

今月の  
お知らせ



市民健康ガイド

## 冬に起こりやすい子どもの事故

### ◆やけど

#### 長時間同じ場所に触れる『低温やけど』

【カイロ、湯たんぽ、ホットカーペットなど】

軽症に見えても深いやけどになりやすく注意が必要です。

寝返りができない赤ちゃんは、ホットカーペットや床暖房の上で寝かせないようにしましょう。

#### 加湿器から出る『水蒸気、熱湯を浴びる』

近づかないように、ガードをしましょう。

#### クロスやコードを引っ張り『物が倒れる』

【電気ケトル、ポット、コップなど】

お湯が出ないようにロックする。

子どもが小さいうちはテーブルクロスを使用しないようにしましょう。

#### その他

【フライパンや鍋の持ち手など】

暖房器具、炊飯器の水蒸気、グリルつきコンロ台から飛び出しているもの(触ったり、ぶつかったり)にも注意しましょう。

もし、やけどをしてしまったら...  
すぐに“冷やす”

流水で最低5～10分。水の勢い(水圧)は強くしない。

服の上から熱湯などがかった場合は、服の上から流水で冷やす。

直接流水をあてられない場合、冷却パックや冷やしたタオルを何回もかえる。

冷却シートなどは直接患部に貼らない。



受診の際は軟こうなどはつけずに!  
すぐに受診を!

**広範囲のやけど** 子どもは大人の手のひら2つ分でショックをおこしてしまいます。全身の場合は救急車を。

**顔** 見た限り大丈夫だと思っても、内部がひどいことがあります。

**手や足の指、性器** 皮膚がくっついてしまうことがあります。

**水疱(水ぶくれ)ができたやけど** 水疱がつぶれると感染を起こすおそれがあります。

### ◆落雪などによる事故

足元だけでなく、屋根などからの『落雪』や『つらら』にも注意しましょう。

子どもに注意が必要な場所を繰り返し教えていきましょう。



### 北海道小児救急電話相談

- ・お子さんが急な病気やけがで困ったとき、お電話ください。
- ・小児科医の支援体制のもと、看護師が相談に応じます。
- ・症状に応じた適切な『対処の仕方』や『受診のアドバイス』を受けられます。

相談 毎日 午後7時から  
翌朝午前8時まで  
☎011-232-1599 または  
#8000(短縮ダイヤル)

## こどもの予防接種

～受け忘れていませんか?～

### 『MRワクチン』

麻しん(はしか)・風しん(三日ばしか)は、感染力の強いウイルスによる感染症です。一番の予防方法は、MRワクチン(麻しん・風しん混合ワクチン)接種により免疫をつけることで、麻しん・風しんの両方を予防することができます。

#### 麻しん(はしか)

咳や高熱、発しんが出る症状が特徴です。肺炎や脳炎などの合併症を起こすことがあり、重症になりやすく、1,000人に1人の割合で命を落とすこともある病気です。

#### 風しん(三日ばしか)

発熱、リンパ節の腫れ、発しんが出る症状が特徴です。妊娠初期に風しんにかかると赤ちゃんが先天異常を含む疾患を発症するリスクもあります。

### 接種対象の方

- 1期: 1歳から2歳になる前までに1回
- 2期: 小学校入学前の1年間(年長児)に1回

※対象の方には予診票をお送りしています。

※2期は令和3年3月末までが予診票の有効期間です。期間を過ぎると1回の接種につき10,420円かかります。



### 2月・3月の 接種日

接種日 2月2日(火)・9日(火)・16日(火)  
3月2日(火)・9日(火)

受付時間 14:00～14:30

場所 あかびら市立病院 ☎32-3211

持参するもの 予診票、母子手帳、診察カード、保険証



元気がみつかる場所

### 「ほほカフェ」

誰もが気軽に参加できるコミュニティカフェです。美味しいコーヒーを飲みながら健康について楽しくお話しませんか。

日時 2月の「にじカフェ」はお休みです。

次回 3月11日(木) 14:00～15:00

場所 あかびら市立病院 かあさん食堂「ぼらん亭」

※今後の新型コロナウイルス感染症の状況により、中止となる場合があります。