

子どもの事故予防

誤飲を防ごう



誤飲のときの対処法

1〜4歳の子どもの死亡原因の上位は「不慮の事故」となっています。また、死亡に至らないまでも事故は身近で起きています。

- 何をどのくらい飲んだかを確認しましょう。のどに詰まって呼吸できないときは、すぐに救急車を呼びます。
- 飲み込んだものによって対処が変わりますので、左記の図を参考にしてください。
- どう対処したらよいかわからないときは中毒110番

か医療機関に問い合わせ、指示があれば受診しましょう。事故は起こさせないことが大切ですが、だからといって大人がそばにつきつきりや危ないから何もさせないというのでは、子どもの成長の機会が失われてしまいます。子どもには大人が見守って遊べる環境ではなく、見守っていないくても安全に遊べる環境となるよう、この機会にも一度家の中の安全チェックをしてみてください。

事故予防には「まだ小さくて事故なんて起きないから大丈夫」という考えは禁物です。子どもは成長とともに活動範囲が広がり、さらに活発になってくると思ってもよい間違い事故が起こることがあります。

誤飲などもそのひとつです。5カ月くらいになるとつかんだものを何でも口に入れようとします。赤ちゃんの口の大きさは最大32mm、これより小さい物は飲み込めてしまうので、たばこ、ボタン、電池、洗剤、薬品などは手の届かない高いところにしまうかロックをつけるなどの対策が必要になってきます。

しかし、しっかり対策しても、事故が起きてしまうことがありますので、いざというときに慌てずに対応ができるよう対処法を確認しておきましょう。

対応	水を飲ませる	吐かせる	受診のタイミング
口に入れた物			
たばこ	×	○	気になる様子が見られたら医療機関へ
医薬品(例外あり)	○	○	
防虫剤など	○	○	
洗濯洗剤・台所用洗剤・石けんなど	○	×	大至急医療機関へ!
除光液・灯油・ガソリンなど	×	×	
トイレ用洗剤漂白剤	×	×	
金属・ボタン電池	×	×	

★無理に吐かせると気管に入ってしまうことがあるので、うまく吐かせられないときは急いで受診を。

中毒110番（日本中毒情報センター）

- つくば中毒110番（☎029-852-9999）（午前9時～午後9時）
- 大阪中毒110番（☎072-727-2499）（24時間対応）
- たばこ専用電話（☎072-726-9922）（24時間・テープでの情報提供）

健康づくり講演会および保健推進委員全体研修会のお知らせ

標茶町保健推進委員会では、町民の方を対象に講演会を実施しています。

動脈硬化は目に見えず進行するので、大きな病気になって初めて気づく場合が多くあります。講演後には、動脈硬化についての心配や疑問点について、相談できる時間を設けていますので、多くの参加をお待ちしております。

- 日時／6月5日(火)、午後1～3時
- 場所／ふれあい交流センター
- 内容／
 - 講演「動脈硬化の早期発見」（1時間程度）
 - 質疑応答
- 講師／釧路三慈会病院医療技術部長 田中 良氏
- 申し込み・問い合わせ／ふれあい交流センター健康推進係（☎485-1000）



北海道潰瘍性大腸炎・クローン病友の会（略称：北海道IBD）釧路支部からのお知らせ

特定疾患に認定された難病である「北海道潰瘍性大腸炎・クローン病」の情報を多くの方に知っていただくため、下記のとおり医療講演会を企画しました。是非参加してください。

- 日時／6月3日(日)、午後2～4時（受付開始：午後1時30分）
- 場所／釧路市生涯学習センター「まなぼと幣舞」
- 講演者／釧路赤十字病院院長 二瓶和喜氏(予定)
- 演題／「炎症性腸疾患の外科的治療（仮）」
- 対象／潰瘍性大腸炎、クローン病の患者本人・家族、関係者・関心のある方
- 参加費／北海道IBD会員の方は無料。非会員・一般の方は500円。
- 問い合わせ／北海道IBD釧路支部事務局長 阿部雄二郎さん（☎090-5076-8386）

三河 徳治さん
(オソツベツ)



長寿88歳
おめでとうございます

《平成24年3月該当》
掲載に同意いただいた方のみ
掲載しています。

新田 キミンさん
(虹別)



小出 サヨさん
(富士)



中野渡 たかさん
(富士)



栗栖 七郎さん
(磯分内)



澁谷 弘見さん
(川上)



飲んで美味しい牛乳をさらに美味しく食べてもらいたい!

牛乳を食べよう!

～茶碗蒸しの新定番～



J-milkホームページより提供

今月のレシピ チーズのミルク茶碗蒸し

作 り 方

- ①たまねぎは薄切り。しめじは石づきを切り落としてほぐす。グリーンアスパラガスは4cm長さに切り、ハムは細切りにする。
- ②フライパンにサラダ油を熱し、①を順に加えて炒め、冷ましておく。
- ③ボウルに卵を割り入れてほぐし、Aを混ぜる。
- ④茶碗蒸しの器に②を分けて入れ、カマンベールチーズを1切れずつ入れて③を半量ずつ注ぐ。
- ⑤鍋に水を入れて（器の高さの半分位が目安）火にかける。沸騰したら火を止めて④を入れる。
- ⑥鍋に少しずらしてふたをし、弱火で8～15分間蒸す。

材 料 (2人分)

たまねぎ	1/4個	サラダ油	小さじ1
しめじ	1/2パック	牛乳	200ml
グリーンアスパラガス	2本	水	100ml
ハム	2枚	顆粒スープの素(洋風)	小さじ2
卵	2個	黒こしょう(粗びき)	少々
カマンベールチーズ	2切れ(約30g)		

おいしいポイント

鍋で手軽に作れます。とろけたチーズがアツアツの卵液になじんだ、口あたりのよい一品です。