


## 0歳児見守りサポートシート 1 ■月齢：生後～4か月頃 【ねんねの時期】



手足の動きが少しずつ活発になり、指や手をしゃぶる赤ちゃんもいます。首が少しずつしっかりしてきて声を出して笑うこともあります。

確認日： 年 月 日


項目	チェック欄		事故防止のポイント ✓が入っても必ず目を通しましょう
	援助会員	共有	
① 赤ちゃんを抱いている時、自分の足元に注意している。	✓	✓	赤ちゃんを抱いている時は足元が見づらいので、ちょっとした段差でもつまずいてしまいます。抱いたまま転倒すると、体で押しつぶしたり、家具等にぶつけてしまうので注意が必要です。揺さぶられ症候群にも気を付けましょう。
② ベビーベッドに寝かせる場合、転落防止のための対策をとっている。	✓	✓	生まれて間もない赤ちゃんは寝返りもしないので、柵をせずその場を離れたり、目を離してしまいがちです。赤ちゃんは思っている以上に成長が早いので、柵の閉め忘れには十分気を付けましょう。
③ 敷布団は硬めのものを使用し、寝床にガーゼ等、口や鼻を塞ぐものを置かないようにしている。	✓	✓	ぬいぐるみやガーゼ、スタイ等で鼻や口がふさがれてしまうことがあります。また敷布団は柔らかすぎると赤ちゃんの顔が埋まってしまう。寝ている間でも目を離さずに様子を見るようにしましょう。
④ 寝ている赤ちゃんの上に、物が落ちてこないよう安全確認をしている。	✓	✓	テーブルの上や棚の中のモノが落ちて子どもにあたり、外傷や打撲を負ってしまう事故が発生しています。地震が起きた際の転倒防止対策なども確認しておくといいでしょう。
⑤ 赤ちゃんを寝かせる時には、仰向けに寝かせ、常にそばについて状態を観察している。	✓	✓	SIDS（乳幼児突然死症候群）は予兆や既往歴もない子どもの睡眠中に突然死に至る原因不明の病気です。うつぶせに寝かせた時のほうがSIDSの発症率が高いといわれています。仰向けに寝かせ、子どもから目を離さないようにしましょう。
⑥ 口の中に入ってしまう小さな物を赤ちゃんの手の届くところに置かないようにしている。	✓	✓	しゃぶっている玩具の部品が外れたり、年上の子が身近にあるものを口に入れてしまったり、また少し成長すると自分で何でも口に入れたがるようになります。生まれたばかりの赤ちゃんでも直径3.9センチ以下のものは口に入ってしまうので気を付けましょう。
⑦ ミルクを飲ませた後はゲップをさせてから寝かせている。 	✓	✓	母乳やミルクを飲んだ後は、排気が十分でないと授乳したものをもどしてしまい、口の中に吐物が残っていると窒息事故につながります。吐いたものが喉や気管につまらないように、寝かせてから10分から15分位は特に気を付けて見ているようにしましょう。
⑧ 赤ちゃんを抱っこ、おんぶしている時、ドアを勢いよく閉めないようにしている。	✓	✓	赤ちゃんの小さな指はちょっとした隙間にも簡単に入ってしまいます。ドアの隙間に指が入っているのを知らずに勢いよく閉めてしまったり、開けっ放しにしておいたドアが風で急に閉まって指が挟まれてしまう事故が多発しています。
⑨ 赤ちゃんが暖房（電気カーペット等）の熱に直接触れないよう気をつけている。	✓	✓	冬は暖房器具による火傷が多くなります。体温より少し高いくらいの温度でも、長時間直接肌にあてたままにすると低温火傷を起こすことがあります。赤ちゃんの皮膚は大変弱く、ほんの少しの熱でも重度の熱傷になる危険があります。
⑩ 換気及び室温などに注意している。	✓	✓	体温を調節する機能が未熟な赤ちゃんは、気温や室温と一緒に体温が変化しやすいといわれています。（適温：冬期は20～25℃、夏期は外気温より4～5℃低いくらい）赤ちゃんが不快に感じたり、体調をくずしたりしないように配慮しましょう。

**0歳児見守りサポートシート** 2 ■月齢：3か月～6か月頃〔寝返りの時期〕



首が座り寝返りや玩具を自分で握り遊べるようになります。からだつきに安定感が出てきて、すこしなら一人でお座りができてきます。

確認日： 年 月 日

項目	チェック欄		事故防止のポイント ✓が入っても必ず目を通しましょう
	援助会員	共有	
① 子どもの周囲に角の鋭い家具、玩具等がないか確認し、危険なものは片づけている。	✓	✓	赤ちゃんが動けるようになると、安全だと思っていた室内が危険だらけであることに気づきます。テーブルの角やへりで頭をぶついたり、コンセントを引き抜いたり、段から落ちそうになったり、子ども目線で安全対策をし、ケガを未然に防ぎましょう。
② たばこ、薬、ライター、化粧品、洗剤、刃物などを子どもの手の届くところに置いていない。	✓	✓	腹ばいになり、好きな玩具をつかんで遊べるようになると手を口に持っていき、なんでも口の中に入れようとします。誤って口に入れてしまうと時には命にかかわることもあります。口に入れると危険なものが手の届くところがないか、いつも気をつけて確認しましょう。
③ ベビーベッドの柵はいつも閉めている。	✓	✓	早いと5か月頃から寝返りが打てるようになるので、目を離すと危険です。小さな子どもの発達は早く、転落事故はちょっと目を離したすきに起こっています。
④ 子どもを寝かせる時には、仰向けに寝かせ、常にそばについて状態を観察している。	✓	✓	SIDS（乳幼児突然死症候群）は予兆や既往歴もない子ども（特に0歳児に多い）の睡眠中に突然死に至る原因不明の病気です。うつぶせに寝かせた時のほうがSIDSの発症率が高いといわれています。仰向けに寝かせ、子どもから目を離さないようにしましょう。
⑤ 暖房器具、扇風機などは、子どもの手の届かないところに置いている。	✓	✓	好奇心旺盛なこの時期。「熱を発するもの」や「機器自体が熱くなるもの」を使っているときは、「専用のガード」を付けるなど工夫をし、赤ちゃんからは目を離さないようにしましょう。
⑥ 子どもを抱きながら熱い飲み物を飲んだりしないようにしている。	✓	✓	3か月から5か月にかけて赤ちゃんはこぶしをふるったり、物をつかんだりできるようになります。大人の持っている熱い食べ物や飲み物にも手を伸ばそうとするのでとても危険です。
⑦ 子どもを抱いたり、おぶったりする時は周りにぶつかると危ないところがないかを確認している。	✓	✓	子どもをおぶって狭い所を通ると頭を入り口にぶついたり、抱っこして立ち上がろうとして机にぶつけてしまうことがあります。安全確認してから行動するようにしましょう。また、おんぶ、抱っこをする時には低い位置で行い、しっかり整えてから立つようにしましょう。揺さぶられ症候群にも気を付けましょう。
⑧ スタイ（よだれかけ）のひもは外してから子どもを寝かせている。	✓	✓	子どもは寝返りをしたり、ずり上がったりと、寝ている間も動き回っています。首回りのきつい服やよだれかけは、窒息をしてしまう危険があります。
⑨ ドアがボタンと閉まらないような対策をしている。 	✓	✓	子どもの小さな指はちょっとした隙間にも簡単に入ってしまいます。おんぶしている時に赤ちゃんが蝶つがいの隙間に手を入れているのに気づかずドアを閉めてしまったり、開け放しておいたドアが風で急に閉まって子供の手が挟まれてしまうことのないようにしましょう。
⑩ 子どもを腕を強く引っ張らないように気を付けている。	✓	✓	子どもの体は完全にできあがっていないので、ちょっと腕を引っ張った程度でも肘内障（亜脱臼）をおこしてしまうことがあります。急に引っ張ったり、強く引っ張らないように普段から注意をしましょう。

**0歳児見守りサポートシート** 3 ■月齢：6か月～9か月頃 【おすわり・はいはいの時期】

お座りが少しずつ安定してずりばいし始めます。自我が芽生えてきて後追いもするようになります。

確認日： 年 月 日

項目	チェック欄		事故防止のポイント
	援助会員	共有	✓が入っても必ず目を通しましょう
① 階段や危険な場所には、子どもが入れない対策をしている。	✓	✓	はいはいができるようになると探索行動が活発になります。階段の上下に柵を付けることで転落事故の大部分は防げます。閉め忘れに注意してください。
② おもちゃはプラスチックの薄い突起や、とがった部分がないか確認している。	✓	✓	最近はおもちゃは安全性にも配慮がなされていますが、おもちゃが原因で様々な事故が起こっています。子どもは大人が思いもつかぬような遊び方をすることがあるので、子どもが熱中して遊んでいる時も見守り安全かどうか確認しましょう。
③ 子どもを寝かせるときには、仰向けに寝かせ、常に傍について子どもの状態を観察している。	✓	✓	SIDS（乳幼児突然死症候群）は予兆や既往歴もない子ども（特に0歳児に多い）の睡眠中に突然死に至る原因不明の病気です。うつぶせに寝かせた時のほうがSIDSの発症率が高いといわれています。仰向けに寝かせ、子どもから目を離さないようにしましょう。揺さぶられ症候群にも気を付けましょう。
④ 子どもが直接接触して火傷をするような暖房器具は使用していない。	✓	✓	周囲に対して関心が強くなり始め、ヒーターの出口に指を付けたりすることがあります。子どもが暖房器具のそばに行かないよう気を付けている。
⑤ ポットや炊飯器、加湿器等、子どもの手の届かない所に置いている。	✓	✓	這い這いができるようになると、床の上に置いてあるポットにつかまり立ちをして、ひっくり返してお湯をこぼしたり、炊飯器の蒸気の吹き出し口に、手や顔を近づけて火傷をしてしまうケースが多くなります。また余分なコードは巻き取っておきましょう。
⑥ お茶やコーヒー、みそ汁、カップラーメンなどをテーブルの端に置くことはない。	✓	✓	子どもは何でもつかめるようになると、熱いものにも平気で手をかけてしまいます。子どもがテーブルクロスや電気コードを引っ張って、テーブルの上のものをひっくり返し、やけどをしてしまうことがあります。テーブルクロスの使用は控えましょう。
⑦ 子どもがお座りするそばに、角や縁のするどいものは置かないようにしている。	✓	✓	お座りのでき初めは特に不安定ですが、お座りができてくると次はうつ伏せに体位を自ら変えようとします。バランスを崩して倒れても大丈夫なように環境を整えましょう。
⑧ つかまり立ちをしたり、伝い歩きをする時は、そばについて注意している。	✓	✓	テーブルやいすにつかまり立ちができるようになっても、まだまだ大人が傍についていないと不安定です。バランスを崩して転倒し、テーブルの角で顔や口を打撲したり切傷したりすることもあります。不安定なこの時期は、特に気を付けて見守りましょう。
⑨ ドアの蝶つがい部分に、指が入らないようにガードしている。	✓	✓	子どもの小さな手はちょっとした隙間にも簡単に入ってしまうので指が入らないようにガードをして防止しましょう。（引き戸にも注意）また、コンセントもいじったり物を入れたりすることもあるので、ガードしておきましょう。
⑩ ビニール袋、ゴム風船は、子どもの手の届かない所に閉まっている。	✓	✓	ゴムやビニール袋を口に入れてしまうと窒息の危険があります。ゴム風船は割れてしまったものを口に入れてしまうことがあるので遊んでいても目を離さないようにしましょう。



**0歳児見守りサポートシート 4** ■月齢：9か月～1歳頃〔つかまり立ちの時期〕

這い這いが上達し、つかまり立ちや伝い歩きをし始め、好奇心が旺盛になって行動範囲がぐんと広がります。



確認日： 年 月 日

項目	チェック欄		事故防止のポイント ✓が入っても必ず目を通しましょう
	援助会員	共有	
① ボタンや電池や硬貨、ピアスなどの小物や、ラップ等を手の届かない所に置いている。	✓	✓	おもちゃを口に入れていて電池のふたが開いてボタン電池を誤飲してしまったり、赤ちゃんは何気なくテーブルの上に置いた小物をつまんで口に入れてしまうので、床やテーブルの上には口に入ると危ないものは置かないようにしましょう。
② 階段の段差のあるところには、子どもが落ちないような対策をしている。	✓	✓	大人の目が離れることがあっても安全なように、階段の上下階に柵をつけ、閉め忘れをしないようにすることで、階段からの転落事故をふせぐことができます。
③ 子ども用のイスは安定の良いものを使用している。	✓	✓	イスに座っている時テーブルを足で蹴った勢いでいすが倒れたり、イスに自分でよじ登ったり急に立ち上がって転落する事故があります。頭が重く不安定な子どもは、イスなどの高い所から落ちやすいので、安全ベルト等は正しく使いましょう。
④ 棚の上に物を置かないようにしている。	✓	✓	今まで届かなかったところに手を伸ばし、物が落下し怪我をしてしまうことがあります。やむを得ない場合には柵を取り付けるなど落下対策をとりましょう。
⑤ 赤ちゃんを寝かせる時には、仰向けに寝かせ、常にそばについて状態を観察している。 	✓	✓	SIDS（乳幼児突然死症候群）は予兆や既往歴もない子ども（特に0歳児に多い）の睡眠中に突然死に至る原因不明の病気です。うつぶせに寝かせた時のほうがSIDSの発症率が高いといわれています。仰向けに寝かせ、子どもから目を離さないようにしましょう。揺さぶられ症候群にも気を付けましょう。
⑥ テーブルクロスは外している。 	✓	✓	子どもがテーブルを引っ張り、テーブルの上にある熱い食べ物や飲み物がこぼれて火傷をしてしまうことがあります。気を付けましょう。
⑦ 口に物をくわえて歩かないように見守っている。	✓	✓	歯ブラシ、箸、スプーン等の長いものを口にくわえて歩くこと、また持ち歩くことは、とても危険です。持ったままで歩いて転ぶと、のどをついたりしますので、保管場所には気を付けましょう。
⑧ 浴槽や洗濯機に水をためたままにしていない。また、浴室には一人では中に入れない対策をしている。	✓	✓	赤ちゃんは10cm程の浅い水深でも溺れてしまいます。バケツや洗面器にたまっている浅い水でも顔がつかって溺れてしまったりします。使い終わったら必ず水を捨てておくようにしましょう。
⑨ ブラインドのひもは子どもが首にひっかけてしまわないように、子どもが届かない高さでくくっている。			子どもが遊んでいるうちに紐が首にからんでしまうと窒息につながる危険があります。首にかけるエプロンやおもちゃのひもにも注意しましょう。
⑩ 棚、テレビ等には、転倒防止策をしている。	✓	✓	つかまり立ちや歩き始めると行動範囲もますます広がってきます。全体重をかけて棚などにつかまり棚が倒れてしまう危険も出てきます。棚で部屋を仕切ったりしている場合には反対にも物がないと転倒防止策をしても子どもの力でも倒れてしまうので気を付けましょう。定期的に強度のチェックをしましょう。