

# #8000オンラインイベント掲載資料目次

※SNSなどへの無断転載はご遠慮くださいますようお願い致します。

[#8000ってなあに？](#)

[#8000電話相談のポイント](#)

[この冬注意すべき感染症は？](#)

[自宅で何をどう注意すればいい？](#)

[発熱時に親ができること](#)

[常備する病気対策グッズ](#)

[救急車を呼ぶ判断](#)

[子どもを見守るために  
福井聖子 先生](#)

[子どもの事故を防ぐには  
小山典久 先生](#)

[#8000について  
渡部誠一 先生](#)



# #8000ってなあに?

## #8000

- 無料
- 夜間対応可
- 子どもの病気やケガに詳しい看護師が答える
- 受診の目安を教える  
(病院紹介は地域差あり)
- 自宅でのケア方法を教える

## #7119

- 無料
- 24時間対応可
- 子ども専門ではない
- 救急車を呼ぶか否かの判断を医師や看護師、相談員がする



# #8000

## 電話相談のポイント

1

子どもの性別と月齢を伝える

2

相談したい内容、知りたい内容を伝える

(嘔吐の対処法と受診の目安など)

3

症状の経緯を伝える

(いつから、どんな症状？他の症状は？周囲の感染症例は？子どもの様子は？）

Q

A

# この冬、注意すべき感染症は？

- おなかの風邪（乳幼児嘔吐下痢症）
- 感染性胃腸炎（口タ<sup>\*</sup>、ノロ）＝下痢・発熱・腹痛
- RSウイルス＝発熱・鼻水・ひどい咳。夏にも流行。低月齢だと重症化。
- インフルエンザ<sup>\*</sup>＝急激な高熱・鼻水・咳
- せき・鼻水風邪＝風邪症状、咳が治らない
- マイコプラズマ肺炎
- 溶連菌感染症＝発熱・咽頭痛・舌にいちご状のブツブツ

\*…予防接種で防げる病気です

Q

A

# 自宅で何をどう注意すればいい?

おなかの症状が  
ある病気  
=腹痛・嘔吐・下痢

熱が出る病気

咳が出る病気

腹 痛 = 不機嫌、ミルクや水分を飲まないときは注意  
脱 水 = おしっこの回数が半日に1回は注意  
嘔吐・下痢 = 二次感染に注意

呼 吸 = いつもより早いかどうか注意  
機 嫌 = 不機嫌でぐったりしていないか

※38度以上の発熱で  
熱性けいれんが起こることも

呼 吸 = のどのゼロゼロ・ヒューヒュー音・胸の凸凹（陥没呼吸）・肩での呼吸  
音 脱 頭 = コンコン咳・ケンケン咳  
水 = 咳がひどくて水分がとれていない場合は注意  
色 = 顔や唇が青ざめてきていないか注意

Q

A

## 発熱時に親ができること

1

子どもが安心して休めるように、  
そばに居る

2

寒気がしたり手足が冷たいなら温め、  
熱かったら冷やす

3

湯冷まし・お茶などを飲ませる

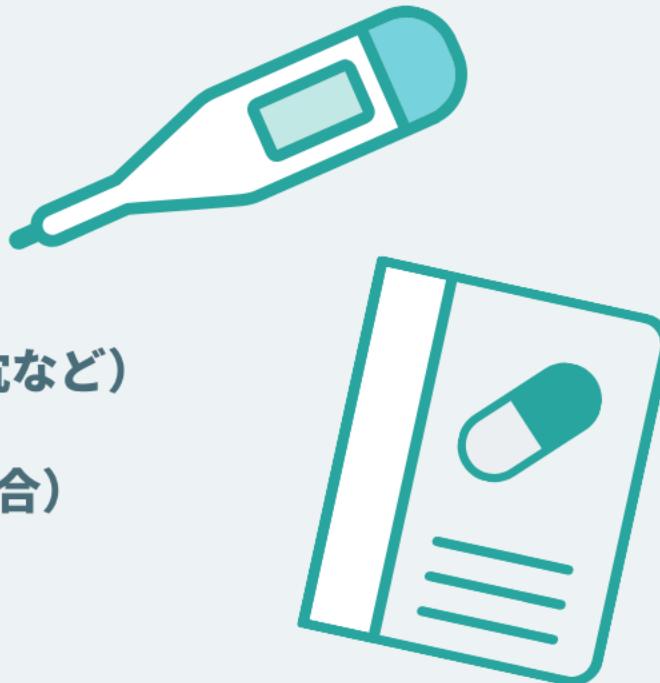
Q

A

## 常備する病気対策グッズ

### 常備しておきたいもの

- 体温計
- 冷却用グッズ (タオル・保冷剤や氷・水枕など)
- 鼻水吸引器 (鼻水・鼻づまりが気になる場合)
- 健康保険証と母子健康手帳
- お薬手帳
- かかりつけ医・地域の夜間休日診療所の連絡先メモ



Q

A

## 常備する病気対策グッズ

感染性胃腸炎による  
嘔吐・下痢に備えて

- ビニール（ポリ）手袋
- ビニール（ポリ）袋
- 使い捨て大人用マスク
- ぞうきん
- ペーパータオル
- 塩素系漂白剤



生後7か月ぐらい～

- 経口補水液
- 虫よけスプレー
- ガーゼつきばんそうこう
- かゆみ止めや  
虫刺され用塗り薬



Q

A

# 救急車を呼ぶ判断

1

**呼吸困難** → 息がしにくそうで、胸が凸凹上下する  
「陥没呼吸」が見られる・呼吸が止まりそう

2

**アナフィラキシー** → アレルギー物質を食べる・触れるなどのあとに、  
激しいじんましん・ゼーゼーする呼吸・  
顔色が悪い・おしっこをもらす・意識朦朧など

3

**意識障害** → 刺激しても反応がにぶく、眠ってばかりいる・  
意味不明の言動がある・異様に興奮している

4

**全身真っ青になっている**

5

**けいれん** → 5分以上は救急車を呼ぶ



# #8000 オンラインイベント

1.

## 子どもを見守るために

福井 聖子 先生

ふくい まさこ

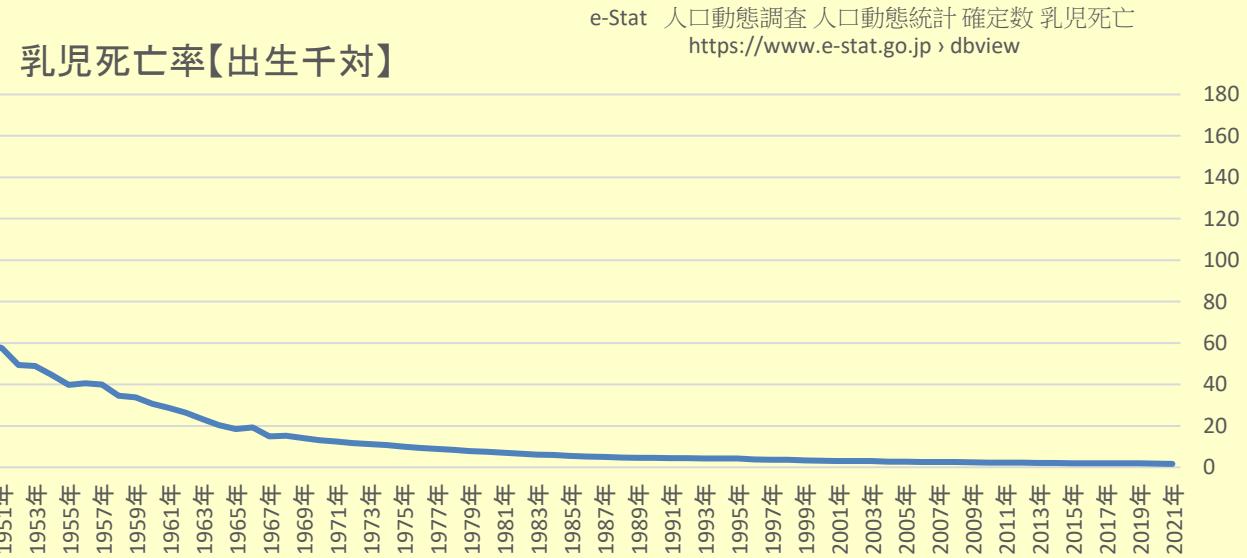


# 子どもを見守るために

医学博士・小児科医・3児の母  
大阪府小児救急電話相談上本町事務所長  
NPO法人小児救急サポートネットワーク代表

福井聖子

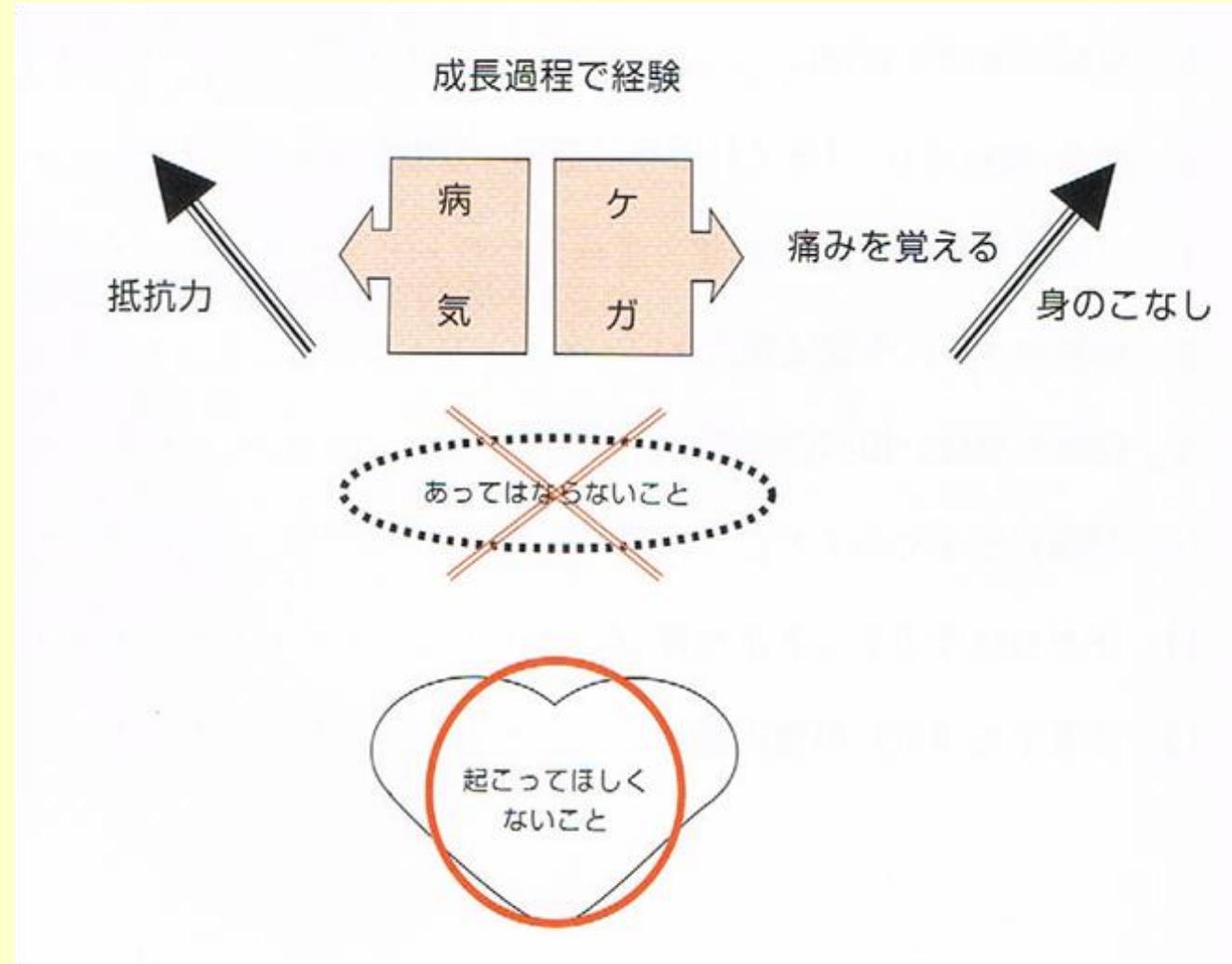
# 医療や社会の進歩とともに 重症の病気は激減



軽症でも中等症でも  
家庭生活における非常事態はほぼ同じ

人と場所の備えを！

# 病気や小さなケガをどう考える？



# 病気やケガを乗り越えて、成長する

## 病気のプラス効果

＜子どもにとって＞

免疫を獲得する

＜保護者にとって＞

観察・体調の把握・状態の悪い

子どもに落ち着いてつきあうことは

子育てにプラス

\* いつでもどこでも判断できる

\* わが子の状態をよく知って

いるという強み

＜親子の信頼関係＞

## 休養の重要性

リラックス・睡眠は、

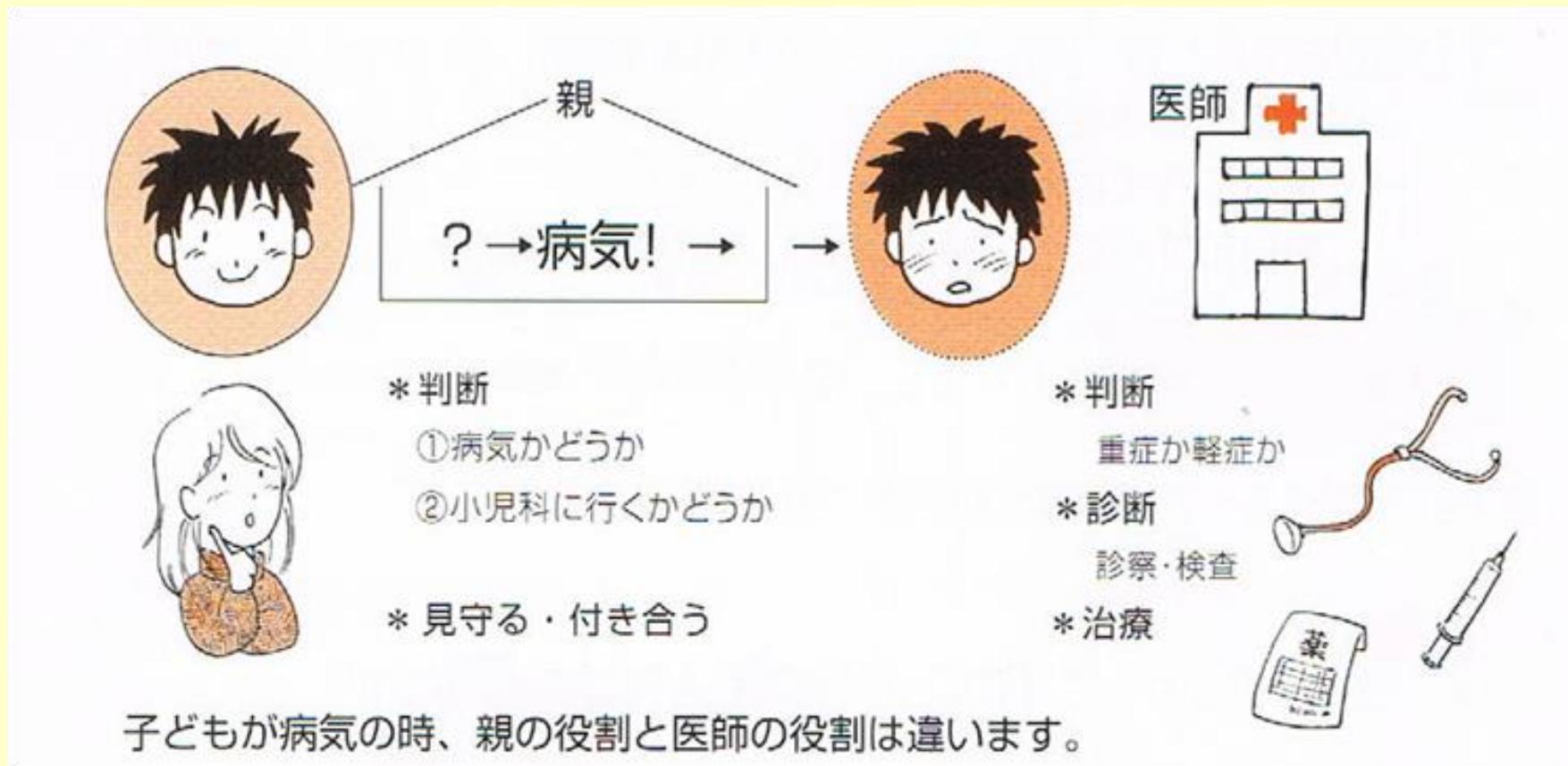
体力を回復し、

免疫力を高める。



# 家庭と医院・病院との役割分担

## 親は判断、医者は診断



# 家族が行う受診の判断

1. そのまま家庭で見る
2. 受診するが、急がない
3. すぐに受診を

# 主に夜間における#8000の対応

1. そのまま家庭で見る



2. 受診するが、急がない

3. すぐに受診を

夜間救急診療機関

救急車呼ぶ

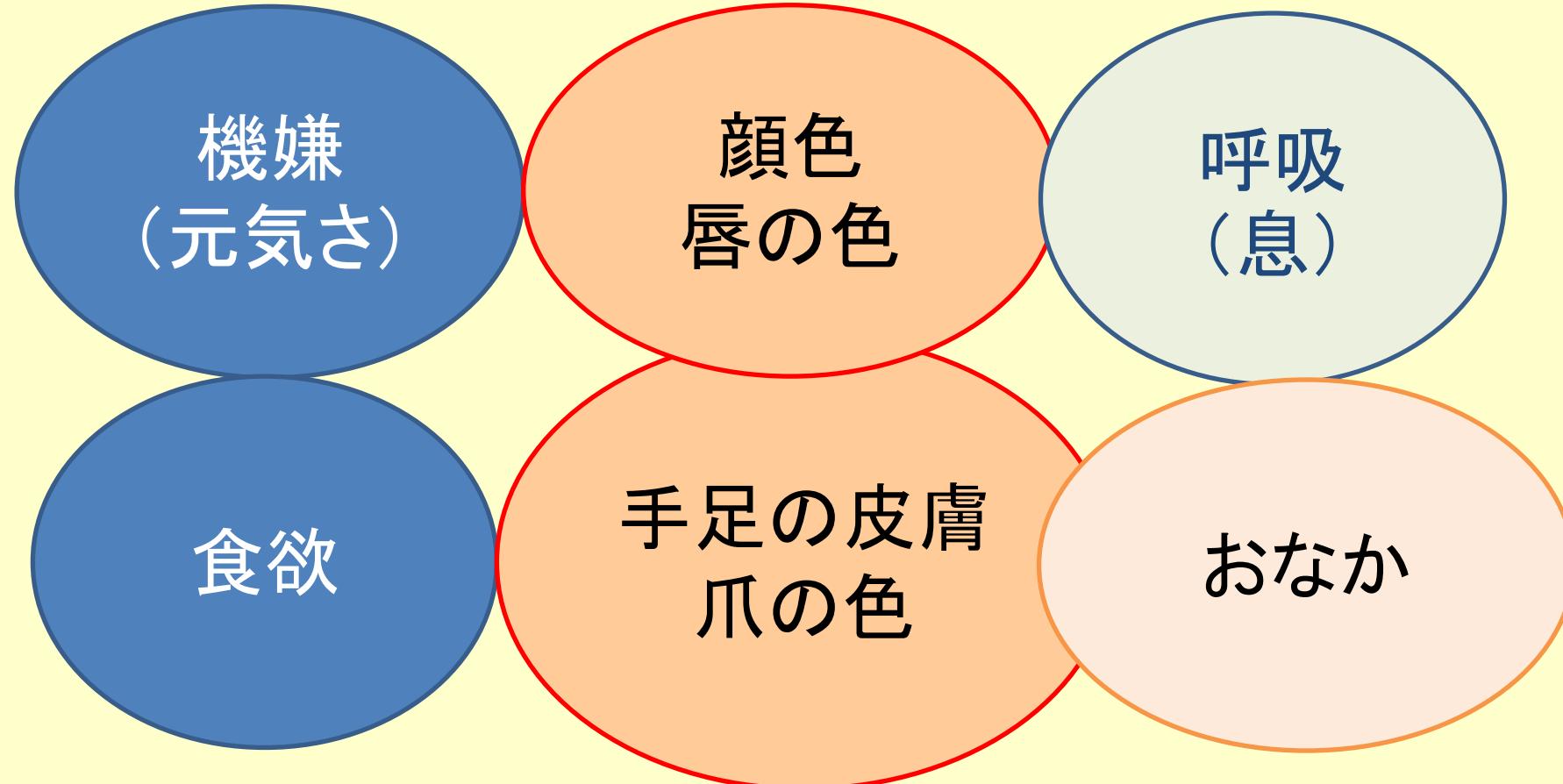
# 受診の判断に、最も大事なポイント

	経過観察 	注意して 経過観察 	すぐに受診 	救急車を呼ぶ 
一般状態 およそ 4か月未満	機嫌は変わらない 哺乳力は変わらない	少し不機嫌だが、 哺乳力は変わらない	活気がない 哺乳量が少ない	哺乳しようしない
およそ4か月 ～4歳未満	機嫌は良い・変わらない 比較的元気である	不機嫌だが遊ぶ ことはできる	不機嫌でずっと ぐずる ぐったりしている 全く遊ばない	起きようとしない
およそ 4歳以上	元気している 比較的元気である	元気はないが、 苦しそうではない	活気がない 苦しそうである	ひどく苦しそうである

# もう少し、状態を詳しく見ると

	経過観察 	注意して 経過観察 	すぐに受診 	救急車を呼ぶ 
顔つき 表情	普段と変わらない 頬が赤い。	元気はないが、 顔色は悪くない	苦しそうである	蒼白になっている 無表情である
睡眠	スヤスヤ寝ている ウトウトしている	抱っこすれば眠れる 怒って寝ない	少しの刺激で 起きる	しんどくて眠れない 変に興奮して寝ない
食事摂取	普段通り食べる 少し落ちている	水分は摂れている	欲しがらない 水分も摂れない	欲しがらない 水分も摂れない
排尿	良く出ている	少ないが出ている	あまり出でていない	12時間以上出で いない
意思疎通	普段通りにてきる	聞けば答える	話したがらない	呼びかけに応じない 相手が誰か わからない 反応がみられない

# 健康な日常生活で、見て触れて 体を見る力をつけよう



子どもにとって暑い？ 寒い？  
→皮膚・爪や唇の色の変化を感じよう！

暑い時

1. 皮膚表面の血管拡張…温かい・赤み

放熱

寒い時

1. 皮膚表面の血管収縮…冷たい・白っぽい

熱を逃がさない

# #8000 オンラインイベント

2.

## 子どもの事故を防ぐには

小山 典久 先生  
こやま のりひさ



# 子どもの事故を防ぐには

- どんな事故
- 予防方法
- 緊急処置



政府広報オンライン <https://www.gov-online.go.jp/useful/article/201802/1.html>

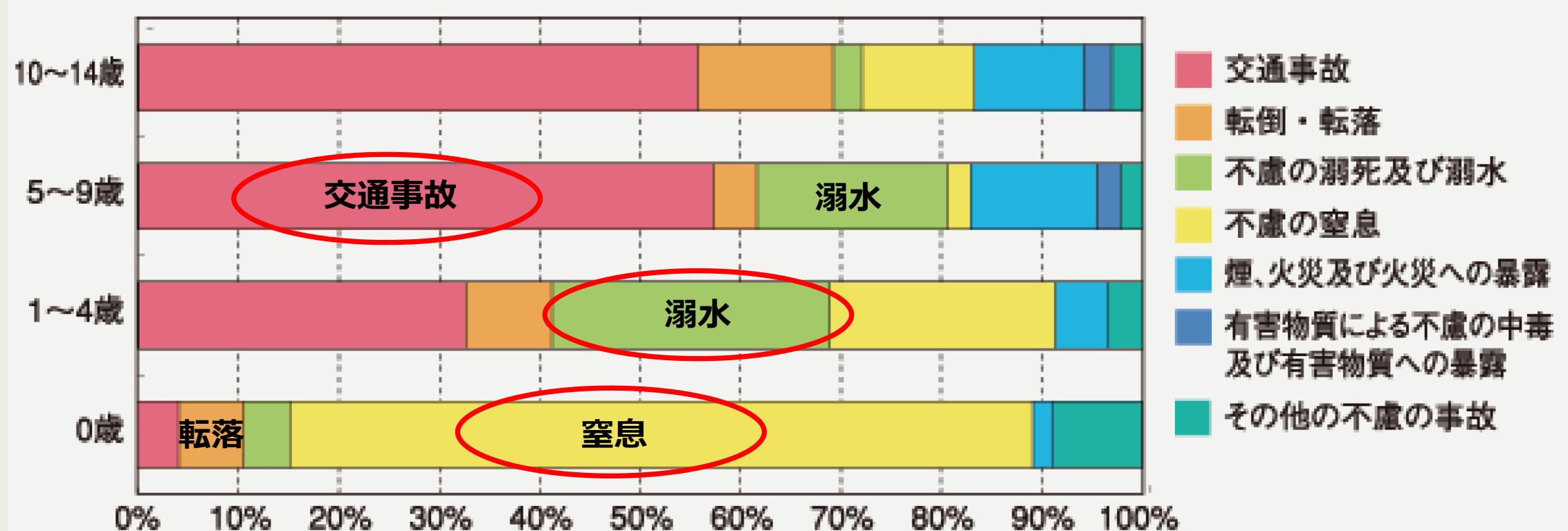
豊橋市こども発達センター小児科  
小山 典久

# 年齢別の死因と死亡数(2022年)

年齢	第1位		第2位		第3位	
	死因	死亡数(人)	死因	死亡数(人)	死因	死亡数(人)
0歳	先天奇形等	485	呼吸障害等	200	不慮の事故	57
1~4歳	先天奇形等	113	不慮の事故	58	悪性新生物	46
5~9歳	悪性新生物	89	先天奇形等	29	不慮の事故	28

➤不慮の事故は子どもの死因のベスト3

# 月齢・年齢別の起きやすい事故

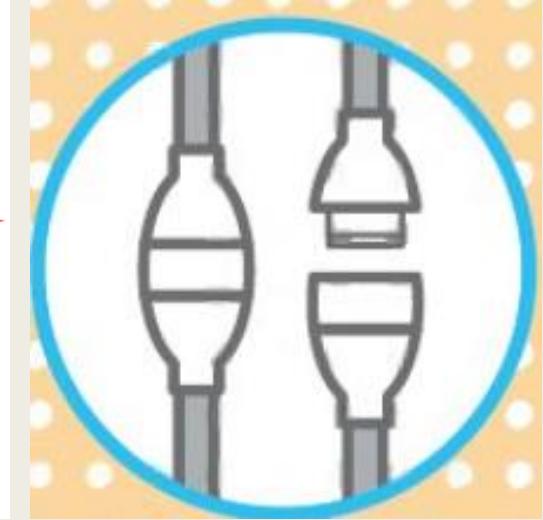


あいちはぐみんネットより

<https://www.pref.aichi.jp/kosodate/hagumin/growing/age.html>

# 窒息

- 赤ちゃんには固めの寝具を使う、頭の回りには何も置かない
- スリングは顔が見える状態で使用
- ブラインドのひもは重さで外れる安全装置付、束ねる、ソファやベッドをひもの近くに設置しない
- 食べ物でも窒息：ミニトマト、ゼリー、もち、あめ玉などは与えない、もしくは小さくして与える
- スーパーボールなどおもちゃも危険
- 直径3cmより小さなものは手の届かない高い(1m以上)ところに



# 窒息時の緊急対応



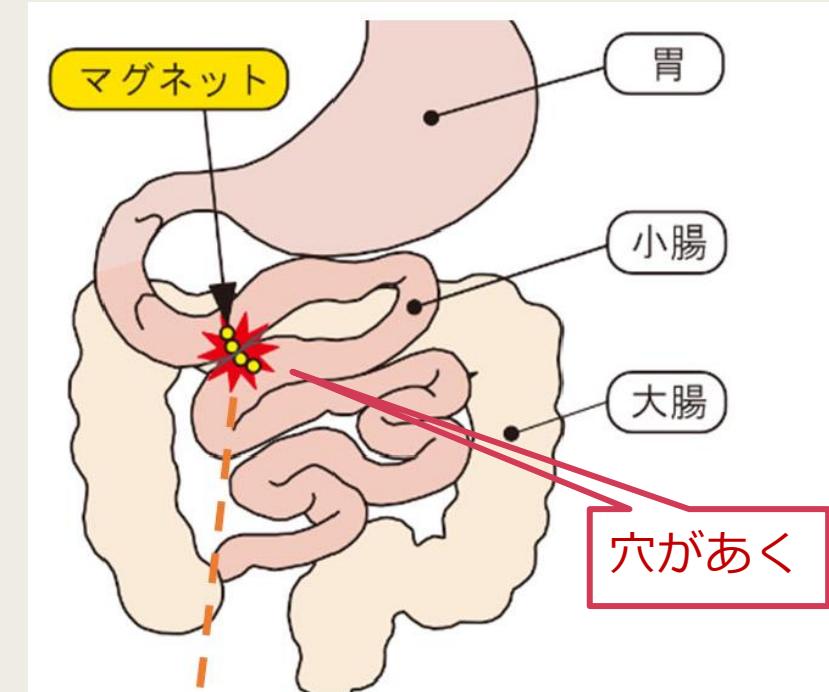
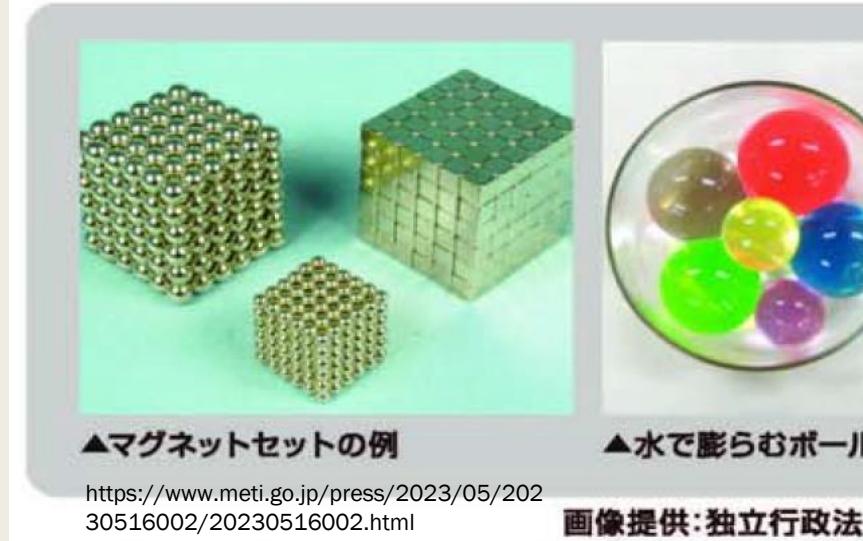
# 誤飲・誤嚥

ジュースの缶を  
灰皿にしない

## ■ 危険なもの

ボタン型電池、マグネットボール、水で膨らむボール、鉛、医薬品、ゴキブリ用殺虫剤(ホウ酸入)、シロアリ駆除剤、除草剤、殺鼠剤、化粧品(液体のもの)、強酸・強アルカリの洗剤(換気扇用・トイレ用の洗剤や塩素系漂白剤)、ジェルボール、マニキュア、和服や人形用の固体防虫剤(樟脳、ナフタリン)、灯油、ピーナッツ(5歳まで)

※海外では死亡事故が発生して



指を挟んでも付く程の強い磁力を持つマグネットボール

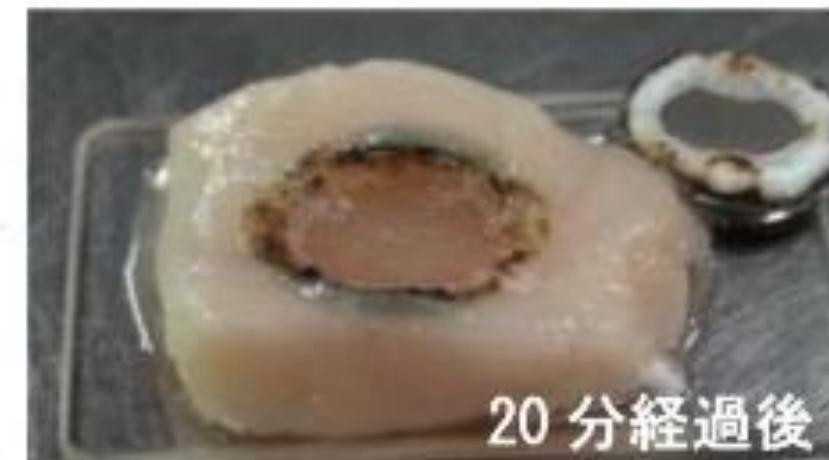
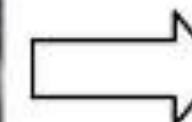
消費者庁

[https://www.caa.go.jp/policies/council/csic/report/report\\_021/assets/csic\\_cms101\\_211125\\_01.pdf](https://www.caa.go.jp/policies/council/csic/report/report_021/assets/csic_cms101_211125_01.pdf)

# ボタン型電池 鶏肉の上に置いたなら

写真 3. 鶏肉を使用した化学やけど再現<sup>(注 10)</sup>

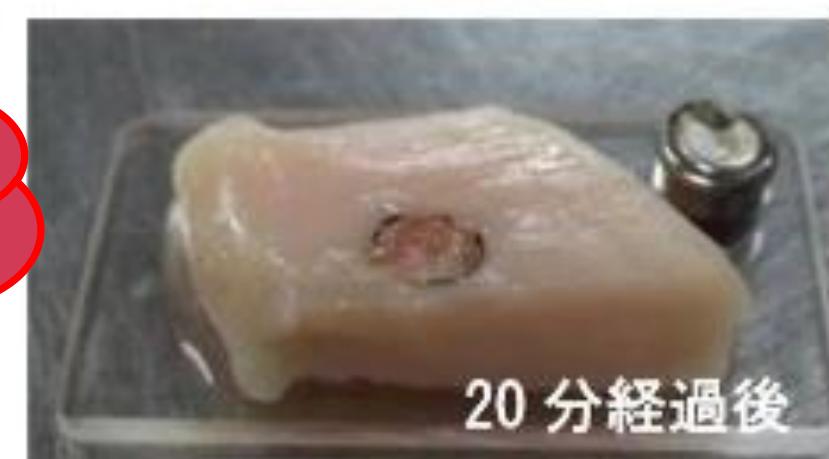
コイン型リチウム電池



アルカリボタン電池



20分で食道に  
穴が開く



# 誤飲・誤嚥

同じものや  
容器などがあれば  
受診時に持参

## ■ 事故発生時の緊急対応

- ✓ 顔色や呼吸の状態に異常がないか確認
- ✓ 何を、どのくらい、いつ食べたのか確認
- ✓ できれば吐かせられると良い。
- ✓ 吐かせてはいけない例外

灯油、シンナー、ガソリン、酸・アルカリ(換気扇用・トイレ用の洗剤や塩素系漂白剤など)、ネズミ駆除薬、マニキュア徐光液



# 衣服に火がついてしまったら

走らない  
扇がない

ストップ： **止まる！**

走ると火の勢いが強くなる

ドロップ： **倒れる！**

燃えているところを地面に押しつける

ロール： **転がる！**

同時に両手で顔を覆うと顔のやけどを防げる



©RISK WATCH

# 交通事故

- チャイルドシート
- 自転車に乗る時は親子ともにヘルメット
- 道路は保護者の右手で手をつないで右側を歩く
- 公園に着いたら手を離す 約束！
- 車にはこどもを乗せた後で親が乗る
- 親が車から降りた後でこどもを降ろす
- 車のドアはチャイルドロック
- 車の中にこどもだけ放置しない



# 溺水

- こどもは静かに溺れる
- 残し湯はしない
- 浴室には鍵
- 浮き輪があっても目を離さない
- 小・中学生でもお風呂で溺れる。特にひきつけを起こしたことのあるこどもは要注意
- 10cmの水深でも危険。洗面器で溺れたお子さんもいる



日本小児科学

[https://www.jpeds.or.jp/uploads/files/injuryalert/0004\\_follow.pdf](https://www.jpeds.or.jp/uploads/files/injuryalert/0004_follow.pdf)



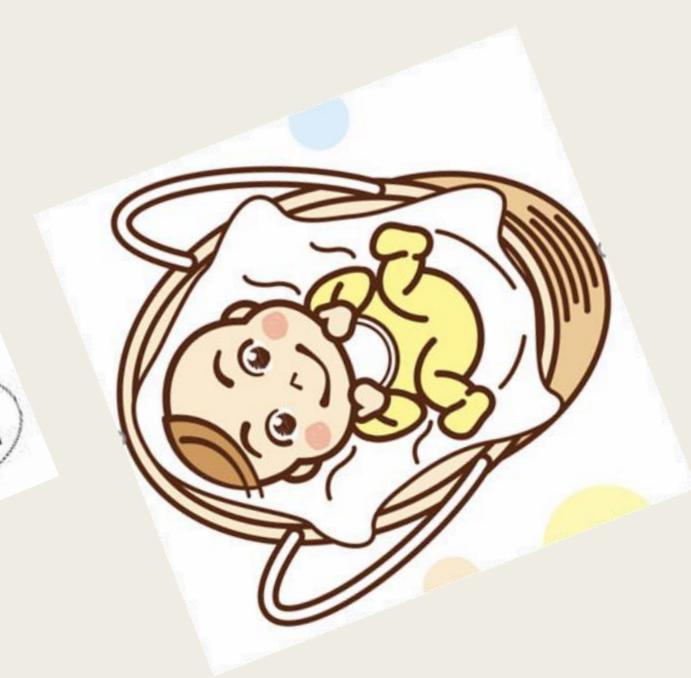
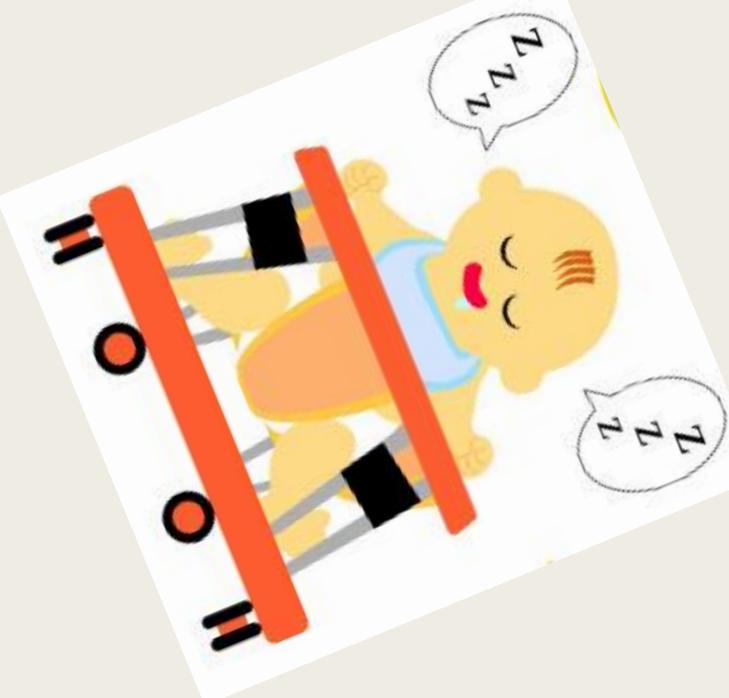
首は後屈  
まず2回息を吹き込む  
鼻はつまむと息が漏れない

子どもの救急 一次救命処置の手順参照

[http://kodomo-qq.jp/jiko/index.php?pname=jiko\\_firstaid](http://kodomo-qq.jp/jiko/index.php?pname=jiko_firstaid)

# 転落

- 階段には柵
- 歩行器は使用しない
- クーハンは使用しない
- ベッドの柵は必ず上げる
- ソファーには寝かせない
- 抱いたままで転倒  
⇒ 安定した靴を履く
- 抱っこで前にかがむときは  
子どもに手を添える
- ベランダには物を置かない  
(クーラーの室外機に上って転落)



# 熱傷

- 赤ちゃんを抱いたまま熱い飲物を飲まない
- ストーブには柵
- ポットは安全ボタンのついたもの
- 炊飯器や加湿器の蒸気が出てくる部分に注意
- アイロンなど熱源は床に置かない
- テーブルクロスは使わない：  
熱い鍋をひっくり返す
- マッチ、ライターは手の届かないところに
- 衣服に火がついたら・・・・・



脱がさず冷水で冷やす

# #8000 オンラインイベント

3.

## #8000について

渡部 誠一 先生

わたなべ せいいち





# #8000について

2023年10月1日#8000啓発事業2023

日本小児科医会理事（小児救急医療委員会、#8000担当）  
渡部誠一（わたなべせいいち）



# どんな時、#8000に電話する？

## ■直ぐ受診すべきか迷う時、子どもの急病で不安な時

- 受診について「119番、すぐ受診、翌日受診、何かあれば受診、受診不要」のいずれかをアドバイスしてくれる。
- どうなったら受診すべきか、どんな症状に気をつけるかを教えてくれる。

## ■医療機関案内は、

- #8000の本来の目的ではなく、地元情報に乏しい時もある。
- こども救急ガイドブックや救急医療情報システムを調べると良い（後述）。

# #8000の緊急度判定とは

- 1/4直ぐ受診

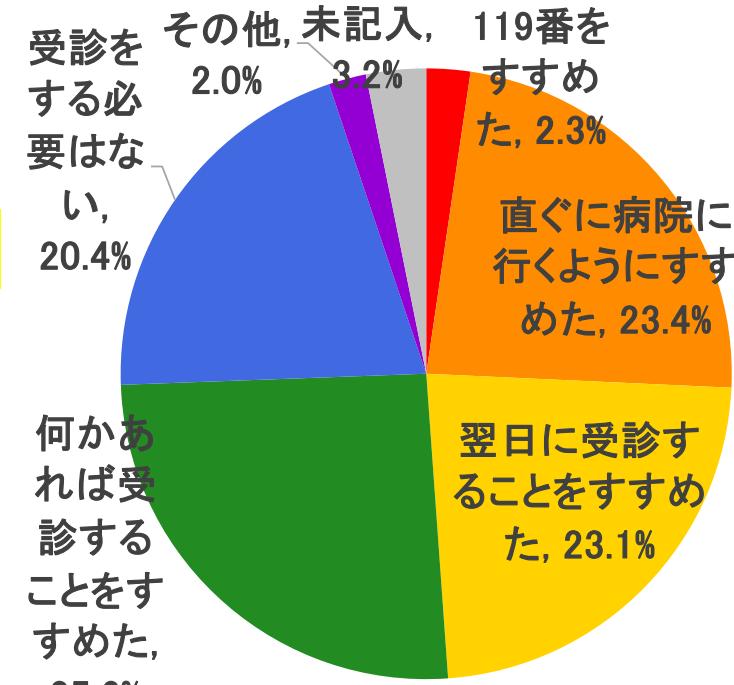
- 1/2翌日受診or何かあれば受診

- 何かあれば受診は#8000特有

- 1/4受診不要

- 受診時の救急トリアージと#8000は違う。

- 救急トリアージは、蘇生、緊急、準緊急、非緊急に分けて、診察順番と場所を決める。





# #8000はいつ、誰がやっている？

## ■いつ？

- › 準夜帯・深夜帯は全都道府県。19時から8時までが多い。
- › 休日日勤帯は25都県が実施。#7119加えて32都府県が実施。

## ■誰が？

- › 電話相談員は小児科看護師。
- › 医師が待機していて、電話相談員からの相談に答えたり、医師が直接答える場合がある。全体の0.2%
- › 都道府県が実施し、お金を出している。国が1/2補助。

# #8000はどのくらい、誰が使う？

- 年間約100万件。1か月間に200人にひとりの子どもが利用する。
- 相談対象児は年少児が多い。
  - 1歳未満23%、3歳未満56%、6歳未満82%
- 相談する人
  - 続柄：母親83%、父親16%
  - 年代：20代16%、30代67%、40代16%
  - 第1子・子ども一人家庭49%

# 電話がつながらない時どうする？

## ■集中すると回線オーバー

- ピーク時は飽和している。

## ■1日の時間変動が大きい。

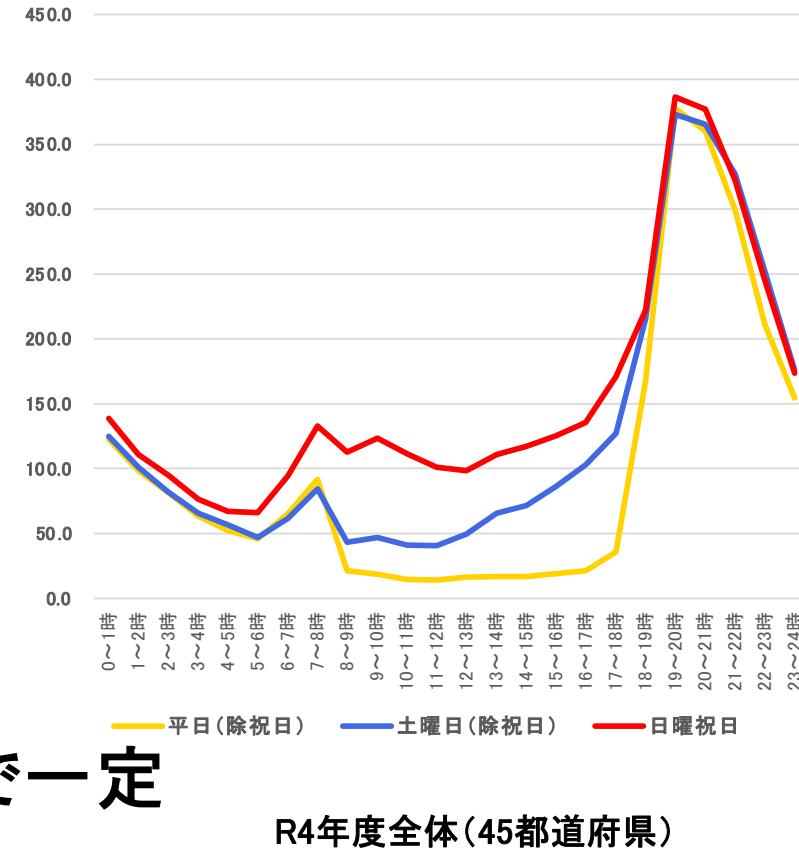
- 19時ピーク

- 深夜はピークの1/3～1/8

- 日曜祝日日勤帯はピークの1/3で一定

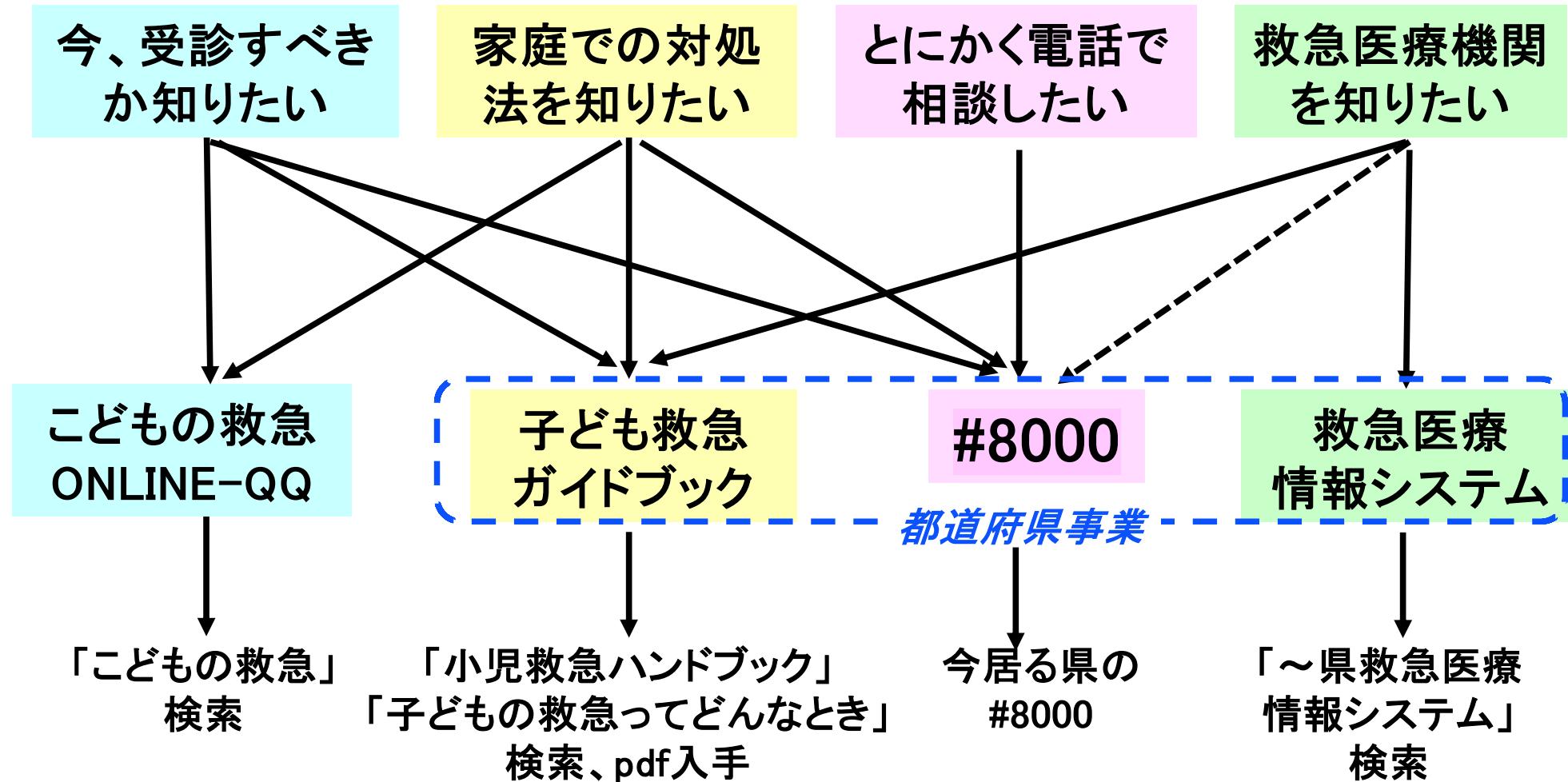
## ■つながらない時、他の**小児救急医療情報ツール**を使う。

- #8000を含めて4つのツールがある。



R4年度全体(45都道府県)

# 小児救急医療情報ツール



◎いざという時に使えるように普段から調べておく(#8000以外は試せる)。

日本小児科医会HPにリンク先を掲載している。



# 緊急性があるか、家庭でチェック

家庭看護力醸成

PALS小児二次救命処置法

## 第一印象

(30秒で判断)

- A. 外観(パッと見て悪い)
- B. 呼吸(呼吸が苦しそう)
- C. 循環(皮膚の循環)

小児評価トライアングルPAT



いつもと違う

+ 保護者の気づきと  
医療者の傾聴

★この2つを  
合わせたものが  
家庭看護力