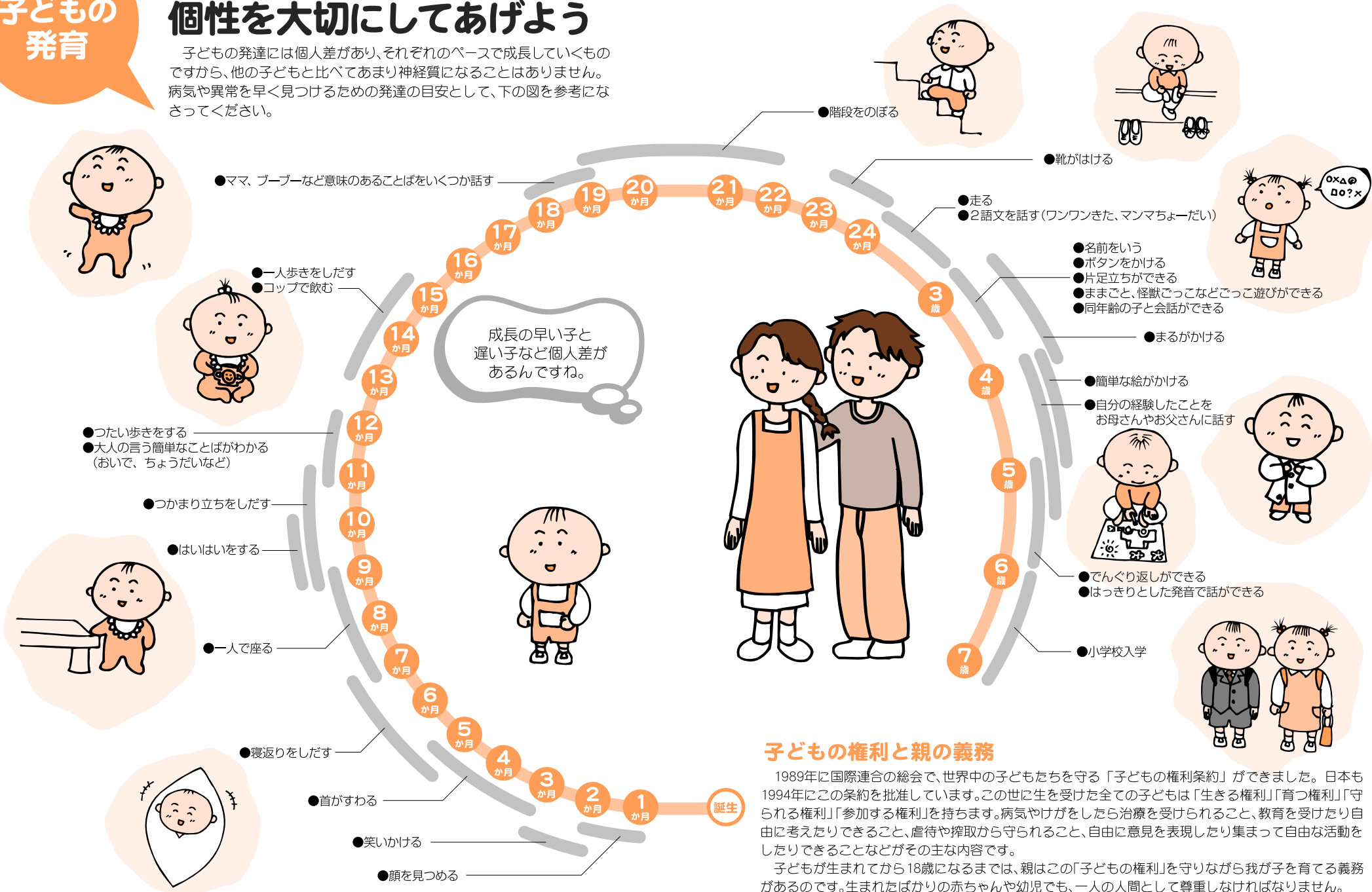


# 子どもの 発育

## 生まれたときから持っている 個性を大切にあげよう

子どもの発達には個人差があり、それぞれのペースで成長していくものですから、他の子どもと比べてあまり神経質になることはありません。病気や異常を早く見つけるための発達の目安として、下の図を参考にさせていただきます。



### 子どもの権利と親の義務

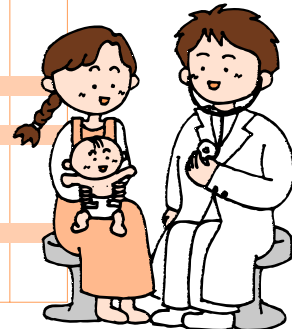
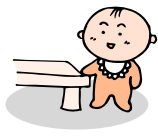
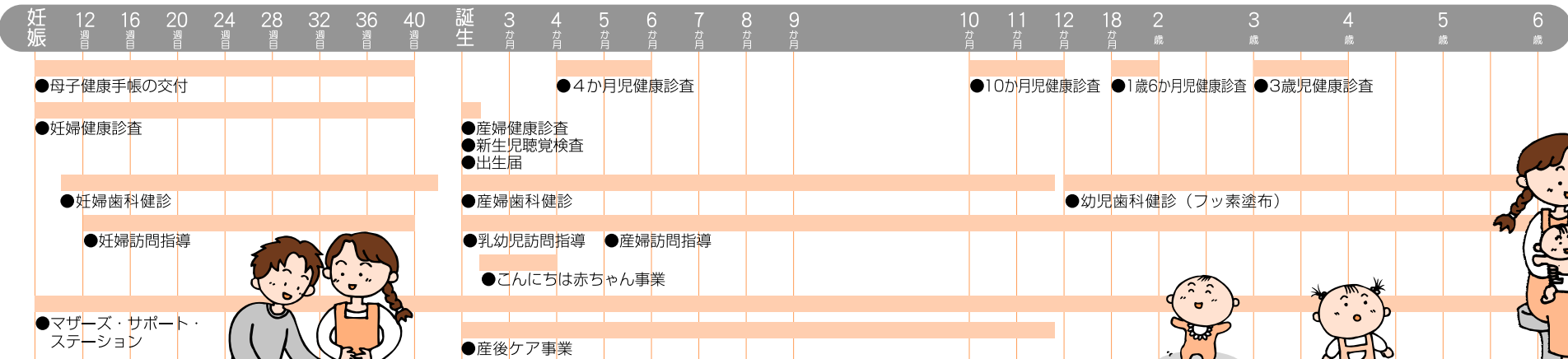
1989年に国際連合の総会で、世界中の子どもたちを守る「子どもの権利条約」ができました。日本も1994年にこの条約を批准しています。この世に生を受けた全ての子どもは「生きる権利」「育つ権利」「守られる権利」「参加する権利」を持ちます。病気やけがをしたら治療を受けられること、教育を受けたり自由に考えたりできること、虐待や搾取から守られること、自由に意見を表現したり集まって自由な活動をしたりできることなどがその主な内容です。

子どもが生まれてから18歳になるまでは、親はこの「子どもの権利」を守りながら我が子を育てる義務があるのです。生まれたばかりの赤ちゃんや幼児でも、一人の人間として尊重しなければなりません。

# 妊娠・出産と子育て

## 妊娠から産後までお母さんと赤ちゃんの健康

市では、妊婦さんや赤ちゃんの健康のこと、育児のこと、食事や離乳食のこと、むし歯の予防のことなどの健康について、医師、歯科医師、歯科衛生士、管理栄養士、臨床心理士、保健師などいろいろな相談に応じています。電話や来所での相談の他、必要に応じて家庭訪問も行っていきますので、お気軽にご相談ください。



### 健康相談事業等

事業名等	内容	お問合せ
母子健康手帳の交付	妊娠された方に母子の健康管理を記録する母子健康手帳を交付します。	TEL.32-1533 FAX.32-1506 子ども未来部 母子保健課
妊産婦健康診査等受診票の交付	母子健康手帳交付時に、妊産婦健康診査や新生児聴覚検査の受診票を交付します。	
両親学級	詳細については母子健康手帳交付時のちらしをご覧ください。	
こんにちは赤ちゃん事業	生後4か月までの赤ちゃんがいる全世帯を訪問します。	TEL.32-1565 FAX.32-1506 マザーズ・サポート・ステーション (P70参照)
乳幼児訪問指導	乳幼児の発達・発育等の育児についての訪問指導を実施しています。	
マザーズ・サポート・ステーション(子育て世代包括支援センター)	妊娠・出産・子育てに関する相談や産後ケア事業の利用申請を受け付けています。	TEL.32-1515 FAX.32-1526 保健福祉部 健康増進課
離乳食教室	離乳初期(生後5~6か月頃)の食事のデモンストレーション見学等の教室を行っています。	
出生届	生まれた日を含めて14日以内に届けてください。出生届には医師または助産師の出生証明書が必要です。	TEL.21-3173 FAX.24-2220 市民部戸籍担当

# 乳幼児健診

## 健やかな成長を願って

病気を早めに見つけたり、赤ちゃんを健やかに育てるためにも健康診査は積極的に受けましょう！

母子保健課では、4か月児・10か月児・1歳6か月児・3歳児の健診を実施しています。健康診査では、医師の診察や栄養指導、日常生活の指導、育児全般の相談や歯科健診などが受けられますので、ぜひお越しください。

### 乳幼児健康診査の日程

総合保健センター		お問合せ TEL.32-1533		
区分	実施日・受付時間	通知の有無	持参するもの	備考
4か月児健診	毎週木曜日 13時~14時30分	有	母子健康手帳、バスタオル、アンケート用紙	
10か月児健診	毎週木曜日 9時~10時30分	有	母子健康手帳、バスタオル、アンケート用紙	
1歳6か月児健診	毎週火曜日 9時~10時30分	有	母子健康手帳、アンケート用紙、歯ブラシ	
3歳児健診	毎週水曜日 13時~14時30分	有	母子健康手帳、アンケート用紙、歯ブラシ	●事前に「目・耳の検査セット」を送りますので自宅で検査後、受診してください。 ●当日「尿検査」を実施しますのでお送りした容器に採尿しお持ちください。

※この健診は令和6年1月現在のものです。実施日および時間等は、都合により変更する場合があります。

### 歯科健診の日程

函館口腔保健センター(函館市総合保健センター 1階)		お問合せ TEL.56-8148	
▽幼児歯科健診(フッ素塗布)	『予約制』満1歳以上就学前まで(料金570円)	月・金 9:30~11:00	火 13:30~16:00 (祝日・年末年始を除きます。)
▽妊産婦歯科健診	母子健康手帳を持参してください。	金 9:00~11:00	(祝日・年末年始を除きます。)

※この健診は、令和6年1月現在のものです。令和6年4月以降の実施会場、曜日、料金等は都合により変更する場合がありますので、来所前に必ずお問合せください。

## 赤ちゃんの病気

# 赤ちゃんのかかりやすい病気と手当

赤ちゃんや子どもは、抵抗力が弱くて体力もないため、病気にかかりやすいものです。また、病気には「予防できるもの」と「予防できないもの」があって、どんなにお母さんが気を配っていても病気にかかってしまうこともあるのです。ここでは、赤ちゃんのかかりやすい病気や主な病気をとりあげてみましたので、参考になさってください。

## 麻疹(はしか)

ウイルス感染で起こる病気で、予防接種を受けていない1歳前後の赤ちゃんが多くかかる重い病気で強い感染力をもちます。

10～12日間の潜伏期間の後、2～3日の発熱に続いて、咳、鼻みず、結膜充血などが見られるようになります。その後、発疹が出現し発疹の消退とともに解熱します。安静にして、水分を補給し消化のよいものを摂取してください。

保育園、幼稚園の登園のめやすは、熱がすっかり下がって3日以上たってからとされていますが、かかりつけ医とよく相談しましょう。

## 突発性発疹

ウイルス感染で起こる病気で、生後4～5か月から1歳ぐらいの赤ちゃんが突然高熱を出して3～4日続きます。

生まれて初めての高熱であることが多く、咳や鼻みずは出ません。熱が下がると体中に発疹が出て、その後2～3日で色が薄くなり徐々に消えます。麻疹(はしか)や風しん(三日はしか)とは別の病気です。

脱水予防のため水分補給を心がけましょう。

保育園、幼稚園の登園のめやすは、熱がすっかり下がって体調がよくなってからとされていますが、かかりつけ医とよく相談しましょう。

## 手足口病

ウイルス感染で起こる病気で夏かぜの一種です。2～5日間の潜伏期間の後、その名のように手のひら・足のうら・口の中に小さな発疹ができる病気です。おしりやひざにできることもあります。

乳幼児の間で流行し、また、以前に感染したことのある子どもでも、原因のウイルスが1種類でないため、また感染する場合があります。口の中の発疹がつぶれたときは痛みがありますので、刺激の少ない食べ物を用意しましょう。また、食後は口の中を清潔にしておきましょう。

保育園、幼稚園の登園のめやすは、発熱がなく、普段の食事がとれることです。

## 風しん(三日はしか)

ウイルス感染で起こる病気です。2～3週間の潜伏期間後に、赤く小さな発疹が体中に出ます。発疹も2～3日で消え、あとも残りません。発熱を伴わない場合もあります。

発疹が消えかかるときにかゆみをとまなうこともありますので、かきこわさないように、爪の手入れも忘れずにしてあげてください。

保育園、幼稚園の登園のめやすは、全ての発疹が消えていることとされていますが、かかりつけ医とよく相談しましょう。

## 水痘(水ぼうそう)

ウイルス感染で起こる病気です。12～21日間の潜伏期間の後、発疹が胸・腹・背中から全身に広がりかゆみも強くなってきます。

発疹は3～5日でピークとなり、その後乾いて黒いかさぶたになります。平均して7～10日ぐらいでよくなります。かゆがりますので、手指は清潔にし、他の子と接しないよう自宅で静かに遊ばせましょう。

保育園、幼稚園の登園のめやすは、全ての発疹が痂皮(かさぶた)になってからとされていますが、かかりつけ医とよく相談しましょう。

## 流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)

ウイルス感染で起こる病気で、2～3週間の潜伏期間の後、耳の下が腫れます。おたふくのような顔になることから、この名前で呼ばれています。たいてい左右とも腫れますが、片側だけのこともあります。腫れは、1週間ぐらいでひきます。合併症として髄膜炎がきわめて多く、まれに難聴や脳炎を引き起こすこともあります。

口の中に炎症をおこしていますので、刺激の少ない飲み物や食べ物を用意しましょう。

保育園、幼稚園の登園のめやすは、耳下腺の腫れが出てから5日経過し、体調がよくなってからとされていますが、かかりつけ医とよく相談しましょう。

## 乳幼児突然死症候群(SIDS)について

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原因不明の病気です。

乳幼児期の死亡原因の第4位となっており、生後2か月～6か月に多いとされています。

SIDSの予防方法は確立していませんが、次の3つのポイントを守ることで、SIDSの発症率が低くなるのですが、これまでの研究で明らかになっています。

- ① 寝かせるときは、あおむけに寝せる。
- ② 赤ちゃんの周囲でたばこを吸わない。
- ③ できるだけ母乳で育てる。

これらのことはいずれも直接の原因ではありません。子育てに関し必要以上に不安を抱くことは避け、これを参考に日頃の子育てを再確認していただき、あとはおらかな気持ちで子育てしましょう。

# 予防接種

## 予防できるものだから 時期を守って受けましょう

さまざまな感染症から、お子さんの健康を守るためにも、正しい知識を持って予防接種を受けましょう。

予防接種の種類と時期は、下の表を参考にしてください。それぞれの予防接種を受ける間隔や、接種を受ける日のお子さんの体調などもよく把握して、時期を逃さないように注意しましょう。

### ◆乳幼児期の定期予防接種

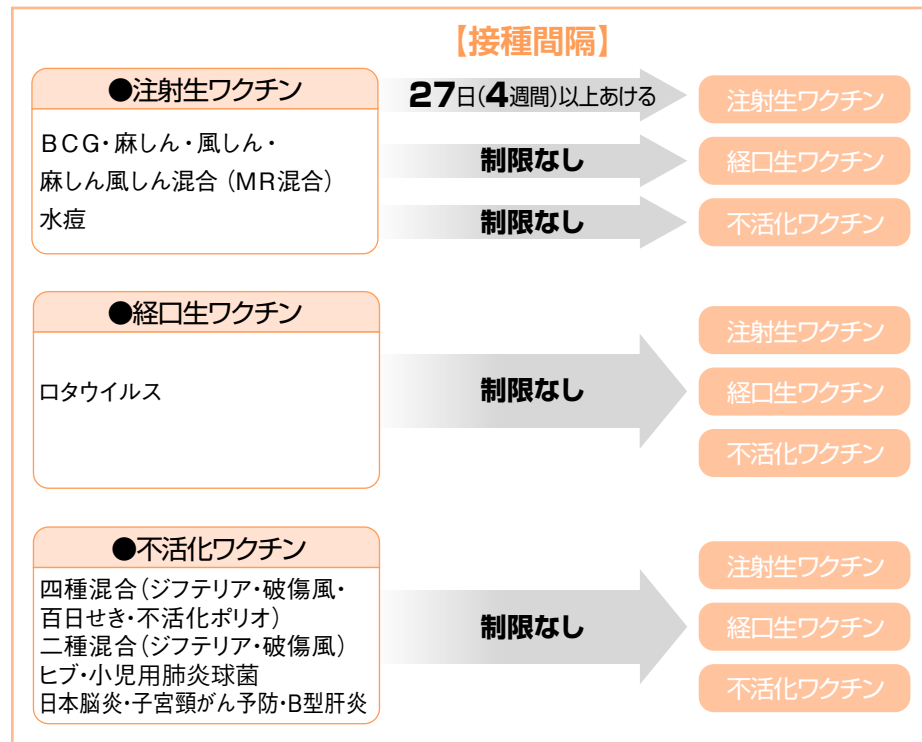
区分	接種対象年齢	接種日時・期間	接種回数	接種場所	備考
BCG	生後3か月～1歳未満		1回		標準的な接種時期は生後5か月～8か月です。
ロタウイルス	2回接種ワクチン(ロタリックス)	出生6週0日～24週0日後	2回		標準的な初回接種は生後2か月から出生14週6日後までです。
	3回接種ワクチン(ロタテック)	出生6週0日～32週0日後	3回		
ヒブ	生後2か月～5歳未満	通年	備考欄を参照	予防接種実施医療機関	《接種開始時期》 《接種回数》 ・生後2か月～6か月 4回 ・生後7か月～11か月 3回 ・1歳 1回 ・2歳～4歳 1回
小児用肺炎球菌					《接種開始時期》 《接種回数》 ・生後2か月～6か月 4回 ・生後7か月～11か月 3回 ・1歳 2回 ・2歳～4歳 1回
B型肝炎	1歳未満		3回		標準的な接種時期は生後2か月～9か月です。 ※「予防接種のしおり」または市のホームページをご覧ください。
四種混合 ○ジフテリア ○百日せき ○破傷風 ○不活化ポリオ	生後3か月～7歳6か月未満	通年	1期初回3回 1期追加1回		第2期は、小学校6年生のとき接種します。(個別通知します)
					第2期は、小学校入学前の1年間の時期に実施します。
麻疹風疹混合 麻疹・風疹	1期 1歳～2歳未満 2期 5歳～7歳未満		各1回		標準的な初回接種は1歳～1歳3か月までです。
水痘 (水ぼうそう)	1歳～3歳未満		2回		
日本脳炎	1期 生後6か月～7歳6か月未満	通年	1期初回2回 追加1回 2期 1回		1期の標準的な接種開始時期は3歳です。
	2期 9歳～13歳未満				

(令和6年1月現在)

### ◆各種予防接種の間隔

【定期接種の間隔が変更となりました】

令和2年10月1日から、定期の予防接種における異なる種類のワクチンの接種間隔が下記のとおり変更となりました。なお、同じ種類のワクチンの接種間隔については、対象者に送付する「予防接種のしおり」や市のホームページをご覧ください。



お問合せ 母子保健課 ☎32-1533

### 詳しくは

検索 函館市 予防接種



◎予防接種について

★子ども未来部母子保健課(総合保健センター1階)

TEL.32-1533

FAX.32-1506

★市立函館保健所東部保健事務所

TEL.86-3033

FAX.86-2333

※予防接種については、国の法改正などにより内容が変わることがありますので、最新の情報、実施医療機関は、市のHPか上記の窓口でご確認ください。



# 小児科 一覽

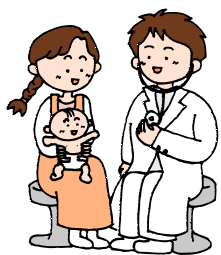
## ホームドクターは心強い味方 できれば近所にかかりつけ医を

急な病気の時、健康上の心配がある時など、近くにかかりつけのお医者さんがいると心強いものです。なんでも相談できるホームドクターを早めに見つけておきましょう。

※令和6年1月現在、小児科診療を行っている医療機関を掲載しています。

休診等により診療内容を変更している場合がありますので事前にご確認ください。

地区	医療機関	電話番号	住所
中央部地区	函館五稜郭病院	51-2295	五稜郭町38-3
	恩村内科医院	51-0669	五稜郭町11-1
	五稜郭ファミリークリニック小児科	31-6660	柏木町11-10
	五稜郭みやざき勢内科クリニック	32-7008	本町20-14
	今内科消化器科医院	51-0749	本町30-36
	函館中央病院	52-1231	本町33-2
	はぎさわ小児クリニック	33-1122	時任町23-10
	共愛会病院	51-2111	中島町7-21
	函館市夜間急病センター	30-1199	五稜郭町23-1
	西部地区	内科・小児科・歯科竹田クリニック	26-5811
たからまち総合診療クリニック		86-9181	宝来町8-9



地区	医療機関	電話番号	住所
東中部地区	石崎小児科医院	59-1233	湯川町1丁目17-19
	第一内科医院	57-9401	湯川町3丁目21-5
	多田内科医院	57-7755	湯川町3丁目31-6
	国立病院機構函館病院	51-6281	川原町18-16
北東部地区	すずき小児科	45-4153	美原1丁目39-20
	さいとう小児クリニック	34-3355	石川町163-2
	函館新都市病院	46-1321	石川町331-1
北部地区	えんどう桔梗こどもクリニック	47-3011	桔梗5丁目7-16
	みどりの森さとう内科・こどもクリニック	46-1212	桔梗4丁目8-25
	市立函館病院	43-2000	港町1丁目10-1
	中川内科クリニック	46-8008	桔梗3丁目14-37
	港町こどもクリニック	85-8889	港町1丁目11-18 2F
	杉山クリニック	82-3100	浜町355
東部地区	市立函館恵山病院	85-2001	日ノ浜町15-1
	市立函館南茅部病院	25-3511	安浦町92
	坂口内科クリニック	25-6611	川汲町1604-1
渡島地区	かみいそこどもクリニック	74-2611	北斗市中央2丁目4-3
	ほくと小児クリニック	48-1711	北斗市追分2丁目66-12
	望ヶ丘医院	65-8111	七飯町大川3丁目5-28
	ひよこクリニック	65-1311	七飯町大川8丁目12-15
	はるこどもクリニック	65-0500	七飯町本町6丁目7-42

# 乳歯から永久歯まで 歯の健康管理も重要です

歯の健康こそ、体の健康を作る上で重要な役割を果たしていることを知っていますか？歯の健康管理や治療方法も、乳歯から永久歯まで、一貫性を持っておこなっていくことが好ましいものです。歯医者さんもかかりつけ医を決めて、虫歯になったときだけでなく、定期的に歯科検診を受けましょう。

地区	医療機関	電話番号	住所
西部地区	タカミ歯科クリニック	26-8866	谷地頭町34-14
	中江歯科医院	23-1631	大手町12-13
	駅前佐藤歯科矯正歯科医院	22-2278	若松町21-15
中央部地区	額賀歯科医院	22-1667	末広町4-25
	福田歯科医院	26-8148	東雲町20-12
	清藤歯科医院	51-0722	松陰町32-16
	くぼた歯科医院	32-3232	柏木町2-22
	永井歯科医院	32-1818	柳町8-1
	ヒラタデンタルクリニック	83-2128	堀川町19-3
	たかみ歯科医院	41-8819	上新川町14-8
	前多歯科クリニック	23-5000	千歳町11-2
	藤山歯科医院	31-1221	本町29-3
	木葉歯科医院	54-2204	本町11-11
	八幡町さわき歯科医院	45-8020	八幡町9-9
	伊藤歯科医院	56-8118	時任町8-5サンククリニックビル5F
	よじょう歯科医院	41-4182	田家町20-18
	田家町きらら歯科クリニック	85-6545	田家町17-7
	にしお歯科医院	56-6480	中島町25-14
	深瀬デンタルクリニック	44-1818	亀田町2-5
	つしま歯科クリニック	55-4618	時任町3-3
	岡本歯科医院	26-4188	新川町22-8
	川瀬デンタルクリニック	84-1831	田家町18-9
	あい歯科医院	84-1009	白鳥町15-1
よつば歯科クリニック	83-1090	柏木町31-10	
西巻デンタルオフィス五稜郭	33-1221	松陰町8-25	
さいとう歯科診療室時任本院	51-8241	時任町18-1	
宮本デンタルクリニック	86-5907	松陰町22-2	
東部地区	田中歯科クリニック	58-1818	古川町13-3
	村井歯科医院	51-3089	駒場町9-8
	渡辺歯科クリニック	56-5567	花園町26-8
	さいとう歯科診療室高松歯科	57-4181	高松町418-1
	湯ノ川中歯科クリニック	36-1818	湯川町3丁目23-14
	金井歯科湯川医院	57-1500	湯川町3丁目40-3 湯川クリニックビル3F
	もりた歯科クリニック	37-2200	西旭岡町2丁目24-2
	かつまた歯科	54-0008	日吉町1丁目13-33
	布目歯科クリニック	59-3830	湯川町1丁目41-10 石田ビル2F
	釜田歯科医院	57-7559	湯川町2丁目27-3
	吉田歯科口腔外科	59-3918	湯川町1丁目30-8



地区	医療機関	電話番号	住所	
東部地区	西根歯科医院	57-2032	上湯川町43-6	
	函館ファミリー歯科	83-5266	榎本町23-20	
	中野デンタルクリニック	59-2311	湯川町2丁目15-15	
	浜田歯科医院	57-4022	湯川町3丁目28-18	
	コンテ日吉歯科医院	56-8811	日吉町4丁目16-21 6号室	
	石塚歯科医院	55-5512	日吉町3丁目35-5	
	北東部地区	五稜郭デンタルクリニック	83-7553	本通1丁目37-7
		酒井歯科医院	55-5653	本通2丁目23-3
		菊田歯科クリニック	83-6711	昭和1丁目26-37
		中塚歯科	46-0880	美原3丁目6-12
山の手広田歯科医院		53-1020	山の手2丁目2-1	
本通さとう歯科クリニック		51-6600	本通2丁目13-22	
杉本歯科医院		46-8282	北美原2丁目12-27	
おかだ歯科医院		32-8811	山の手2丁目53-6	
みやうちデンタルケア		62-6262	富岡町1丁目43-2	
油川歯科クリニック		56-6661	本通3丁目2-6	
ひらい歯科クリニック		31-6111	山の手3丁目1-18	
本通りいえ歯科医院		55-5959	本通4丁目27-6	
エンゼル小児歯科クリニック		32-4618	鍛冶2丁目39-3	
つるが歯科医院		47-3838	北美原1丁目17-4	
平野歯科クリニック		47-5050	赤川1丁目3-1	
山本歯科医院		41-4181	亀田本町56-7	
仲屋歯科医院		45-8080	富岡町3丁目33-23	
かも歯科クリニック		44-4180	昭和2丁目27-24	
富本歯科医院		45-1888	富岡町2丁目17-25	
黒田歯科医院		46-3522	美原3丁目2-17	
原田歯科医院	56-5398	鍛冶1丁目10-10		
スマイル歯科クリニック	44-0070	富岡町3丁目7-7		
いしかわファミリー歯科	47-8200	石川町226-6 マックスパリュ石川店2F		
ここのは歯科	46-1718	石川町450-22		
遠藤歯科クリニック	34-2001	石川町457-4		
シュンデンタルクリニック	47-3737	石川町461-38		
北条歯科医院	55-5665	鍛冶2丁目24-4		
函館こんの歯科・矯正歯科	62-2880	鍛冶1丁目29-7 B棟2F		
さこ歯科クリニック	33-0055	鍛冶2丁目13-7		
夢叶え歯科クリニック	34-4182	美原3丁目13-15 アドマーニ2棟		
北部地区	斉藤歯科医院	45-7739	亀田港町1-6	
	なしき歯科医院	46-7890	桔梗3丁目17-29	
	山田歯科医院	45-8822	港町3丁目2-12	
	澤木歯科医院	43-4618	港町2丁目10-20	
	向山歯科桔梗クリニック	46-8811	桔梗4丁目15-13	
	みさわ歯科口腔外科クリニック	47-3733	桔梗5丁目14-1	
	みやむら歯科クリニック	84-6618	桔梗町417-62	
	椿田恵山歯科クリニック	83-3334	女那川町175-4	
	おさつべ歯科	63-4182	尾札部町342-5	

## 幼児の年齢に適した 歯みがき方法

●乳児期  
まだ、歯が生えてくる前は、無理に拭いたりせず授乳や離乳食後に白湯を飲ませる程度にしましょう。

●生後7～8か月の時期  
生後7～8か月くらいになると、赤ちゃんにもかわいらしい前歯が生えてきます。ガーゼや脱脂綿などで軽く拭いてください。

●生後1年を過ぎたら  
この時期くらいから歯ブラシを使いましょう。大人がみがいてあげてください。

●3歳を過ぎたら  
この頃からは自分でみがく練習を始めましょう。歯みがきの習慣を身につけることを目標とし、汚れは大人がしっかり取ってあげましょう。

●5歳を過ぎたら  
5歳位になったら、できるだけ毎食後歯みがきをさせましょう。でも、子どもはまだまだ歯のみがき方が上手ではありません。大人も手伝い、みがいた後はチェックしてあげましょう。

●永久歯が生えてくる頃  
6歳位になると、前歯が永久歯に生え替わるほか、奥に強く大きい六歳臼歯が生えてきます。この六歳臼歯は食べカスもたまりやすく虫歯になりやすいので気をつけてみがくようにしましょう。

※お子さんのむし歯予防のためには、歯みがきだけでなく、おやつとの与え方など、食生活にも注意しましょう。

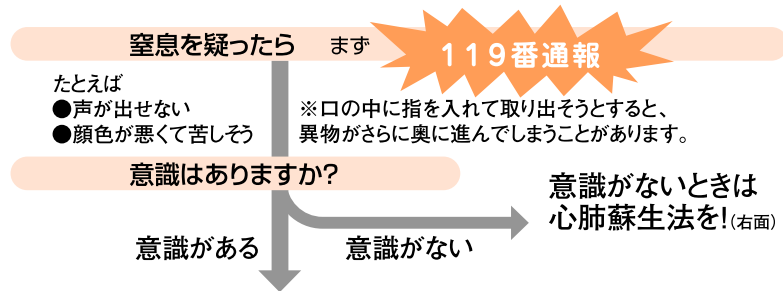
※令和6年1月現在、小児歯科診療を行っている医療機関を掲載しています。休診等により診療内容を変更している場合がありますので事前にご確認ください。

# けがや事故の対処法 あせらず、あわてず、落ち着いて

充分過ぎるほど気をつけていても、ちょっとしたことで事故はおきるものです。赤ちゃんは、日に日に成長していきます。昨日までできなかったことが、今日はできてしまうということがよくあります。

行動範囲、手の届く範囲、興味の対象が次々と変わっていきますから、身の回りに危険はないかどうか、成長に合わせてしっかりチェックして事故を防ぎましょう。

## ●のどに異物をつまらせたとき



意識がある場合には、①背中を叩く方法と、②胸部を突き上げる方法を異物が取り除けるか、反応がなくなるまで繰り返します。

### ①背中を叩く方法

救助者の片腕に乳児をうつぶせに乗せ、手のひらで乳児の顔を支えながら、頭が低くなるような姿勢にしてもう片方の手の付け根で背中の中の真ん中を強く数回連続して叩きます。

1歳以上の子どもには、左記背中を叩く方法のほかに腹部突き上げ法も有効です。(乳児にはつかえません)

### ③小児に対する腹部突き上げ法

子どもの後ろから手を回し抱きかかえるようにし、片手で握りこぶしを作り、その親指側をへそより上、みぞおちの十分下方にあて、もう片方の手でその上を握り手前上方に向かって圧迫するように突き上げます。

### ②胸部を突き上げる方法

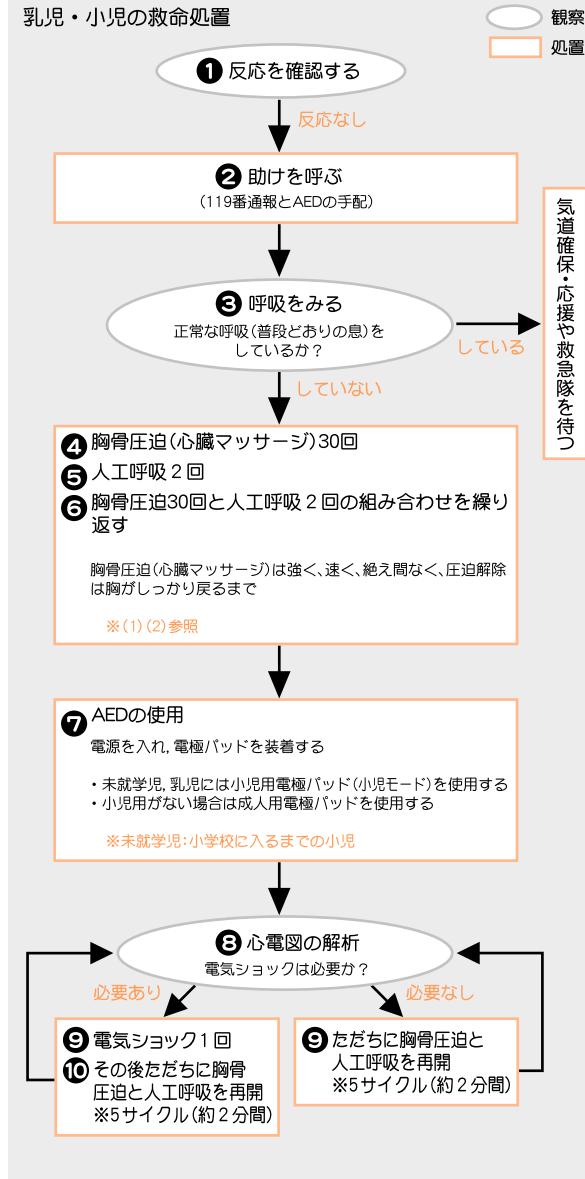
救助者の片腕に乳児の背中を寄せ、手のひらで乳児の後頭部をしっかりと支えながら、頭部が低くなるよう仰向けにし、もう一方の手の指2本で両乳頭を結んだ線の少し足側を目安とする胸部の下半分を力強く数回連続して圧迫します。(右頁の乳幼児心肺蘇生法の胸骨圧迫と同じ要領で行います。)



それでも異物がとれずぐったりして意識がなくなったら、胸骨圧迫(心臓マッサージ)と人工呼吸をします。

## 救命処置の流れ

もし事故が起きてしまったら、まず気持ちを落ち着かせて行動しましょう。お子さんの反応(意識)がないことに気づいた場合は、大至急周囲に助けを求め、救急車を呼びましょう。反応(意識)は、声かけをしながら肩や足の裏を軽くたたいて確認します。呼吸を確認し、お子さんが普段どおりの息をしていなかったら、右下のとおり、胸骨圧迫(心臓マッサージ)と人工呼吸を行ってください。



**(1)胸骨圧迫(心臓マッサージ)**

**乳児の場合**  
左右の乳頭を結んだ線の中央より少し足側を指2本(中指と薬指)で胸の厚みの1/3位しずむ強さで押す。(1分間に100~120回のテンポで圧迫)

**小児の場合**  
胸の真ん中に、片方の手の付け根を置き両手を重ねて(片手でもよい)胸の厚みの1/3位しずむ強さで押す。(1分間に100~120回のテンポで圧迫)



**(2)人工呼吸**

**乳児の場合**  
やさしくあご先を上げて気道を確保し、口と鼻を一緒におおい、強くなりすぎないように息を2回ふきこむ。(約1秒かけて少し胸がふくらむくらい)

**小児の場合**  
やさしくあご先を上げて気道を確保し、子どもの鼻をつまみ、口と口をつけて息を2回ふきこむ。(約1秒かけて少し胸がふくらむくらい)

※乳児の場合、人工呼吸を開始するタイミングは「人工呼吸の準備ができ次第」となります。

救急隊に引き継ぐまで、またはお子さんが目を開けたり、普段どおりの呼吸が出現するまで胸骨圧迫(心臓マッサージ)30回と人工呼吸2回の組み合わせを続けてください。