

# 夜間・休日に急病になったら（15歳未満の方）

令和2年11月から、夜間・休日の子どもの内科受診（発熱、せき、鼻水、嘔吐、腹痛など）については、名張市応急診療所だけでなく、名張市立病院の救急外来への直接受診も可能になっています。



受診を希望される方

①受診の連絡（電話）

②来院

救急車での搬送以外は、必ず事前にご連絡ください。  
名張市立病院 ☎0595-61-1100



## 内科系（発熱・せき・鼻水・嘔吐・腹痛など）

名張市立病院

名張市百合が丘西1-178  
TEL：0595-61-1100

又は

名張市応急診療所

名張市朝日町1361-4  
TEL：0595-63-3913

## 外科系（けが・交通事故など）

救急医療情報センター

津市桜橋2丁目191  
TEL：059-229-1199

かかりつけ医

救急輪番当番病院

HP等で医療機関の診療日時を確認してお問い合わせ下さい

名張市立病院の「小児科」の救急医療体制について ☎0595-61-1100

名張市立病院「小児科」では「小児救急医療センター」を開設し、24時間365日小児二次救急の対応をしています。受入対象は、けがや交通事故などの外科系疾患を除く重症患者となっています。ただし、夜間や休日については子ども（15歳まで）の内科系疾患への対応も可能です。あらかじめ、ご連絡をお願いします。

## 名張市応急診療所（朝日町1361-4）（一次救急医療機関）

～救急車を呼ぶほどでもないが、家で様子をみているのには心配なとき、ご利用ください～

診療科目…内科・小児科 ☎0595-63-3913 ※その他の科は電話でお問い合わせください。

- 応急的な処置・投薬を目的としています。翌日や休み明けには必ずかかりつけ医師の診察を受けてください。
- 医師の診断により詳しい検査や入院が必要な場合は、紹介状を持って二次救急実施病院へ行っていただきます。
- 持参するもの：健康保険証、診療費用、各種医療費受給者証（お持ちの人）、おくすり手帳など



施設マップ（応急診療所）

※受付時間：各診療時間終了時刻の30分前まで

診療時間	月～土曜日	午後8時～11時
	日曜日・祝日・年末年始（12/30～1/3）	午前9時～正午・午後3時～5時・午後8時～11時

夜間体調のことで相談したいときは、みえ子ども医療ダイヤル ☎#8000

※ダイヤル式、光電話、IP電話など上記番号ではつながらない場合は ☎059-232-9955へ

相談時間：午後7時30分～翌朝8時 毎日実施しています。

みえ子ども医療ダイヤルでは、18歳未満の子どもの病気・薬・事故に関することについて、医療関係の専門相談員が電話による相談を実施します。 ※相談内容についての秘密は守られます。気軽にご相談ください。

24時間体制で受診可能な医療機関を案内

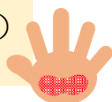
三重県救急医療情報センター コールセンター ☎059-229-1199

案内を受けた医療機関に行かれる場合は、必ず事前に電話で確認してから受診してください。場合により市外医療機関を案内することもあります。

# 心肺蘇生法について、乳幼児揺さぶられ症候群・乳幼児突然死症候群予防のために

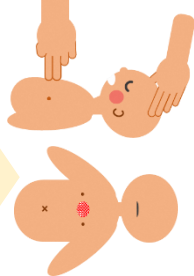
心肺蘇生法の基本は、胸骨圧迫と人工呼吸です。何かをするその勇気が救命につながります。様子がおかしいと思ったら助けを呼んで、右図の心肺蘇生法の手順を開始しましょう。※固い床の上で行いましょう。

両乳頭を結ぶ線の少し足側を、胸の約1/3の深さまで強く押す。  
1分間に100～120回のペース。  
幼児は、両手の付け根でしっかり押す。  
(しっかり圧迫できれば片手でもOK)



② 119番通報  
AEDも依頼

④ 胸骨圧迫



様子がおかしい

① 声をかけながら  
足の裏をたたく

反応がない

③ 息をしているか  
胸とお腹を見る

息をしていない

⑤ 人工呼吸



30回

2回

あごを上げ、首を後ろに曲げ、  
顔は少しのけぞるように。

泣き出するか、救急隊と交替するまで繰り返してください

## 乳幼児揺さぶられ症候群予防のために

乳幼児揺さぶられ症候群とは、1秒間に3～5回程度、赤ちゃんが全身を激しく揺さぶられることで脳しんとうを起こしてしまう状態のことです。脳や神経、網膜などが傷つき、重い障害が残ったり、命にかかわります。赤ちゃんが泣いてストレスを感じたら、赤ちゃんから少し離れて気持ちを落ち着かせましょう。決して激しく揺さぶらないようにしてください。

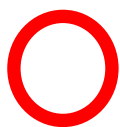
## 乳幼児突然死症候群予防のために

乳幼児突然死症候群（SIDS）は、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病気です。原因はまだわかっていませんが、男児、早産児、低出生体重児、冬季、早朝から午前中に多いことや、うつぶせ寝や両親の喫煙、人工栄養児に多いことがわかっています。  
⇒ うつぶせ寝は避けましょう。  
タバコはやめましょう。

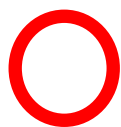
## スマホに子守りをさせないで！

親がスマホに夢中だと、赤ちゃんの興味・関心を見逃してしまったり、周囲の危険に気づきにくくなります。また、スマホを子どもだけで長時間見ることにより、視力低下や言葉の発達が妨げられたり、情緒が不安定になる等の悪影響があります。

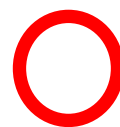
親も子どもも使用時間のコントロールが大切です。すべてのメディアに接触する時間は1日2時間までが目安です。



目と目を合わせ語りかけることで、赤ちゃんの安心感と親子の愛着が育まれます。



親子が同じものに向き合う「絵本の読み聞かせ」は、親子が共に育つ大切な時間です。



散歩や外遊びなどで親と一緒に過ごすことは、子どもの体力を高め、五感・共感力を育みます。