• シートベルトとチャイルドシートが命を救う • 毒物管理センター 1-800-222-1222 (TTY 1-866-688-0088) にお電話を • 子供を水の近くで絶対に一人きりにしない • 住宅用火災警報器と一酸化炭素警報器を各ご家庭に

**保存版** :: 全米小児病院およびコールズ発行 :: 目、出血/切り傷、やけど & 日焼け

K.I.S.S. YOUR KIDS
KOHL'S Is Sold on Safety

**K.I.S.S. Your Kids** *(Kohl's Is Sold on Safety:Kohl'sは安全を売ります)* は、年に数回開催される、ぬりえコンテストや無料アクティビティブックを売りにした安全教育プログラムです。Nationwide小児病院では、セントラル・オハイオのKohl's百貨店の惜しみないサポートを受けてこのサービスを提供しています。

アクティビティブックを基にした新作ゲーム「安全に遊ぼう(Play it Safe)」がオンラインで遊べるようになりました! キャラクターを設定し、冒険の旅しながら自宅、プール、公園、学校に潜む危険について誰でも学ぶことができます。

プログラムの詳細は、**www.NationwideChildrens.org/KISS** をご覧いただくか、KISS@NationwideChildrens.org または (614) 355-0679 にご連絡ください。すべてのぬりえとアクティブティブックは、無料でダウンロードし、印刷してご利用いただけます。

医師または医療機関をお探しのときは、**www.NationwideChildrens.org** をご覧いただくか、(614) 722-KIDS (5437) にお電話ください。

KOHL'S Cares
Committed to Kids' Health and Education

NATIONWIDE CHILDREN'S
*When your child needs a hospital, everything matters.™*

# K.I.S.S. Your Kids 子供の安全を守りましょう!

# 防止策 & 処置のヒント

ダウンロードまたは印刷をするには、ウェブサイト **www.NationwideChildrens.org/KISS** をご覧ください。

## 目

目のけがの 90% は事前の注意と予防策で防ぐことができます。

電動工具、芝刈り機を使うときや、高温環境、化学物質が飛散している可能性があるとき、木くずなどが飛んでくるような場所にいるときは、安全ゴーグルを着用しましょう。

花火が原因で起きた失明につながる目の負傷事故は、1 年間に 2000 件以上発生しています。

- 花火の火花は 1800 度で燃えています。これは金も溶ける温度です。
- 花火の代わりに、発光スティックなどの暗闇で光るおもちゃで遊びましょう。プロが催す花火大会に行きましょう。自宅での花火は違法で危険です。

## 芝刈り機

乗用芝刈り機には絶対に子供を乗せないでください。

小さい子供は芝刈り機に近付けないようにしましょう。

手押し式芝刈り機の操作は 12 才以上、乗用芝刈り機の使用は 16 才以上にしましょう。

芝刈り機のすべての安全機能および警告ラベルはそのままにしておきます。

飛散を防ぎましょう! おもちゃ、道具類、棒、石などは芝生から取り除きます。

芝刈りは、芝生が乾燥している明るい時間帯に行いましょう。

## 自転車/スケート

車輪がついたものに乗るときは、必ずヘルメットを着用しましょう! 遊具スペースではヘルメットを脱いでください。

交通ルールを守りましょう。

道路を渡る前は止まり、目と耳で安全を確認しましょう。

早朝や夕暮れ時、暗くなってからでも見えやすいように、反射板をつけましょう。

イヤホン/ヘッドフォンは車などの音が聞き取りにくくなります。 道路では音楽を止めましょう!

## 火災

自宅のすべての階に火災警報器と一酸化炭素警報器を設置しましょう。家族の安全を守るためのベストな方法です。

1 年に 2 回は警報器の電池を交換しましょう。

警報器は 10 年ごとに新しいものに替えましょう。

自宅での避難計画を立てましょう。 避難地図を書き、集合場所を決め、1 ヶ月に 1 回は練習しましょう。

マッチやライターは子供の手が届かない場所に置いてください。

ガソリンや可燃物は鍵がかかる場所に保管してください。

「**火は道具であって、おもちゃではない**」ことを子供に教えましょう。

たき火の周囲では特に子供に気をつけてください。 たき火の周辺につまずきそうなものを置かないように注意しましょう。

火を起こすときにガソリンは使わないでください。

## やけど

料理のときは、奥のコンロを使いましょう。鍋の取っ手はコンロの奥に向けてください。

料理に使用した水などの液体を空にするときは注意しましょう。 まだ熱く、やけどの原因になることがあります。

コーヒーや紅茶などの熱い飲み物は、子供の手が絶対に届かないようにしてください。

電子レンジから食品を取り出すときには注意してください。 思ったより熱くなっている場合があります。

温水ヒーターは 120 °F (49 °C) 以下に設定しましょう。

## 太陽

日焼け止めを使いましょう。 数時間ごとに塗り直します。また汗をかいたときや濡れたときも塗り直しましょう。

午前 10 時から午後 2 時までは直射日光を避けましょう。

からだが熱いときは、冷やしましょう。 のどが渇いたと感じる前に、水やスポーツドリンクをたくさん飲みましょう。

© 2011 Nationwide Children's Hospital

## 目のけが

- 目をけがした場合は、すぐに近くの緊急治療室に行くか、眼科で受診してください!
- **何かのしぶきが目に入ったとき:**
  - **絶対に目をこすらないでください!**
  - 毒物管理センター **1-800-222-1222** に電話してください。
  - 水で 15 分ほど洗い流してください。
  - 緊急治療室または眼科に行くときは、こぼれたものの容器を一緒に持って行きましょう。
- **目に何かが当たったとき:**
  - 目の上に軽くアイスパックをあてます。
- **異物が目に入ったとき:**
  - 紙コップで覆います。氷などを押しあてたりしないでください。
  - 異物を目から出そうとしないでください。

## 出血/切り傷

- **軽い傷のとき (浅い傷、小さい傷):**
  - せっけん水で切り傷を洗い、包帯で覆います。
- **重度の傷で、医療処置を受けるまでの間 (深い傷、大きな傷、ぱっくり割れた傷、出血が止まらない場合):**
  - 傷口を水で洗い流し、滅菌ガーゼまたは清潔な布で傷を押さえます。
  - 包帯から血がしみ出してくる場合は、上からさらに包帯を巻いて、押さえ続けます。
  - 出血の勢いを弱めるため、傷口を心臓より上にあげます。
  - 刺さっているものがあっても、抜かないでください!
  - 止血帯 (けがをした部位の周囲を縛るもの) はつけないでください。
- **以下のようなときは、緊急治療室に行きましょう:**
  - 傷が非常に深かったり、切り傷が広く開いている。
  - 唇や顔を切った。
  - 傷からの出血が続く。
  - 人や動物に噛まれた。
- **以下のようなときは 911 に電話しましょう:**
  - 体の一部が切断された。 切断された部分はすぐにビニール袋に入れて密封し、袋ごと氷水に入れます。
  - 傷から血が噴き出して、止まらない。
  - 傷からの出血量が多く、包帯が血で染まる。

## やけど/日焼け

- **すべてのやけど:**
  - 服が張り付いていなければ、やけどをした部分から服を除きます。
  - 冷たい流水 (冷たすぎない水) で患部を 20 分間冷やします。
  - やけどに軟膏、バター、その他の家庭薬は塗らないでください。
  - 水ぶくれはつぶさないようにしましょう。
- **以下のようなときは、緊急治療室に行きましょう:**
  - やけどの範囲が広い、またはやけどの程度がひどい。
  - やけどの原因が火、電気、化学薬品。
  - 顔、耳、手首や足首から先、関節、性器のやけど。
  - 腫れている、膿が出る、やけどの部分が赤くなっていたり、赤い筋がある (感染症の兆候)
- **やけどをした部位が白や灰色になっており、患者にその部分の感覚がないときは、911 に電話してください。**
- **目をやけどした場合は、以下のようにしましょう:**
  - すぐに緊急治療室に行きましょう!
  - 目をこすらないでください。
  - 目を洗わないでください。 薬を使わないでください。
- **日焼け:**
  - 太陽を避けましょう。
  - 水分を多めにとりましょう。
  - 風呂/シャワーはぬるいお湯にしましょう。
- **以下の場合は治療を受けましょう:**
  - 水ぶくれができている、痛みが強い
  - 日焼けの範囲が広い。
  - 顔が腫れている。
  - 発熱、寒気、頭痛、錯乱、脱力感などの症状がある。
  - 唇、口、目が異常にかわく、涙や汗がでない (脱水症状の兆候)。

**生命に関わる緊急事態は 911 に電話しましょう**

**電話番号**

子供のかかりつけ医: ( _____ ) _____
家族のかかりつけ医: ( _____ ) _____
眼科: ( _____ ) _____
友人/家族の緊急連絡先:
名前: _____
電話番号) ( _____ ) _____

• 赤ちゃんはあおむけ寝で • ブランケットやカーテンのひもは子供の手が届かない場所に • 緊急時に備えて応急手当と人工呼吸法のクラスを 614-355-0662 • 十代のお子さんにベビーシッターの基礎トレーニングを 614-355-0662

5863