40ページ参照) ☎ 0120-2784-37

子どもの咳は多くの場合、ウイルスなどによる気道の感染の際に出ますが、ほこりや煙、冷氣などで気道粘膜が刺激されても出ることがあります。

喘鳴（ぜんめい、ゼイゼイ）は、気道の狭くなった部分を空気が通るときの音です。喘息発作の時などに聞かれます。

咳やゼイゼイの程度が軽く、苦しそうでなければ通常の診療時間内に受診しましょう。

こんなときは、医療機関を受診しましょう。

- 新生児～乳児期で咳きこみのため哺乳ができない。
- 咳きこみのあと呼吸が止まる。
- ゼイゼイして横になっていられない。
- 呼吸が速く、顔色・唇の色が悪い。
- 犬がほえるような咳で声がかれている。
- 食べた後や口にくわえて遊んでいた後に急に咳きこみだして息苦しさを訴える。
- 発疹や嘔吐ともなって咳きこみやぜいぜいがある。
- 胸がへこむ、肋骨が浮き出るような呼吸をしている。
走ったあとのように肩で息をしている。
- 高熱をとめない、呼吸が速い。



ワンポイントアドバイス



咳は生理的な自分を守る反応であり、すべての咳を止める必要はありません。

咳は、のどから気管・肺までの気道に異物や痰などがある場合にこれを排除しようとする、からだの重要な防御反応です。痰がからんだ咳の時は、咳をすることで痰が出ます。痰を出しやすくするよう背中や胸を軽くたたいてあげることも効果的です。



身体を起こした状態にしましょう。

身体を起こした方が、息がしやすくなります。赤ちゃんは立て抱きをしてあげるとよいでしょう。



加湿をしましょう。



水分をこまめに補給しましょう。哺乳や食事は 1 回量は少なく、回数を多く。



胸の音を聞いてみましょう。

ぜいぜいヒューヒューする音が聞こえる場合もあります。



特徴的な咳は、録画・録音をしておきましょう。

聞いたことのないような咳の時は、録音、録画をしておくこと診断に役立ちます。



熱中症になったとき

症状の相談や、夜間・休日に受診できる医療機関の案内
ふなばし健康ダイヤル 24 (40ページ参照) ☎ 0120-2784-37

熱中症は、熱中症を起こすようなエピソードがあり、体調が悪い時に疑います。

頭痛、身体がだるい、気持ち悪いなど症状はいろいろあります。すぐに、涼しいところで休んで経口補水液などを十分に取らせてください。ただし、症状がつよい場合はすぐに医療機関を受診してください。

こんなときは、医療機関を受診しましょう。

- ☐ 頭痛、嘔吐が激しく、水分が取れないとき。
- ☐ 休んでも症状が改善されないとき。
- ☐ 高熱を伴うとき。

こんなときは、救急車を呼びましょう。

- ☐ 意識がはっきりしないとき。
- ☐ けいれんをとまなうとき。



ワンポイントアドバイス



水分や塩分のこまめな摂取を忘れずにしましょう。



夏以外の季節でも熱中症になるリスクはあります。



熱中症は、室内にいてもおこることがあります。



体調が悪い時、疲れている時には起こりやすいです。



定期的に、休息、経口補水液などを飲むようにしてください。



はじめの症状として、めまいや筋肉痛なども気をつけてください。



疑わしい症状が出たら、涼しいところで水分摂取をしてください。



熱中症警戒アラートが出た際には、屋外での運動を中止しましょう。

Ⅱ. 事故編



頭を打ったとき

症状の相談や、夜間・休日に受診できる医療機関の案内
ふなばし健康ダイヤル 24 (40ページ参照) ☎ 0120-2784-37

症状は時間がたってから出ることもあります。24時間は注意しましょう。

吐き気やおう吐の有無、腫の大きさ、目や手足の動きに注意し、頭を打った後にすぐ泣いたり、意識がはっきりしているときは、様子を見て通常の診療時間内に受診しましょう。

こんなときは、医療機関を受診しましょう。

- ☐ 何度も吐く。
- ☐ 耳や鼻からの出血がある。
- ☐ 泣かない、元気がない、笑顔がない。
- ☐ ぼんやりしていて、視線があわない。
- ☐ 左右の腫の大きさが違う。
- ☐ 頭を打った前後の記憶がない。
- ☐ 頭を打ったところにくぼみがある。
- ☐ 体温が上昇した。
- ☐ 言葉が不明瞭である。
- ☐ 頭痛を訴える。
- ☐ 手足の動きがおかしい。

こんなときは、救急車を呼びましょう。

- ☐ 意識がない。
- ☐ ぐったりしている。
- ☐ けいれんを起こしている。



ワンポイントアドバイス



こぶは20分くらいタオルの上から氷のうなどで冷やして様子を見ましょう。



出血がある場合は、清潔なガーゼなどで上から圧迫しましょう。



誤飲・誤食をしたとき

症状の相談や、夜間・休日に受診できる医療機関の案内
ふなばし健康ダイヤル 24 (40ページ参照) ☎ 0120-2784-37

誤飲・誤食してしまったときは、31ページを参考にして
できるだけ取り除き、様子を見ながら早期に医療機関や右
ページに記載の窓口に電話で相談しましょう。

誤飲した物品と同じものがある場合には、受診時に持参
してください。

こんなときは、医療機関を受診しましょう。

- ☐ タバコ、医薬品、洗剤、殺虫剤などを飲んだ。
- ☐ ボタン電池、灯油、除光液、ガソリンなどを飲んだ。
- ☐ 飲み込んだ途端にせきが始まった。
- ☐ 顔色が悪い。

こんなときは、救急車を呼びましょう。

- ☐ けいれんを起こしている。
- ☐ 意識がない。



～誤飲事故に気をつけて！～



近年、3歳以下の乳幼児が大人の医薬品や洗剤類（洗濯用
パック型液体洗剤等）、タバコ類（電子タバコ等）を誤飲す
る事故が多くなっています。タバコスティックの中に小さな
金属が入っているものがあり、内臓に損傷を与える可能性も
あります。乳幼児の手が届かないところで保管するよう、注
意しましょう。



知っていて安心

- ☐ 日本中毒情報センター（中毒110番）
<http://www.j-poison-ic.jp>
- ☐ 大阪中毒110番（365日24時間対応）
072-727-2499（通話料がかかります）
- ☐ つくば中毒110番（365日24時間対応）
029-852-9999（通話料がかかります）
- ☐ たばこ誤飲事故専用電話（365日24時間対応）
*自動音声応答による情報提供
072-726-9922（通話料がかかります）

※誤飲した物の製造メーカーへ連絡すると対処法な
どの情報が得られることがあります。

💡 ワンポイントアドバイス

～誤飲・誤食したときの初期対応～

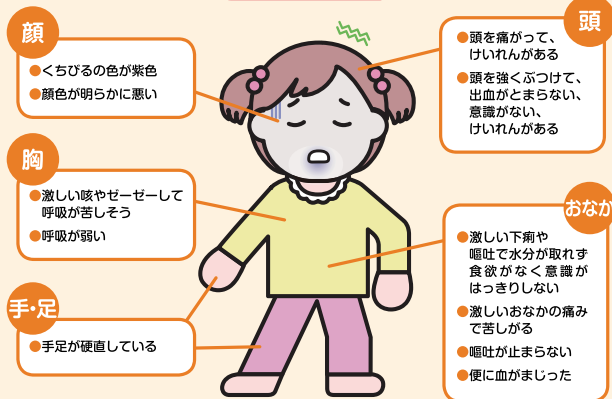
		水を 飲ませる	牛乳を 飲ませる	吐かせる
タバコ	葉、吸殻、電子タバコ（カートリッジ）	×	×	○
	タバコの入った水	○	○	○
酸性又は強アルカリ性	洗剤、漂白剤	○	○	×
医薬品		○	○	○
石油	灯油、除光液	×	×	×
芳香剤、消臭剤		○	○	○
防虫剤	ナフタリン	○	×	○ しょうのう成分が含まれているものは×
化粧品	香水、ヘアトニック	○	○	○
ボタン電池		×	×	×

×…してはいけない ○…してよい

※初期対応後の対応は 29・30 ページを参照

こんなときにはすぐに119番!!

こども（15歳以下）



意識の障害

- 意識がない（返事がない）またはおかしい（もうろうとしている）

けいれん

- けいれんが止まらない
- けいれんが止まっても、意識がもどらない

飲み込み

- 物をのどにつまらせて、呼吸が苦しい、意識がない

じんましん

- 虫に刺されて全身にじんましんが出て、顔色が悪くなった

やけど

- 痛みひどいやけど
- 広範囲のやけど

事故

- 交通事故にあった（強い衝撃を受けた）
- 水におぼれている
- 高いところから落ちた

生まれて3カ月未満の乳児

- 乳児の様子がおかしい

◎その他、お母さんやお父さんから見て、いつもと違う場合、様子がおかしい場合



やけどをしたとき

症状の相談や、夜間・休日に受診できる医療機関の案内
ふなばし健康ダイヤル 24 (40ページ参照) ☎ 0120-2784-37

使い捨てカイロやぬるめの湯たんぽでも、長時間あたる低温やけどになることがあるので、注意が必要です。

やけどの範囲が狭く、赤いだけで水ぶくれにはなっていない場合は様子を見て、通常の診療時間内に受診しましょう。

こんなときは、医療機関を受診しましょう。

□水ぶくれができています。

□やけどの範囲が子どもの手のひらよりも大きい。

こんなときは、救急車を呼びましょう。

□皮膚が黒く焦げていたり、白くなっている。

□やけどの範囲が広範囲または全身である。

～重要～

病院の受診までは、服などを無理に脱がさず、低体温にならないように清潔なシーツなどで覆って救急車を待ってください。



ワンポイントアドバイス



手足などの局所のやけどは、流水や氷で 10 分以上冷やしましょう。



服などは無理に脱がさず、服の上から冷やしましょう。



水ぶくれはつぶさないように気をつけましょう。



水ぶくれが痛いときは、ガーゼをあて包帯でくるんでおきましょう。



受診するまで何も塗らないようにしましょう。

電気ケトルを倒してのやけどが多く見られます。
ヘアアイロンに触れてのやけども増えています。
加熱する物や高温になる物は置き場所に注意をしてください。



鼻血が出たとき

体を起こして座らせ、下を向かせた後、小鼻の少し上の辺りをつまんで 15～30 分、鼻を外側から冷やしながら持続的に圧迫して止血します。

綿球やティッシュペーパーを挿入し、鼻をつまんでもよいでしょう。



ワンポイントアドバイス



上を向いて寝かせると、鼻血が喉へ流れて咳を引き起こしたり、血液を飲み込んで吐き気の原因になることがあるので、気をつけましょう。



鼻の中に入れたティッシュペーパーなどを十分に止血しない状態で取り出すと、再び出血する可能性が高いので、30 分以上経ってしっかり止血したことを確認しましょう。



骨折の可能性があるとき

症状の相談や、夜間・休日に受診できる医療機関の案内
ふなばし健康ダイヤル 24 (40ページ参照) ☎ 0120-2784-37

こんなときは、医療機関で受診しましょう。

- 冷や汗や顔面蒼白、ぼんやりしているなどのショック症状が見られる。
- 痛がって泣いたり、動かしたり曲げたりできない。
- 打ったり、ひねったりしたところが黒ずんできた。

～応急処置～

- 指の骨折：割り箸や細く切ったボール紙などを副木にして包帯で固定しましょう。
- 足の骨折：痛みの少ない形を保つように副木をあて包帯で固定しましょう。
- 腕の骨折：副木をあて、包帯で固定し、三角巾で肩から吊り下げましょう。

小児の心肺蘇生法

心肺蘇生法とは、心拍と呼吸が停止した時に行う応急処置です。胸骨圧迫と人工呼吸を行い、AED（自動除細動器）を使用します。迷わず行うことがお子さんの命を救います。

意識がなく、呼吸が無い（またはわからない）ことを確認したら心肺蘇生を行います。

- ・小児は呼吸の停止が原因での心停止が多いため、可能なら人工呼吸を行います。
- ・胸骨圧迫と人工呼吸を繰り返します。
- ・AEDが到着するまで続け、到着したら音声指示に従います。

胸骨圧迫のやり方

- 強く（胸の厚さの1/3の深さ）早く（1分間100回～120回/分）絶え間なく（中断を最小限にする）
- ・圧迫のたびに、胸が完全に戻るのを確認する



人工呼吸ができない際には、胸骨圧迫だけでも続けます

人工呼吸のやり方

- ・気道を確保して鼻をつまみ口全体をおおって2回行う
- ・胸の上がりを確認しながら行う



小児のAED

- ・お子さんにもAEDが救命につながる場合があります。
- ・船橋市では、コンビニエンスストア（一部を除く）や市の公共施設等にAEDを設置しています。
- ・船橋市がAEDを設置している施設等は「船橋市AEDマップ」でご確認ください。

【市ホームページより検索】

船橋市AEDマップ 検索

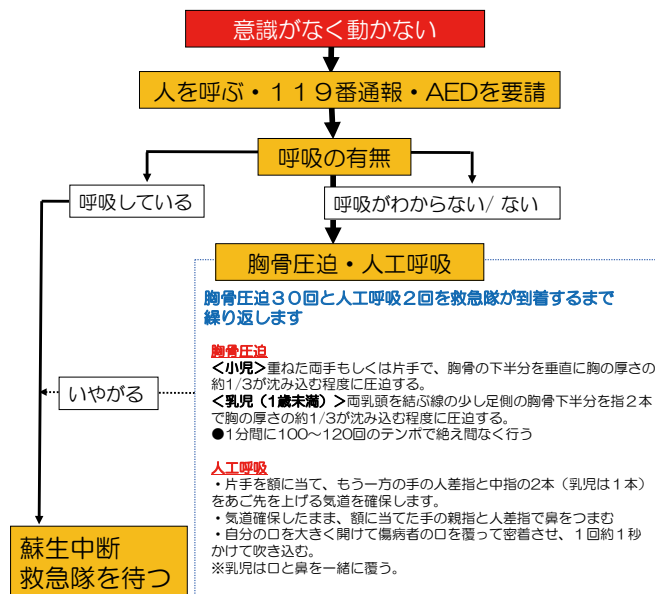
【スマートフォン・タブレットで見える】



素肌に直接貼る

未就学児用パッド・モードがある場合、未就学児はそれを使います。ない場合は小学生～大人用を使います。

心肺蘇生法の流れ



救命講習のご案内

救えるべき命を あなたの勇気とAEDで！

～講習を受講していざという時に実践できるようになりましょう～

船橋市消防局では、心肺蘇生法やAEDの使い方、その他の応急手当を習得していただけるよう、救命講習を開催しています
 ※救命講習会の開催日は市ホームページでご確認いただけます

＜お問い合わせ＞
 船橋市消防局救急課
 ☎ 047-435-1191



だからタクシーじゃないって

その名はピーポー!!

119

救急車には限りあり!
求ム! 適正利用

救急車の適正利用とは?

詳細は右記の二次元コードを読み取って
救急車適正利用関連サイトへアクセスしてください。

一般財団法人 全国消防協会

お子さんの症状で不安を感じたら

こども急病電話相談

実施：千葉県 運営：千葉県医師会
医療機関にすぐ受診したほうがよいかわからないときに看護師や小児科医が電話でアドバイスします。

局番なしの#8000

ダイヤル回線・光電話・IP電話からは ☎043-242-9939
＜相談時間＞ 19:00～翌8:00（年中無休）

ふなばし健康ダイヤル24

医療相談・健康相談・育児相談・医療機関
案内等のご相談を24時間年中無休で
ご利用できます。市民専用／通話料無料

フリーダイヤル

ふなばし みな健康



0120-2784-37

●電話番号非通知設定・公衆電話・市外局番をもたないIP電話は
つながりません。

※言語や聴覚に障害のある方専用 FAX番号 0120-3066-68

専用の相談シートをご利用ください。

（設置場所：障害福祉課 各出張所・連絡所）

※この事業は、民間事業者に業務委託して運営しています。

※電話での限られた情報による対応になりますので予めご了承ください。

こどもの救急ホームページ

（公社）日本小児科学会

お子さんの症状から、医療機関で受診させるか自宅様子を見るかの判断の目安となるチェックシートがホームページで見られます。

アドレス <http://www.kodomo-qa.jp/>

夜間休日の急病受診は！

船橋市は、人口に対する小児科医師の数が全国的にも少ないという問題があり、千葉県から相対的小児科医師少数区域に指定されています。小児科医の確保や育成を行っていますが、改善する見込みは立っていません。

このような状況で、緊急性の低いお子さんが夜間や休日に救急医療機関を受診されるケースが増えますと、救急医療機関が本来担うべき緊急対応が困難となります。

なお、小児二次救急病院（市立医療センター他）では、初期救急医療機関（夜間休日急病診療所・休日当番医）からの紹介を受けたお子さんに対し、責任をもって診療を行っております。まずは、初期救急医療機関へご相談・受診くださいますようお願いいたします。

受診の前には、10 ページを確認して、#8000 やふなばし健康ダイヤル24（0120-2784-37）に相談をしてください。

地域の小児医療を守るために、
皆様のご協力をお願いします。



発行・編集 船橋市 健康福祉局 健康部 健康政策課
監修 一般社団法人船橋市医師会 篠本 雅人・山中 康成
船橋市立医療センター 小児科

令和7年10月発行