



# 保健情報だより

令和 2 年 1 1 月  
新潟市保育課 遠藤 長谷川

## 1. 11 月は乳幼児突然死症候群(SIDS)対策強化月間です

乳幼児突然死症候群（SIDS：Sudden Infant Death Syndrome）は、12月以降の冬期に発生しやすい傾向があります。それまで元気だった赤ちゃんが、事故や窒息ではなく眠っている間に突然死亡してしまう病気です。日本では、およそ6,000人～7,000人に1人の赤ちゃんがこの病気で亡くなっていると推定されています。生後2か月から6か月に多く、まれに1歳以上でも発症することがあります。令和元年には78名の赤ちゃんがSIDSで亡くなっています。

（厚生労働省ホームページに普及啓発用ポスター及びリーフレットが掲載されています。）

## 2. 就寝時の窒息事故に注意

令和2年、教育・保育施設等の事故報告の全国集計を見ると、死亡事故の多くが0～2歳で発生しており、睡眠中の事故が6件中4件発生しています。さらに、預かり始めの時期における0～1歳児の睡眠中の死亡事故のリスクが高いことが報告されています。

睡眠中の窒息事故を予防するため、子どもの顔が見える仰向けに寝かせ、呼吸状態を確認し、何よりも子どもを一人にしないことが大切です。以下の点に留意し、子どもの安全を守りましょう。

### 睡眠時のリスク除去のポイント

- ・午睡時、室内は子どもの状態がわかるよう適度な明るさにする。
- ・子どもの顔が見えるように仰向けに寝かせる。
- ・口の中に異物がないか確認する。
- ・睡眠中は、必ず職員が付き添い、子どもを一人にしない。
- ・やわらかい布団やぬいぐるみ等を使用しない。
- ・ひも・ひも状のものを近くに置かない。
- ・ミルクや食べた物等の嘔吐物がないか確認する。
- ・定期的に子どもの呼吸・体位・睡眠状態を点検し、睡眠チェック表に記載する。

ちゃんと  
呼吸していますか？

## ☆その他の窒息・誤飲事故にも注意しましょう

- ・ 食事中の食べ物で窒息
- ・ おもちゃなど小さな物で窒息
- ・ ボタン電池、磁石などの誤飲
- ・ 医薬品、消毒薬、洗剤などの誤飲

### 3. 保育園等における感染症対策

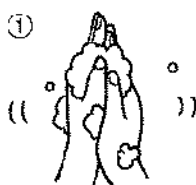
感染性胃腸炎やインフルエンザが流行する季節となります。

冬を元気に過ごすためにも、外遊びや食事の前に、手洗いをきちんと行いましょう。

**以下の手順で30秒以上、石けんを用いて流水で行いましょう。**

- ①液体せっけんを泡立て、手のひらをよくこする。
- ②手の甲を伸ばすようにこする。
- ③両指を組み、指の間を洗う。
- ④指先とつめの間を念入りにこする。
- ⑤親指を反対の手でにぎり、ねじり洗いをする。
- ⑥手首を洗い、よくすすぎ、その後よく乾燥させる。

#### 予防の基本 手洗い



手のひら



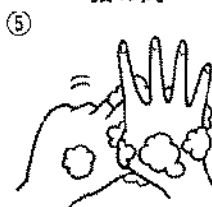
手の甲



指の間



つめの間



親指



手首

手には見えない汚れや細菌、ウイルスなどがついています。石けんで丁寧に洗います。

#### 次亜塩素酸水について

- ・ 次亜塩素酸ナトリウムと次亜塩素酸水は全く異なるものです。次亜塩素酸ナトリウムは、アルカリ性で強い酸化作用を持ちます。次亜塩素酸水は野菜の洗浄等に用いられます。一定濃度以上の次亜塩素酸水が新型コロナウイルスの量を減少させることが独立行政法人製品評価技術基盤機構（NITE）にて確認されました。目に見える汚れをあらかじめ落とし、1. 拭き掃除には有効塩素濃度80ppm以上の次亜塩素酸水を使い、十分な次亜塩素酸水で濡らすことで、2. 次亜塩素酸水の流水で掛け流す場合は、有効塩素濃度35ppm以上のもので20秒以上かけ流すことでウイルス量が減らせるとされています。

#### 消毒薬の噴霧について

- ・ 厚生労働省では、諸外国の知見も踏まえ、消毒剤や、その他ウイルスの量を減少させる物質について、これが人の眼に入ったり、皮膚に付着したり、吸入されたりするおそれのある人状況での空間噴霧はおすすめしていません。

# 保健情報だより

令和3年6月  
こども未来部保育課

この保健情報だよりは、保育施設の職員が共通理解しておきたいミニ保健情報を載せて不定期に発行しています。今回は「歯みがき中の事故予防」「虫刺され対策」「紫外線対策」についてです。



## 1 歯磨き中の事故予防

むし歯予防や口の中の衛生のため、子どもにとって歯みがきは大切な生活習慣です。また一方で歯ブラシをくわえたまま転倒し、喉を突くなどの事故も発生しています。

平成28年4月から令和3年3月末までに、6歳以下の事故情報が120件消費者庁に報告され、そのうち3歳以下の事故が104件となっています。報告された事故の中には、歯ブラシが口の中や喉に刺さって集中治療室に入室する必要性が生じたなどの重大な事例が含まれています。歯ブラシによる喉突き事故などを防止するため、以下のことに注意し、事故が多い1歳から3歳頃の子どもの自分が自分で歯磨きをする時は特に気を付けましょう。

1. 保育者がそばで見守り、歯みがきをさせましょう。子どもが歯ブラシを口に入れたり、手に持ったりしたまま歩き回ると、転倒してケガをする危険があります。
2. ソファや踏み台など、転倒するおそれのある不安定な場所での歯みがきは避けましょう。また、歯みがきの際、手洗い場マットや電源コードなどにつまずかないよう注意しましょう。
3. 歯ブラシを口に入れたり、手に持ったりする子どもの周囲には、転倒する原因になりやすいものは置かないようにしましょう。

## 2 虫刺され対策

虫に刺されると子どもたちは掻き壊してしまいがちで、「とびひ」になることもあるので、園での対応は以下のようにするとよいでしょう。



### 虫（主に蚊）に刺された時

- 虫に刺されたら、患部をこすらず水でよく洗い、冷やしましょう。
- かゆみや赤みが強い時は、園に常備している虫刺され外用薬（ムヒS、レスタミン軟膏など）をぬります。（虫刺され外用薬を希望されない場合もあるので、事前に保護者へ確認をしておきましょう）

## 虫よけ剤の使用

これまでの保健情報だよりでお知らせしていますが、保護者からの持参希望があっても、園での対応は、虫に刺されるとひどく腫れたり、水疱ができる子に限定しましょう。

ただし、①習慣的に使用せず、必要な場合に限り使用する。②手や口をぬぐうことがあるので手の甲には使用しない。③顔へは使用しない。④6か月未満の乳児には使用しない、などに留意しましょう。また、スプレーは先生も子どももできるだけ吸い込まないように、一度先生の手の平に吹き付けてから塗りましょう。

虫よけ剤は、スプレータイプ、ウェットティッシュタイプなど、さまざまな商品がありますが、国内で販売される虫よけ剤の多くが、虫の忌避成分「ディート」を含んでいます。

この虫よけ剤に関し、平成17年8月に厚生労働省よりメーカーに対し、6か月未満の乳児には使用しない、6か月以上2歳未満の乳児は1日1回、2歳以上12歳未満は1日1～3回、顔には使用しない、ディート濃度記載の指導がありました。

また、最近は天然素材（ユーカリやペパーミント）の虫よけパッチや虫よけリングもありますが、園での管理や運用を考えると、家庭での利用にとどめていただくよう保護者に理解と協力をお願いしましょう。

## 3 紫外線対策

紫外線は骨形成を助け殺菌効果がある反面、生体への影響が強い紫外線のうち、B 領域紫外線（UV-B）の増加が問題になっています。

外遊びは子どもの成長発達にとって大切であることから、紫外線を浴びすぎないように、以下のよう工夫をしましょう。

- 紫外線の強い時間帯の戸外活動はなるべく避ける。
- 外遊びの場所はコンクリートやアスファルト面は極力避け、芝生や土の上、木陰を選ぶ。
- プールなどでは遮光ネットやパラソルを設置し、日陰をつくる。
- ベビーカーでは日よけや帽子を利用し、露出している足などにタオルをかける。
- つばの広い帽子や首筋まで覆う帽子をかぶせる。



保育園における日焼け止め剤の使用は、従来どおり医師の指示で「病気や治療のために紫外線が有害なので日焼け止めクリームが必要」という場合だけとします。

ただし、家で塗ってくることや、登園時に保護者が塗るのは差し支えありません。