

午睡マニュアル

社会福祉法人 わかたけ会

わかたけ保育園

睡眠安全チェックポイント

「こどもの安全を最優先する」意識の徹底

○睡眠中のリスクの共有(うつぶせ寝・窒息など)

○見守り(観察・記録)に専念できる体制づくり

○緊急体制の整備

・心肺蘇生法、AEDの操作研修の実施

・シミュレーション研修(状況に応じた役割分担の訓練)の実施

★睡眠中が最も突然死などの危険性が高い。

チェックポイント1

入園時の確認

- 入園児の生育履歴などを把握する。
- 配慮事項などがある場合、全職員で情報を共有する。
- SIDS対策普及啓発用ポスター(厚生労働省)を掲示したり、リーフレットを配布する。
- こどもの健康状態などの情報を日々保護者と共有する。
- こどもの状況に応じた慣らし保育の必要性を保護者に説明し、理解を得る。

チェックポイント2

睡眠中の観察

- うつぶせ寝を見つけたら、仰向けにする。
 - 0歳時は5分毎、1歳児以上は10分毎に観察する。
- | | |
|---------------------|-------------------|
| ・名前の確認・顔色 | ・熱感(体に触れて体温・発汗など) |
| ・呼吸状態の有無(| ・体位 |
| ・呼吸の様子(咳・ゼーゼー・鼻づまり) | |
- その都度、睡眠観察表に記録する。

チェックポイント3

睡眠環境などの確認

★カーテンは直射日光や寒さ防止など必要な場合を除いて、基本的には明るさの確保のため開けておく。

- 敷布団は固めのものか
- 掛け布団は軽いものか
- コットの上やマットなどは固定されているか
- 枕は使用していないか
- 布団やコットは観察しやすいように並んでいるか
- 室内の照明は顔色などが観察しやすい明るさか

- 体調などいつもと違う様子はないか
- 口の中に何も入っていないか
- 水分補給はできているか
- 寝かし家ているときから仰向けにしているか

〈温度・湿度の目安〉

	温度	湿度
冬	20～23℃	約60%
夏	26～28℃	約60%

- ・室温湿度計はこどもが生活する高さに設置する（安全に留意しながら）
- ・冷房は床面の温度が2～3℃低い場合があるので、睡眠時は留意する

- よだれかけは、はずしているか
- 周囲に「ぬいぐるみ」「おもちゃ」「タオル」「コードなどひも状のもの」はないか
- おもちゃなどをもっていないか
- 隙間に顔が埋まらないような布団の隙間を開けているか

- 部屋は暖めすぎでないか（睡眠中は床暖房やホットカーペットを使用しない）
- 適度に換気を行っているか
- 複数の保育者が別の角度から見守っているか

119 番通報のポイントと伝えるべきこと

① 「救急です」

119 番につながったら、まずはっきり「救急です」と

② 場所(住所)を告げる

住所: 板橋区仲町 45-4

③ 事故の状況を説明する

「誰が」「どうしたか」を正確にわかりやすく伝える

例: 「〇時〇分ごろ、× 歳児が 1 人、高さ 1, 5 メートルの滑り台から落ちました。動きません。泣いても
いません。どこを打ったかわかりません。」

「〇時〇分ごろ、× 歳児が給食中に〇〇を(何かを)喉に詰まらせました。唇が青くなってきました。」

④ 通報者の指名と連絡先を告げる

「私の名前は〇〇です。電話番号は園03-3972-9177

携帯番号

⑤ 通報後は速やかに全職員へ共有する。

⑥ 携帯でかけた場合通報後はしばらく電源を切らない。

通報を処理するセンターから確認の電話がくる場合があるため、津邦語しばらく電源は切らないこと。

⑦ 救急車を迎える。

道路に出て、救急車に合図をだす。すでに暗くなっている場合は懐中電灯をもって出て救急車に合図する。

<参考>

突然の病気やケガで救急車を呼んだほうがいいか、病院に行ったほうがいいかなど、判断に困ったときは

「東京消防庁救急相談センター」に電話を

電話 #7119 (携帯電話・PHS・プッシュ回線)

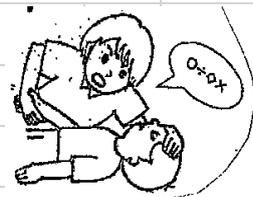
又は 03-3212-2323(すべての電話)

救命処置

発見者、直ちにその場で対応開始！

反応を見る

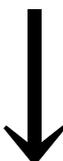
肩や背中をたたきながら大声で呼びかけても、
何らかの応答や、しぐさがなければ「反応なし」とみなす



周りに知らせる！119番通報！※笛などで応援要請、気道確保

呼吸を見る

呼吸なし



呼吸をしていないとき、即座にその場で人工呼吸！
反応がなく、呼吸がないか、死線期呼吸（「口をパクパク」「あえぐような」呼吸）が認められる場合は 心停止と判断、心肺蘇生（CPR）の適応と判断し、直ちに人工呼吸・胸骨圧迫を開始する。
※睡眠中は突然死が考えられるため、すばやく見極め緊急度を判断。口腔内に何もいないか確認。



心肺蘇生（CPR）

	呼吸が重要！	胸骨圧迫！	
1歳以上	 鼻をつまんで人工呼吸	 胸骨圧迫！	<ul style="list-style-type: none"> ●片手の付け根で ●乳首を結ぶ線の真ん中 ●胸の厚さ1/3くぼむまで ●少なくとも100～120/分
1歳未満	 口鼻人工呼吸（口鼻一緒に）	 胸骨圧迫！	<ul style="list-style-type: none"> ●中指・薬指の2本で ●乳頭を結ぶ線の少し下 ●胸の厚さ1/3くぼむまで ●少なくとも100～120/分

口鼻人工呼吸（口鼻一緒に）胸が軽く膨らむ程度の量で行う

AED装着



電極パット装着※電極パットを張り付けたときもできるだけ胸骨圧迫を継続する。



AEDのメッセージに従う

必要あり

「必要」と音声の流れたら、音声に従い電気ショックボタンを押す。その後、心肺蘇生を再開する。

必要なし

「不要」と音声の流れたら、直ちに心肺蘇生を再開する。

※AEDの置き場所記載する。

※心肺蘇生は救急隊が到着するまで続ける。

緊急時役割分担

発見者

- 子供から離れず観察及び症状記録
- 助けを呼び、人を集める
- 職員Aに「準備」・職員Bに「連絡」を依頼
- 管理者が到達するまでリーダー代行となる

職員A「準備」

- AEDの準備
- 症状の記録(随時)
- 心肺蘇生やAEDの使用(P 参照)

職員B「連絡」

- 救急車を要請する(119番通報)
- 管理者を呼ぶ
- 保護者への連絡
- さらに人を集める
- 救急車の誘導

管理・監督者(園長など)

- 現場に到着次第、リーダーとなる
- それぞれの役割の確認及び指示

職員C

- 他の子どもの対応

※救急隊が到着したら、報告する。

※職員Cがない場合も予想できる。Cがない場合を想定してA, Bの職員で対応できるようにする。

※各々の役割分担を確認し、年2, 3回は訓練する。